

Panduan Praktis Konseling Mikro : **Sebuah Pengantar bagi** **Konselor**

ASTI HARYATI, M.Pd
DILLA ASTARINI, M.Pd
MINARSI, M.Pd

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan ke hadirat Allah SWT, tuhan semesta alam, Shalawat dan salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada Nabi Muhammad saw, beserta keluarga, para sahabat, dan pengikutnya yang setia. Allahmduilah wa syukurillah berkat rahmat dan anugrahnya buku berjudul “Panduan Praktis Konseling Mikro : Sebuah Pengantar bagi Konselor” ini bisa diselesaikan.

Penulis buku mengawali dari sebuah keprihatinan penulis terhadap mahasiswa yang minim bahan ajar atau referensi tentang panduan praktis pelaksanaan konseling mikro. Sehingga, penulis merasa khawatir terhadap mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling islam tidak mempunyai kompetensi yang memadai sebagai seorang konselor. Atas dasar itulah, maka buku ini ditulis.

Penulis menyadari, bahwa alat bantu ini masih jauh dari memadai/ sempurna. Oleh karena itu, masukan dari para pembaca sangat penulis harapkan demi perbaikan pada penulisan berikutnya. Semoga buku ini bermanfaat bagi kita semua khususnya untuk pengembangan bidang ilmu bimbingan dan konseling islam.

Bengkulu, April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAGIAN I KONSELING.....	
A. Pengertian Konseling	
B. Konseling <i>Helping Relationship</i>	
C. Konseling Mikro	
BAGIAN II PANDUAN KONSELING MIKRO	
A. Ruang Lingkup Konseling Mikro	
B. Tujuan Konseling Mikro.....	
C. Kompetensi yang Diharapkan.....	
D. Tahapan Pelaksanaan Konseling Mikro	
E. Adegan Tempat Konseling	
BAGIAN III KARAKTERISTIK KONSELING MIKRO	
A. Keterampilan Dasar Konseling.....	
B. Teknik-Teknik Konseling	
C. Layanan Bimbingan Konseling	
BAGIAN IV PEDOMAN PRATIKUM	
A. Pedoman Praktikum Konseling Mikro.....	
B. Sistematika Protokol Konseling.....	
BAGIAN V PENYUSUNAN LAPORAN KONSELING MIKRO	
A. Penyusunan Laporan Konseling Perorangan	
B. Penyusunan Laporan	
DAFTAR PUSTAKA.....	

BAGIAN I

KONSELING

A. Pengertian Konseling

Konseling merupakan serangkaian kegiatan proses pemberian bantuan kepada klien yang dilakukan dengan berbagai macam layanan. Konseling sebagai cabang ilmu dan praktik pemberian bantuan kepada individu pada dasarnya memiliki pengertian spesifik sejalan dengan konsep yang dikembangkan dalam lingkup ilmu dan profesinya. Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya (Willis : 2007). Adapun beberapa definisi konseling yang dikemukakan oleh para ahli : Menurut Shertzer dan Stone :

“Counseling is an interaction which facilitates meaningful understanding of self and environment and result in the establishment and/or clarification of goals and values of futur behavior”.

Selanjutnya menurut Smith (dalam Willis : 2007) bahwa konseling adalah proses mengenai seseorang individu yang sedang mengalami masalah dibantu untuk merasa dan bertindak laku dalam suasana yang lebih menyenangkan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak bermasalah, yang menyediakan informasi dan reaksi-reaksi yang merangsang klien untuk mengembangkan tingkahlaku yang memungkinkannya berperan secara lebih efektif bagi dirinya sendiri dan lingkungannya. Adapun menurut Gibson dan Mitchell (2003) menyatakan bahwa konseling adalah hubungan bantuan antara konselor dan klien yang difokuskan pada pertumbuhan pribadi dan penyesuaian diri serta pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Lain halnya menurut Glading (2012) mendefinisikan konseling berkaitan dengan hubungan individu dengan bidang-bidang yang melibatkan hubungan antar manusia dan hubungan dengan dirinya sendiri, berhubungan dengan menemukan makna hidup dan penyesuaian dalam berbagai situasi (sekolah, karir, keluarga, dan lain- lain).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada klien yang mengalami permasalahan dengan tujuan konseling adanya perubahan tingkah laku pada diri klien sesuai dengan kemampuan dan potensi yang dimiliki oleh klien. Konselor berupaya untuk memfasilitasi

dan memberikan dukungan, bersama klien membuat alternatif-alternatif pemecahan masalah demi perubahan ke arah lebih baik dan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai dalam konseling.

Glading (2012) menyebutkan lima faktor yang mendukung konseling, yaitu:

(1) Struktur

Struktur adalah pemahaman bersama antara konselor dan klien mengenai karakteristik, kondisi, prosedur, dan parameter konseling. Struktur membantu memperjelas hubungan antara konselor dan klien, memberi arah, melindungi hak masing-masing, peran dan obligasi- obligasi baik dari konselor maupun klien, dan menjamin konseling sukses. Struktur ada sepanjang konseling, tetapi yang paling penting pada awal. Terlalu banyak struktur bisa menghambat konseling seperti tidak ada struktur. Memberi struktur sama dengan memberi orientasi kerangka kerja untuk terapi. Dengan struktur klien akan merasakan adanya rencana yang rasional, merupakan peta jalan konseling, menjelaskan tanggung jawab dalam menggunakan peta tersebut, dan mengurangi ambiguitas dalam hubungan konseling. Konselor yang tidak memberi struktur, akan memberi ketidakadilan kepada klien karena klien tidak tahu apa yang disebut dengan konseling. Klien akan merasa takut, tidak aman, bingung, dan takut, serta tidak bertanggung jawab untuk suksesnya konseling.

(2) Inisiatif

Inisiatif dalam konseling dilihat sebagai motivasi untuk berubah. Konselor harus memiliki inisiatif yang tinggi untuk mengeksplere perasaan klien. Klien sebagai individu yang mempunyai kekhawatiran untuk menyampaikan data yang bersifat pribadi. Klien yang datang meskipun datang dengan kehendak sendiri, selalu mempunyai keragu- raguan dan kecemasan dalam menghadapi proses konseling. Konselor harus menyadari akan ada sejumlah klien yang resisten. Sikap tak menilai yang dilakukan oleh konselor akan meningkatkan *trust*. Konselor berinisiatif dengan menggunakan persuasif. Cara lain dalam menerapkan inisiatif sebagai motivasi adalah dengan konfrontasi. Konselor mengatakan kepada klien apa yang telah dilakukan, kemudian meminta tanggung jawab klien agar melakukan sesuatu yang lain.

(3) Tatanan fisik

Tatanan fisik yang nyaman dapat meningkatkan proses konseling menjadi lebih baik. Tatanan fisik perlu diperhatikan karena dapat membantu menciptakan iklim psikologis yang kondusif untuk konseling. Tatanan yang nyaman, menarik, dan konselor yang menghargai klien akan memudahkan klien membuka diri kepada konselor karena tidak merasa terancam.

(4) Kualitas Klien

Jenis klien yang dianggap sukses dalam konseling adalah klien yang memiliki ciri-ciri *young, attractive, verbal, intelligent, successful*. Ciri-ciri klien yang kurang sukses dalam konseling adalah klien yang bersifat *homely, old, unintelligent, nonverbal, disadvantages*. Kesuksesan dalam konseling didukung oleh klien yang memiliki kemampuan untuk mengekspresikan diri dan menemukan *insight* yang dapat membantunya untuk lebih memahami dirinya dari percakapannya dengan konselor. Klien yang melakukan konseling harus mempunyai kesiapan untuk berubah. Konseling tidak bisa dimulai kalau klien tidak mengenali adanya kebutuhan untuk berubah. Klien yang melakukan konseling harus benar-benar datang atas kemauannya sendiri dan memahami apa yang akan dihadapinya.

(5) Kualitas Konselor

Konselor yang berkualitas sangat mendukung berhasilnya konseling. Seorang konselor harus ahli, menarik, dan dapat dipercaya. Seorang konselor harus bisa menempatkan diri dengan tempat ia memberi konseling, konselor bisa menyesuaikan diri dalam hal penampilan, busana, tutur kata, dan lain-lain.

B. Konseling *Helping Relationship*

Pada hakekatnya hubungan dalam konseling itu bersifat membantu (*helping relationship*) yang profesional. Hubungan membantu itu berbeda dengan memberi (*giving*) atau mengambil alih pekerjaan orang lain. Membantu tetap memberi kepercayaan kepada klien untuk bertanggung jawab dan menyelesaikan segala masalah yang dihadapinya. Hubungan konseling tidak bermaksud mengalihkan pekerjaan klien kepada konselor, tetapi memotivasi klien untuk lebih bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri mengatasi masalahnya.

Beberapa contoh hubungan yang profesional antara lain: dokter dan pasien, pekerja sosial dan masyarakat, pengacara dan klien, guru dan siswa. Sekalipun sama-sama hubungan profesional, tetapi masing-masing hubungan ini memiliki karakteristik tersendiri. Demikian pula dengan hubungan konseling berbeda dengan pola hubungan yang lain. Pada dasarnya hubungan antara konselor dan klien pada proses konseling merupakan hubungan pemberian bantuan yang bersifat profesional dan memiliki keunikan tersendiri. Profesional dalam hal ini dikarenakan didasarkan pada pengetahuan khas, menerapkan suatu teknik intelektual dalam suatu pertemuan khusus dengan orang lain (klien) agar klien tersebut dapat lebih efektif menghadapi dilema, pertentangan- pertentangan atau konflik yang terjadi dalam dirinya. Keunikan ini tercermin pada kekhususan karakteristik yang terjadi antara konselor dan klien. Kekhususan ini dapat dilihat dari sasaran yang dibantu oleh konselor, metode hubungannya dan masalah yang dihadapi oleh klien.

Pada suatu hubungan bantuan (*Helping relationship*) ditandai oleh ciri-ciri dasar tertentu. Menurut Shertzer dan Stone (dalam Mappiare : 2002) hubungan membantu (*helping*) mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Hubungan *helping* adalah penuh makna dan bermanfaat
- b) Afeksi sangat mencolok dalam hubungan *helping*
- c) Keutuhan pribadi tampil atau terjadi dalam hubungan *helping*
- d) Hubungan *helping* terbentuk melalui kesepakatan bersama individu-individu yang terlibat.
- e) Saling hubungan terjalin karena individu yang hendak dibantu membutuhkan informasi, pelajaran, advis, bantuan, pemahaman dan/atau perawatan dari orang lain.
- f) Hubungan *helping* dilaksanakan melalui komunikasi dan interaksi.
- g) Struktur hubungan *helping* adalah jelas
- h) Upaya - upaya yang bersifat kerja sama (*collaborative*) menandai hubungan *helping*.

Sedangkan George dan Cristiani dalam Latipun, (2004) mengemukakan bahwa pemberian bantuan merupakan proses dinamis dan unik yang dilakukan individu untuk membantu orang lain dengan menggunakan sumber-sumber dalam (inner resources) agar tumbuh ke dalam arahan yang positif dan dapat mengaktualisasikan potensi- potensinya untuk sebuah kehidupan yang bermakna. Secara lebih mendalam lagi

dikemukakan oleh Rogers (1961) bahwa hubungan membantu memberikan maksud untuk peningkatan pertumbuhan, kematangan, fungsi, cara penanganan kehidupannya dengan memanfaatkan sumber-sumber internal pada pihak yang diberikan bantuan.

Dari beberapa penjelasan mengenai kualitas dalam hubungan konseling dapat diambil kesimpulan bahwa sebenarnya hubungan yang dibangun dalam proses konseling antara konselor dan klien memiliki keunikan tersendiri. Selain itu terdapat beberapa pendapat tentang karakteristik hubungan yang terbina dalam proses konseling.

C. Konseling Mikro

Dalam teknik konseling terdapat elemen penting dalam menjalin hubungan dengan klien yang disebut *micro-skill*. Menurut Geldard & Geldard (2011) keterampilan – keterampilan konseling mikro adalah elemen – elemen kecil dari seorang konselor. konseling Mikro adalah suatu cara memberikan penguasaan teknik – teknik konseling tunggal kepada calon konselor. Keterampilan konseling yang paling penting adalah mendengarkan klien dengan penuh perhatian, merespon dan memahami klien. Dengan konseling mikro, maka calon konselor dilatih untuk dapat menjalankan profesinya di kemudian hari sebagai konselor yang profesional.

Maka dapat di simpulkan keterampilan konseling mikro adalah keterampilan – keterampilan khusus yang harus di kuasai oleh seorang konselor, karena jika digunakan secara tepat dapat sangat meningkatkan kualitas dan keefektifan dari proses konseling. Konseling Mikro didesain secara teoritis dan praktis dalam memberikan pengetahuan dasar keterampilan-keterampilan konseling secara teoritis dan praktis. Serta bagaimana pengembangan kompetensi diri untuk dapat menerapkannya dalam membantu orang lain yang membutuhkan bantuan.

BAGIAN II

PANDUAN KONSELING MIKRO

A. Ruang Lingkup Konseling Mikro

Dalam memberikan konseling hal yang perlu di perhatikan seorang konselor adalah menguasai teknik - teknik dasar konseling mikro, agar dalam pelaksanaan proses konseling dapat berjalan secara efektif dan efisien. Ruang lingkup konseling mikro mencakup tiga hal penting : 1) Asas konseling meliputi : (a) Asas kerahasiaan, (b) Asas kesukarelaan, (c) Asas keterbukaan, (d) Asas kegiatan, (e) Asas kemandirian, (f) Asas kekinian, (g) Asas kedinamisan, (h) Asas keterpedulian, (i) Asas kenormatifan, (j) Asas Keahlian, (k) Asas alih tangan kasus, (l) Asas tut wuri handayani; 2) Teknik konseling terkait dengan penerapan teknik secara umum dan khusus; dan 3) Evaluasi pelaksanaan konseling dilakukan melalui pengamatan mahasiswa terhadap rekan sebaya yang sedang melaksanakan konseling mikro dan pelaporan hasil pengamatan dibawah bimbingan dosen pengampu mata kuliah.

Panduan konseling mikro ini disusun sebagai salah satu alat bantu pelatihan berupa tertulis yang berisi keterampilan-keterampilan, asas-asas konseling. Tahapan-tahapan pelaksanaan konseling mikro, keterampilan dasar dalam konseling, teknik - teknik konseling, kerangka pedoman praktik konseling mikro beserta contoh rencana layanan konseling.

B. Tujuan Konseling Mikro

Konseling mikro bertujuan agar mahasiswa memiliki kompetensi yang hendak dicapai mahasiswa dapat memahami dan menguasai capaian pembelajaran yang akan di tempuh, terampil melakukan diagnosa permasalahan yang dialami oleh sasaran layanan, terampil melakukan layanan bimbingan dan konseling, evaluasi dan tindak lanjut nya.

C. Kompetensi yang Diharapkan

Kompetensi yang ingin dicapai dari adanya pelaksanaan konseling mikro adalah :

- a. Dapat mempraktekan keterampilan dasar konseling secara efektif;
- b. Dapat menampilkan kepribadian yang menyenangkan berdasarkan keterampilan dasar konseling;
- c. Mempraktikan tahapan-tahapan konseling;

- d. Menampilkan pribadi konselor yang cerdas, kreatif, inovatif, produktif dan berakhlak mulia;
- e. Dapat menyusun laporan konseling mikro dengan pendekatan konseling yang digunakan

D. Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan konseling mikro sebagai berikut :

- a. Tahap Orientasi

Orientasi bertujuan mengkaji dan menyamakan persepsi tentang prosedur, tata cara pelaksanaan, materi dan penilaian konseling mikro dan memberikan penjelasan mengenai berbagai kebijakan yang berkaitan dengan kegiatan konseling mikro.

- b. Tahap pembagian kelompok

Dalam satu kelas konseling mikro disesuaikan dengan jumlah mahasiswa setiap angkatan yang mengambil mata kuliah konseling mikro. Dibagi kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari 3-4 mahasiswa. 1 orang berperan menjadi konselor, 1 orang menjadi klien, berperan sebagai observer dsb.

- c. Tahap persiapan simulasi konseling

Masing – masing mahasiswa wajib membuat rencana layanan konseling dan dikonsultasikan dengan dosen pengampu mata kuliah.

- d. Tahapan pelaksanaan simulasi konseling

Melaksanakan simulasi konseling sesuai dengan tahapan-tahapan konseling atau teknik bimbingan konseling secara umum.

- a. Tahap pembinaan hubungan baik
- b. Tahap identifikasi dan pembahasan masalah
- c. Tahap alternatif pemecahan masalah
- d. Tahap pengambilan keputusan

- e. Tahap evaluasi dan *follow up*

Setelah praktik dilaksanakan masing-masing kelompok kecil itu mengadakan evaluasi dari hasil pelaksanaan simulasi bersama dengan dosen pengampu mata kuliah.

- f. Tahap pelaporan

Ada dua jenis bentuk pelaporan : 1) mengumpulkan lembar pengamatan dari simulasi praktik konseling; 2) mengumpulkan laporan verbatim konseling mikro yang dilaksanakan sesuai dengan format yang dicontohkan.

E. Adegan Tempat Konseling

Pengaturan ruangan tempat bertemu konselor dan konselee merupakan faktor yang harus diperhitungkan bagi keberhasilan konseling. Adapaun pengaturan ruangan hendaknya :

- 1) Tersedia kursi untuk memungkinkan klien duduk santai, karena kursi menjadi tempat nyaman dalam melakukan proses konseling
- 2) Ruang konseling tenang.
- 3) Saat berlangsungnya konseling, konselor tidak menghiraukan suara telpon.

Pertemuan awal

Waktu pertemuan ditetapkan bersama, biasanya 50 menit adalah bijaksana bagi kedua belah pihak. Sekiranya pertemuan awal dapat memberikan bahan yang cukup luas dan mendalam tentang klien.

Frekuensi bertemu

Idealnya, pertemuan itu diadakan seminggu sekali. Keuntungannya agar konselor dapat lebih intim berkenalan dengan klien dan tidak lupa mengenai bahan pembicaraan minggu lalu.

Membina pola konseling

Tugas utama konselor adalah membina klien agar mau berbicara bebas dan jujur. Tipe klien :

- Klien menuntut lebih banyak dari konselor, yaitu konselor memberikan pengarahan, nasehat, perintah yang jelas atau konselee yang bertanya.
- Klien tidak menghendaki pengarahan, nasihat, apalagi perintah. Bahkan ada yang ditanya tidak menjawab.
- Klien tidak mau berbicara spontan. Maka konselor menyerahkan kesempatan berbicara sepenuhnya kepada klien. Dapat mengatakan “saya sudah cukup lama

berbicara dan bertanya, sekarang saya inginkan agar anda mengambil alih pembicaraan dan saya tidak banyak bertanya lagi”. “dan satu hal yang saya ketahui, bahwa hanya anda lah satu-satunya yang tahu tentang diri anda, apa sebenarnya yang anda rasakan saat ini?”.

- Klien belum juga ingin berbicara. Mungkin konselor dapat berkata : “ Apa yang anda pikirkan selama kita berhadapan?”. Jika klien menjawab “Tidak ada yang saya pikirkan”. Konselor bisa menjawab dengan “Alangkah sulitnya memikirkan sesuatu yang tidak dipikirkan, bahkan mustahil tak ada yang dipikirkan, mungkin anda memikirkan untuk datang lagi menui saya lain kali”.

Pola konseling perlu dibina setahap demi setahap agar pertemuan selanjutnya dapat berlangsung lancar.

BAGIAN III

KARAKTERISTIK KONSELING MIKRO

A. Keterampilan Dasar Konseling

Keterampilan dasar konseling merupakan salah satu aspek penting yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses konseling yang dibangun oleh konselor. Keterampilan ini merupakan jembatan penghubung dalam setiap tahapan proses konseling dan sebagai modal dasar seorang konselor untuk melakukan proses konseling. Keberhasilan dalam melaksanakan praktik dasar-dasar konseling ini juga memudahkan konselor mengidentifikasi setiap perilaku dan tujuan yang hendak dicapai oleh klien. Adapun menurut Willis (2010) keterampilan dasar konseling yang dimaksud sebagai berikut :

1. *Attending/Acceptence*

Menurut Carkhuff dalam Tri Hariastuti(2007 : 27) attending adalah cara yang menunjukkan bagaimana konselor menyiapkan diri, bersikap, atau berperilaku, mendengarkan, memberikan perhatian kepada klien sehingga klien merasa aman, nyaman, diperhatikan oleh konselor. Sedangkan Menurut Tri Hariastuti, (2007 : 27) Attending merupakan kemampuan konselor dalam menunjukkan perhatian secara penuh kepada klien sehingga klien dapat terlibat dalam proses konseling. Fungsi utama dari attending yaitu untuk mendorong klien agar mau berbicara dengan bebas dan terbuka. Dengan demikian attending sangat diperlukan selama proses konseling berlangsung, terutama pada tahap awal

konseling. Keberhasilan konselor untuk mengajak klien terlibat secara penuh dalam konseling akan mempengaruhi proses konseling selanjutnya.

Perilaku attending yang ditampilkan konselor akan mempengaruhi kepribadian klien yaitu:

- 1) Meningkatkan harga diri klien, sebab sikap dan perilaku attending memungkinkan konselor menghargai klien, karena klien merasa dihargai maka merasa harga diri ada atau meningkat.
- 2) Dengan perilaku attending dapat menciptakan suasana aman bagi klien, karena klien merasa ada orang yang bisa dipercayai, teman untuk berbicara dan merasa terlindungi secara emosional.
- 3) Perilaku attending memberikan keyakinan kepada klien bahwa konselor adalah tempat dia mudah untuk mencurahkan segala isi hati dan perasaannya.

Penampilan konselor yang menampilkan komponen-komponen perilaku non verbal, bahasa lisan, dan kontak mata. Memiliki perilaku attending (penampilan) bertujuan agar calon konselor dapat memperlihatkan penampilan yang attending di berbagai situasi hubungan interpersonal secara umum, khususnya dalam relasi konseling dengan klien karena komponen-komponen tersebut tidak mudah, perlu dilatihkan bertahap dan terus menerus (Willis, 2010:176) :

Attending sangat diperlukan selama konseling berlangsung. Perilaku *Attending* yang ditampilkan akan mempengaruhi kepribadian klien yaitu :

- a) Meningkatkan harga diri klien sehingga klien mengembangkan ekspresi secara bebas.
- b) Menciptakan suasana aman bagi klien
- c) Memberikan keyakinan kepada klien bahwa konselor adalah tempat dia mudah untuk mencurahkan segala isi hati dan perasaannya.

Keterampilan *Attending* meliputi :

a. Bentuk Non verbal

No	Ekspresi	<i>Attending</i> yang baik	<i>Attending</i> yang tidak baik
1	Kepala	Melakukan Anggukan Jika Setuju	Kaku
2	Kontak Mata	Pandangan spontan yang memberikan kesan kepada klien bahwa konselor	Kontak mata tidak stabil, mata mengarah ke luar ruangan atau jam.

		mempunyai minat yang penuh serta responsif terhadap klien.	
3	Wajah	Tenang, Ceria, Senyum	Melamun, mengalihkan pandangan , tidak melihat klien sedang berbicara, melotot
4	Posisi Tubuh	Jarak duduk yang tidak terlalu jauh dan tidak terlalu dekat. Agak condong ke arah klien, duduk akrab atau berdampingan	Tegak kaku, bersandar, miring, jarak duduk dengan klien menjauh, duduk kurang akrab dan berpaling.
5	Tangan	Variasi gerakan tangan/lengan spontan berubah-ubah menggunakan tangan sebagai isyarat, menggunakan tangan untuk menekankan ucapan	Menggerakan jari terus menerus seperti gerakan memutar-mutar, bersedekap, menggaruk-garuk kepala atau bagian tubuh yang lain secara terus menerus.
6	Mendengarkan	Aktif penuh perhatian, menunggu ucapan klien hingga selesai, diam (menanti saat kesempatan beraksi), perhatian terarah pada lawan bicara	Perhatian pecah, mudah buyar oleh gangguan luar, memotong pembicaraan klien
7	Suara	Suara yang bervolume dan kejelasan, intonasi, nada suara yang enak di dengar sehingga mampu menciptakan hubungan baik	Volume suara terlalu kecil atau besar. Nada suara yang tidak enak di dengar seperti menggertak bahkan engos-engosan

b. Bentuk Lisan/Verbal :

1. Bentuk panjang
 Saya memahami.....
 Saya mengerti.....
 Saya dapat merasakan.....
 Dll
2. Bentuk pendek
 Teruskan.....,
 Terus....
 Oh..ya.....
 Lalu.....
 Mmmmm..... dll

Catatan : kata-kata perasaan ini penggunaanya disesuaikan dengan isi pesan yang di ungkapkan klien.

Contoh percakapan menggunakan teknik *Attending* :

Ke : “Assalamualaikum (Mengetok pintu)”

Ko : “Wa’alaikum salam” (berdiri membukapintu, Ramah, senyum, ceria, menghantarkan duduk di kursi)”

Ke : “Ya.. bu (Senyum terpaksa, gugup sedih)”

Ko : “Apa kabar nak (Menyebut nama klien) (senyum ramah, penuh perhatian)”

Ke : “Mmmmm.... (Sedih, mendudukan kepala)”

Ko : “Ada yang bisa ibu bantu? (Senyum ramah, penuh perhatian, duduk condong kearah klien)”

2. *Opening*

Keterampilan membuka atau memulai wawancara konseling. Keterampilan ini berperan pada awal wawancara yaitu mempersilahkan klien untuk berbicara seeluasa mungkin untuk mengutarakan masalahnya kepada konselor. Yang paling pertama adalah menyapa klien, ketika menyambut dan menyapanya akan sedikit banyak mempengaruhi perasaan klien terhadap konselor serta kepercayaannya terhadap konselor. Berusahalah membuat suasana terasa nyaman dan bersikap merendah tetapi ramah, terbuka, dan informal. Setelah berhasil membuat suasana semakin nyaman dan selanjutnya adalah meminta klien untuk berbicara tentang permasalahan yang dihadapinya.

Konselor bertugas menyimak, mendengarkan dengan sikap yang menunjukkan ketertarikan kepada klien, mendengarkan dengan penuh perhatian. Dengan menyimak apa yang dikatakan oleh klien konselor dapat membantu mengurangi kebingungannya, mengenali dilemma - dilemanya, menelusuri kemungkinan- kemungkinan pilihan baginya.

- Topik netral, berupa pembicaraan yang bersifat umum dan tidak menyinggung perasaan klien. (misal berupa kejadian-kejadian hangat, hobi dsb). Tujuan nya untuk menjembatani hubungan antara konselor dan klien untuk membangun hubungan yang akrab yang ditandai dengan saling percaya.

Contoh percakapan menggunakan teknik membuka percakapan

“Kira – kira hal apakah yang meresahkan anda/saudara/kamu/nak ?”

“Apa yang ingin anda kemukakan sekarang ?”

“Bagaiman keadaan anda sesudah pertemuan kita yang terakhir ?”

“Apa yang mengganggu pikiran mu saat ini ?”

“Apa yang membuat mu hingga seperti ini ?”

3. Kalimat Jembatan

Kalimat yang menjembatani dari *Opening* (Topik netral) untuk memberikan dorongan kepada klien dalam mengutarakan pikiran-pikirannya dan perasaannya.

Contoh Percakapan :

“Kira-kira hal apa yang meresahkan anda/saudara/kamu/nak?”

“Apa yang ingin anda kemukakan sekarang?”

“Bagaimana keadaan anda sesudah pertemuan kita terakhir?”

“Apa yang mengganggu pikiran mu saat ini?”

“Apa yang membuat mu bisa datang kesini?”

4. Structuring

Penstrukturan adalah teknik dimana konselor menjelaskan arti, keterbatasan. Peran konselor, tujuan dan kerahasiaan dalam hubungan konseling.

Bentuk dari *Structuring* :

<p><u>Time Limit/ Pembatasan Waktu</u></p> <p>Dalam konseling, konselor dan klien bersama-sama membuat kesepakatan waktu. Dalam hal ini konselor harus menyatakan pada awal pertemuan, berapa lama konseling akan berlangsung.</p>
<p><u>Action Limit/ Pembatasan Tindakan</u></p> <p>Pembatasan tindakan disini mengacu pada batasan-batasan tindakan yang boleh ataupun tidak boleh dilakukan.</p>
<p><u>Role Limit/ Pembatasan Peran</u></p> <p>Konselor menjelaskan peranannya dalam konseling</p>
<p><u>Problem Limit/Pembatasan Masalah</u></p> <p>Masalah-masalah yang dibahas dalam konseling yang sebaiknya didahulukan adalah masalah-masalah yang paling mendesak untuk dipecahkan</p>

5. Refleksi

Refleksi adalah suatu jenis teknik konseling yang penting hubungan konseling. Yaitu sebagai upaya untuk menangkap pikiran dan pengalaman klien kemudian merefleksikan kepada klien kembali. Hal ini harus dilakukan konselor sebab sering klien tidak menyadari akan perasaan, pikiran, dan pengalamannya yang mungkin menguntungkan atau merugikan.

Jika dia menyadari akan perasaannya, maka klien mungkin segera mengubah perilakunya kearah positif. Namun tidaklah mudah calon konselor untuk menangkap dan memahami perasaan dan pikiran serta pengalaman, lalu mengungkapkannya kembali kepada klien dengan bahasa calon konselor sendiri. Karena itulah seorang calon konselor haruslah dilatih secara terus menerus dan bertahap keterampilan refleksi ini. Teknik memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran dan pengalaman sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbanya.

Terdapat tiga jenis refleksi yaitu :

<p><u>Refleksi Perasaan / Reflection of feelings</u></p> <p>Keterampilan untuk dapat memantulkan perasaan klien sebagai hasil pegamatan terhadap perilaku verbal dan non verbal klien.</p> <p>Tujuannya membantu klien untuk merasa dipahami secara mendalam, klien</p>
--

merasa bahwa perasaan menyebabkan tingkah laku, memperjelas cara berfikir klien, membantu klien membedakan intensitas berbagai perasaan yang ada dalam dirinya.

Ekspresi perasaan dapat dikenal melalui :

Perubahan somatis (pernyataan non verbal) seperti : muka merah keringat yang berlebihan, menangis, pandangan tak menentu, melihat satu arah, menggigit jari, selalu menunduk.

Pernyataan verbal yang berupa pernyataan eksplisit/ langsung (sederhana), pemakaian kiasan, menggambarkan jenis kegiatan, dan menggambarkan dalam organ tubuh.

Cormier & Cormier dalam Retno Tri Hariastuti, (2007:42) mengemukakan enam langkah dalam membuat refleksi perasaan, yaitu :

- a. Mendengarkan kata – kata yang di gunakan klien untuk menyatakan perasaan – perasaanya, atau langkah – langkah afektif dalam pesan atau pernyataan klien.
- b. Perhatikan tingkah laku nonverbal klien ketika ia mengemukakan pernyataan atau pesan – pesan secara verbal. Nada suara dan ekspresi wajah dapat memberi tanda atau petunjuk mengenai perasaan dala diri klien. Sering kali, perilaku non verbal menjadi petunjuk yang lebih sesuai dengan emosi klien karena perilaku non verbal lebih sulit di control dibandingkan dengan kata – kata.
- c. Menyatakan kembali perasaan – perasaan klien dengan menggunakan kata – kata yang berbeda dari yang di ucapkan klien. Perlu di perhatikan dalam memilih kata yang tepat untuk menggambarkan intensitas perasaan klien. Untuk membedakan intensitas perasaan dsapat di buat daftar kata – kata perasaan (*feeling words*). Daftar ini akan membantu konselor dalam memilih kata – kata yang sesuai dengan emosi atau perasaan klien yang akan di refleksikan.
- d. Mengemukakan pernyataan refleksi dengan awalan kata yang sesuai dengan petunjuk dari klien, apakah di sampaikan secara visual, auditoria tau kinestik.
- e. Menambahkan konteks atau situasi dimana perasaan itu muncul.
- f. Memeriksa keefektifan refleksi berdasarkan respon klien terhadap

<p>pernyataan refleksi yang disampaikan konselor. Jika identifikasi perasaan klien dalam refleksi itu tepat, klien akan menyatakan “ ya, benar “ atau “ ya, itulah yang saya rasakan”.</p> <p>Contoh Bentuk Kalimatnya :</p> <p>“Agaknya.....”</p> <p>“Nampaknya yang anda katakan.....”</p> <p>“Barangkali anda merasa....”</p> <p>“Nada-nadanya.....”</p> <p>“Saya perhatikan anda kelihatanya.....”</p> <p>“Sepertinya yang anda maksud.....”</p> <p>Merefleksi perasaan sebagai respon yang empatik, sering dinyatakan secara tentatif, seperti :</p> <p>“Apakah anda mengarang.....”</p> <p>“Mungkin anda merasa.....”</p>
<p>Refleksi Pikiran/ <i>Reflection of meaning</i></p> <p>Ketrampilan untuk memantulkan ide pikiran, dan pendapat klien sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan non verbal klien.</p> <p>Tujuannya mengharapkan klien untuk menggali lebih dalam aspek-aspek dari pengalaman hidupnya dengan menekankan makna, nilai dan pemahaman yang mendalam di balik cerita tersebut.</p> <p>Contoh Bentuk Kalimatnya :</p> <p>“Apa maknanya hal itu bagi anda?”</p> <p>“Apakah nilai-nilai yang ada di belakang tindakan anda?”</p>
<p>Refleksi Pengalaman</p> <p>Keterampilan memantulkan pengalaman-pengalaman klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbal klien.</p>

6. Empati

Empati didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi apa yang sedang dipikirkan atau dirasakan oleh orang lain dalam rangka untuk merespon pikiran dan perasaan mereka dengan sikap yang tepat (Howe,2015; Baron-Cohen,2011). Menurut Haryati (2020 : 9) bahwa empati adalah kemampuan kita untuk menempatkan diri kita pada situasi atau kondisi yang dihadapi oleh orang

lain, maka kita empati dapat diketahui apa yang menjadi kebutuhan, keinginan, minat, harapan, dan kesenangan dari komunikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebelum kita membangun komunikasi atau mengirimkan pesan, kita perlu mengerti dan memahami dengan empati calon penerima pesan kita. Sehingga nantinya pesan kita akan dapat tersampaikan tanpa ada halangan psikologis atau penolakan dari penerima.

Kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berfikir bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien. Empati dilakukan sejalan dengan perilaku *attending*, tanpa perilaku *attending* mustahil berbentuk empati. Konselor yang empati mudah memasuki dunia dalam klien sehingga klien tersentuh dengan sikap konselor. Akhirnya klien akan terbuka dengan jujur terhadap konselor.

Seorang calon konselor harus dilatih agar peka terhadap perasaan klien, memahami pikirannya, dan mampu merasakan perasaan dan pengalaman klien. Untuk mencapai hal tersebut maka dilatihkan teknik empati. Latihan tersebut mencakup ungkapan perasaan konselor mengenai perasaan, pengalaman, pikiran (keadaan dunia dalam klien) baik dengan cara biasa maupun dengan cara yang lebih mendalam/menyentuh.

Contoh ungkapan empati :

- Saya dapat merasakan bagaimana perasaan anda saat ini
- Saya dapat memahami apa yang tengah anda pikirkan
- Saya mengerti tentang apa yang anda pikirkan berapa bentuk latihan

7. Dorongan Minimal

Dorongan minimal adalah suatu keterampilan pengulangan langsung dengan singkat tentang apa yang dikatakan dan selanjutnya untuk diberikan komentar singkat. Klien sering tersendat dalam mengungkapkan emosinya. Hal ini disebabkan rasa tertekan yang kuat. Untuk memudahkan emosi itu keluar, maka teknik memberi dorongan minimal dapat dipergunakan oleh konselor.

Contoh ungkapan yang dapat digunakan adalah : Oh.. ya..., Terus.... Lalu..., dan... Selanjutnya.....

8. Bertanya

Menurut Surya dalam Mulawarman (2016: 69), ketrampilan bertanya dapat dikembangkan dengan memperhatikan beberapa hal yaitu (1) perhatikan suasana konseling dan klien, (2) kuasai materi yang berkaitan dengan pertanyaan, (3) ajukan pertanyaan dengan cara yang jelas dan terarah, serta tidak keluar dari topik bahasan, (4) segera berikan respon balikan terhadap jawaban pertanyaan yang diajukan dengan sikap yang baik dan empatik. Bertanya merupakan keterampilan yang digunakan untuk mengetahui perasaan dan keadaan klien secara lebih mendalam. Jika seorang klien tak mampu menyatakan isi hati dan perasaannya maka konselor saatnya menggunakan pertanyaan terbuka agar percakapan bisa dilakukan oleh klien. Ada dua tipe bertanya, yaitu : Pertanyaan Terbuka dan Pertanyaan Tertutup.

Pertanyaan Terbuka untuk memancing klien agar mau berbicara, mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan pemikirannya. Kata tanya yang dipergunakan : “apa”, “mengapa”, “dimana”, “kapan”, dan “bagaimana”.

Contoh ungkapan pertanyaan terbuka :

- Dapatkah anda ceritakan kepada saya bagaimana kronologi kejadiannya?
- Kenapa anda terlihat sangat kecewa, coba ceritakan?
- Apa sebab anda berlaku demikian?
- Bolehkah saya mengetahui maksud kedatangan anda kemari?

Pertanyaan tertutup adalah teknik pengumpulan informasi, menjernihkan atau memperjelas sesuatu dan menghentikan pembicaraan klien yang melantur atau menyimpang jauh. Klien biasanya hanya memberikan jawaban “Ya” atau “Tidak”.

Contoh ungkapan pertanyaan tertutup :

- Apa anda merasa sedih dengan peristiwa itu?
- Apakah anda sudah menikah?
- Berapa jumlah saudara anda?

9. Konfrontasi

Kadang-kadang klien tidak konsisten dalam kata dan perbuatannya, atau dengan bahasa umum tidak konsisten antara aspek verbal dengan nonverbal. Atau terjadi perbedaan antara ucapan pertama dengan berikutnya dalam hal yang sama. Untuk mengatasi hal ini, konselor harus menguasai teknik konfrontasi agar klien dibantu supaya kembali konsisten. Menurut Geldard & Geldard (2011:198)

Konfrontasi adalah sebuah keterampilan konseling berbeda dengan konfrontasi secara umum, keterampilan mikro berbentuk konfrontasi yang berfungsi untuk menumbuhkan kesadaran klien dengan memberinya informasi yang mungkin terlewatkan atau tidak teridentifikasi olehnya). Konfrontasi menyadarkan klien dengan memberikan informasi yang mungkin tidak menyenangkan bagi klien, mungkin diabaikan dari perhatian klien, tetapi harus diperhatikan oleh klien, jika ingin mengoptimalkan manfaat dari konseling.

Sedangkan menurut Nursalim (2005) konfrontasi adalah untuk mengenal secara jujur dan langsung serta untuk menunjukkan pada klien apa yang sedang terjadi atau apa yang diperkirakan sedang terjadi. Pengaruhnya adalah tantangan, pengungkapan, atau ancaman.

Konfrontasi menyadarkan klien dengan memberikan informasi yang mungkin tidak menyenangkan bagi klien, mungkin diabaikan dari perhatian klien, tetapi harus diperhatikan oleh klien, jika ingin mengoptimalkan manfaat dari konseling. Terkadang klien tidak konsisten dalam kata dan perbuatannya, atau dalam bahasa umum tidak konsisten antara aspek verbal dengan non verbal.

Maka konfrontasi adalah teknik yang digunakan untuk menunjukan adanya kejanggalan, diskrepensi, inkongruensi pada diri klien, kemudian konselor mengumpan balikkan kepada klien. Konfrontasi mencakup sekelompok keterampilan konseling yang kompleks. Terdapat beberapa keterampilan konfrontasi, yaitu:

- a. Mengetahui perasaan – perasaan dalam diri sendiri sebagai seorang konselor
- b. Menggambarkan perasaan – perasaan yang ada dalam diri sendiri dan membagi perasaan tersebut dengan klien.
- c. Memberikan umpan balik dalam bentuk pendapat tentang tingkah laku klien.
- d. Meditasi sebagai bentuk konfrontasi pada diri sendiri.
- e. Mengulang sebagai bentuk memberi tekanan dan memberi kejelasan.
- f. Asosiasi sebagai suatu metode menyentuh perasaan.

Contoh percakapan menggunakan konfrontasi :

- “Saya memperhatikan anda mengatakan tidak apa-apa, tetapi muka anda terlihat kecewa, apakah anda merasakannya?”

- Apakah anda merasa bahwa apa yang anda katakan berbeda dengan perasaan anda?”
- “Saya melihat ada perbedaan antara perkataan anda dengan perasaan anda. Apakah anda merasakannya?”
- “Anda mengatakan bahwa anda senang bersekolah disekolahanmu sekarang, tapi kenapa anda sering membolos?”
- “Tadi anda mengatakan bahwa anda bersedia mengatakan yang sejujurnya, tetapi kenapa anda memilih diam dan tidak mau berbicara kepadanya?”

10. *Sharring of Experience*

Sharring of Experience adalah teknik berbagi pengalaman diri maupun teman kepada klien sebagai upaya untuk meringankan beban yang dialami klien.

Contoh ungkapan *Sharring of Experience*:

- Saya juga pernah mengalami seperti apa yang anda ceritakan.....
- Teman saya pernah melakukan hal serupa dengan anda.....

11. Eksplorasi

Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pikiran dan pengalaman klien. Teknik ini memungkinkan klien untuk dapat berbicara dengan leluasa tanpa rasa takut kepada konselor.

Contoh ukapan eksplorasi :

- Dapatkan saudara menjelaskan apa perasaan bingung yang anda maksudkan?
- Saya kira pendapat saudara mengenai hal itu sangat baik, dapatkah anda menguraikannya lebih detail?

12. *Paraphrasing*

Sering terjadi klien sulit mengarahkan pembicaraan dan menekankan tentang pokok-pokok permasalahannya. Hal ini karena dia terlampau emosional atau memang kurang pengetahuan bagaimana memecahkan persoalan sendiri. Untuk mengatasi hal ini perlu ada upaya konselor agar inti pembicaraan klien bisa ditangkap dan dibahasakan dengan sederhana serta mudah dimengerti oleh klien. Karena itu calon konselor perlu dilatih untuk menangkap pesan utama klien atau disebut juga teknik *paraphrasing*.

Menurut Geldard & David Geldard (2011 : 80) parafrasa merupakan sebuah keterampilan dasar yang sangat berguna untuk melakukan parafrasa, konselor harus menyimak dengan cermat dan kemudian mengulang kembali inti dari perkataan klien dengan kata – kata konselor sendiri. Sedangkan menurut Ma'mur Asmani (2010 : 212) menangkap pesan (paraphrasing) adalah teknik untuk menyatukan kembali esensi atau inti ungkapan klien, dengan teliti mendengarkan pesan utama klien, mengungkapkan kalimat yang mudah dan sederhana. Adapun menurut Tri Hariastuti (2007 : 40) parafrase yaitu menyatakan kembali kata – kata atau pikiran – pikiran pokok klien. Dalam parafrase konselor menyatakan ide pokok klien dengan kata – kata sendiri, tidak sekedar menirukan kata – kata yang di ucapkan klien.

Maka dapat disimpulkan Parafrase adalah cara merefleksikan (menegaskan) kembali pada klien yang penting tetapi secara lebih jelas dan menggunakan kata – kata konselor sendiri. Dan parafrase akan berjalan dengan sendirinya mengikuti aliran pemikirannya. Parafrase mendorong seseorang untuk terus berjalan dalam alur gerak mereka sendiri. Parafrase yang bagus adalah yang tidak mengganggu klien yaitu parafrase yang mengalihkan konsentrasi klien dari persoalan yang sedang ia coba selesaikan. Yang terpenting disini adalah konselor bisa menjalin hubungan nyata berlandaskan kepercayaan, kepedulian, dan empatik kepada klien.

Beberapa tujuan di gunakannya parafrase yang akan mempengaruhi klien menurut Tri Hariastuti (2007 : 41), yaitu :

- a. Menyatakan pada klien bahwa konselor memahami pembicaraan.
- b. Mendorong klien untuk mengungkapkan idea tau pikiran – pikirannya.
- c. Membantu klien memusatkan pembicaraan pada situasi, kejadian, idea tau tingkah laku tertentu.
- d. Membantu klien yang membutuhkan kesimpulan.
- e. Untuk lebih menekankan isi pesan dibandingkan afeksi.

Bentuk parafrase ini, biasanya digunakan awal kalimatnya ; 1) *singkatnya*, 2) *pada intinya*, 3) *boleh dikatakan.....* 4) *sepertinya yang anda maksudkan,.....* 5) *nampaknya yang anda katakan....* 6) *apa yang anda inginkan adalah.....* 7) *jadi anda beranggapan bahwa....* 8) *jadi masalahmu adalah.....* 9) *dari pembicaraan kita tadi saya menangkap bahwa.....* 10) *adakah yang anda katakan adalah....*

13. *Reassurance* (Penguatan)

Adalah teknik yang dipergunakan untuk memperkuat atau mendukung pernyataan positif konseli agar ia menjadi lebih yakin dan percaya.

Penguatan Prediksi (*Prediction Reassurance*)

Penguatan yang dilakukan konselor terhadap pernyataan konseli yang berisi rencana positif yang dilaksanakan.

Contoh :

“Bagus, apabila anda mau menolong teman anda, jika benar-benar anda lakukan rencana itu, maka.....

Penguatan Postdiksi (*Postdiction Reassurance*)

Penguatan konselor terhadap perilaku yang telah klien lakukan dan nampak hasilnya.

Penguatan Faktual (*Factual Reassurance*)

Penguatan yang dipergunakan konselor untuk mengurangi beban penderitaan psikologis (pengalaman yang tidak menyenangkan).

Contoh :

Konselor dapat meringankan beban klien dengan memberikan dukungan faktual bahwa apa yang dialami oleh klien dapat dialami juga oleh orang lain dan merasakan seperti yang dirasakan klien saat ini.

14. *Advice* (Pemberi Nasehat)

Mungkin banyak klien dan calon klien mengira bimbingan dan konseling adalah lembaga nasehat. Sehingga jika tidak ada kebutuhan seperti itu, maka lembaga itu seolah-olah tak ada gunanya. Padahal konseling bukan hanya untuk memberi nasehat saja namun lebih luas lagi yakni untuk pengembangan klien dan membantu dia agar mampu mengatasi masalah sendiri. Karena itu sebaiknya nasehat diberikan jika klien memintanya.

Keterampilan konselor untuk memberi informasi/nasehat kepada klien agar ia menjadi lebih jelas/ lebih pasti mengenai apa yang hendak dilakukan.

Ada 3 jenis *Advice*, yaitu:

- a. *Direct advice*, diberikan jika klien tidak tahu sama sekali atau pemberian nasehat secara langsung bagi permintaan klien berupa fakta, yang ia sama sekali tidak mempunyai informasi tentang hal itu. Misalnya informasi

mengenai kegiatan ekstrakurikuler, maka respon konselor : *“Kebetulan ibu tidak tahu mengenai informasi itu, maka sebaiknya anda langsung kesekretariat kegiatan ekstra yang anda maksudkan”*.

b. *Persuasive advice* atau nasehat persuasif

Diberikan jika klien sudah mengetahui alasan-alasan logis atas rencananya. Misalnya klien menceritakan mengenai keadaanya, bahwa dia tidak kerasaan/ betah tinggal di tempat kosannya karena ia tidak bisa belajar, dengan mengemukakan berbagai alasan, maka respon konselor : *“Berdasarkan alasan-alasan yang anda kemukakan maka bagus, bila rencana itu dilaksanakan”*.

c. *Alternative advice* atau nasehat alternatif

Diberikan setelah klien mengetahui kelebihan dan kelemahan dari setiap alternatif tindakan yang akan diputuskan.

15. Rejection (Penolakan)

Keterampilan konselor melarang klien melanjutkan atau melaksanakan rencana tindakan yang patut diduga esar kemungkinannya membahayakan atau merugikan pihak lain dan dirinya sendiri. Bentuk penolakan ada 2 yakni :

➤ Secara tersamar

Penolakan ini diberikan dengan tujuan untuk memberikan kesempatan pada klien agar memikirkan kembali rencana yang akan dilakukannya, misalnya : *“Coba pikirkan masak-masak empat lima kali lagi, sebelum anda melakukan rencana itu”*.

➤ Secara Langsung

Penolakan ini diberikan jika klien benar-benar mempunyai rencana yang akan membahayakan dirinya sendiri atau konselor menyatakan sikap tidak setuju atas rencana klien, misalnya : *“Jangan sampai anda melakukan rencana itu, karena akibatnya akan pasti merugikan diri anda dan orang tua anda”*.

16. Summary (Kesimpulan)

Menurut Kathryan Geldard & David Geldard (2011 : 133) kesimpulan adalah merefleksikan inti dari percakapan, berfungsi mengumpulkan poin – poin

penting dari isi pembicaraan, serta melibatkan perasaan – perasaan yang telah diutarakan klien.

Dengan demikian kesimpulan adalah keterampilan yang digunakan konselor untuk menyimpulkan atau ringkasan mengenai apa yang telah dikemukakan klien pada proses konseling. Jika konselor akan menutup sesi konseling sebaiknya dibuat bersama klien kesimpulan umum hasil proses konseling sejak awal. Disamping itu klien diberi kesempatan memberikan penilaian terhadap jalannya konseling dan terhadap perilaku konselor selama membantu klien. Hal ini amat berguna sebagai masukan bagi konselor untuk memperbaiki proses konseling dan pribadinya sendiri.

Kesimpulan berdasarkan perolehan selama proses konseling. Terutama apa yang sudah diperoleh klien yaitu: apakah kecemasannya telah menurun, apakah dia merasa lebih lega, apakah rencananya sudah jelas, apakah pertemuan berikutnya perlu, dan sebagainya. Sedangkan evaluasi adalah mengenai jalannya diskusi, kemampuan konselor, keadaan diri klien sekarang, dan bagaimana rencananya kira-kira akan berhasil atau tidak?, Jika semua sudah jelas, maka konselor menyarankan kepada klien apakah sesi konseling sudah bisa ditutup.

Kesimpulan dibedakan menjadi dua : 1) kesimpulan bagian dan 2) kesimpulan akhir.

Kesimpulan bagian : dibuat pada percakapan klien dan konselor yang dipandang telah sampai pada titik penting, dan dibuat dengan kata-kata. Seperti : *“Untuk sementara ini.....”, “Sejauh Percakapan ini.....”*

Kesimpulan akhir : dibuat setelah konselor menganggap bahwa percakapan telah sampai pada titik akhir simpulan akhir. Simpulan akhir merupakan *review* dari keseluruhan wawancara pada suatu sesi konseling. Misalnya : *“Dari awal dan akhir percakapan kita, maka dapat disimpulkan.....”*.

17. Termination

Merupakan teknik yang digunakan konselor untuk mengakhiri konseling, baik mengakhiri untuk dilanjutkan pada pertemuan berikutnya maupun mengakhiri karena wawancara konseling betul-betul berakhir.

Cara mengakhiri konseling :

- 1) Merujuk pada keterbatasan waktu yang telah disepakati bersama.

- 2) Meringkas atau merangkum
- 3) Merujuk pada waktu yang akan datang. Misalnya : “*Waktu kita hampir habis, kapan kamu ingin kembali lagi?*”.
- 4) Berdiri. Berdiri merupakan prasyarat teknik persuasif untuk mengakhiri konseling, maka konselor dapat berdiri yang mengisyaratkan bahwa konseling telah berakhir, dan hal ini dapat dilakukan secara lemah lembut sebelum klien mempunyai kesempatan pindah pada topik lain.
- 5) Gerak isyarat halus. Gerak isyarat halus ini bisa dilakukan dengan melihat jam tangan atau jam dinding.

B. Teknik-Teknik Konseling

I. Psikonalisa

a. Pandangan Psikoanalisa terhadap Hakikat Manusia

Freud juga memandang manusia yang memiliki kemampuan untuk menyadari kesulitan atau masalahnya dan memanfaatkan sumber-sumber bantuan lain dan perkembangan pribadinya untuk memahami masalahnya, mengalahkan dorongan naluriannya yang tidak rasional, dan membuat perubahan yang positif dan kemudian mencapai kehidupan yang diinginkannya. Freud memandang sifat manusia deterministik, dimana manusia dideterminasi oleh kekuatan-kekuatan irasional, motivasi-motivasi tidak sadar, kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan biologis dan naluri, dan oleh peristiwa-peristiwa psikoseksual yang terjadi selama lima tahun pertama.

Kunci utama untuk memahami manusia menurut paradigma psikoanalisis adalah mengenai insting-insting seksual dan agresi, dorongan biologik yang membutuhkan kepuasan (Alwisol, 2008). Konsep-konsepnya tentang kesadaran dan ketidaksadaran yang merupakan dasar atau kunci untuk memahami tingkah laku dan masalah kepribadian untuk memahami masalahnya sebagaimana sering diistilahkan sebagai gunung es diatas permukaan laut.

b. Pandangan Psikoanalisa terhadap kepribadian

Dalam hal ini Freud menggambarkan kepribadian manusia melalui konsep struktur mental (psyche) dan struktur kepribadian.

(1) Struktur Mental

Freud mengemukakan Struktur mental terdiri dari 3 tingkat, yakni; kesadaran (*conscious*), ketidaksadaran (*unconscious*) dan ambang sadar (*presonscious*). Kesadaran menunjuk pada apa yang sedang kita persepsi (rasakan, pikirkan, dan amati). Struktur mental terdiri atas gagasan bahwa kesadaran itu hanyalah bagian kecil saja dari kehidupan mental, sedangkan bagian yang terbesarnya adalah justru ketaksadaran atau alam tak sadar. Freud mengibaratkan alam sadar dan tak sadar itu dengan sebuah gunung es yang terapung di mana bagian yang muncul ke permukaan air (*conscious*) jauh lebih kecil daripada bagian yang tenggelam (*unconscious*). Sedangkan prasadar (*presonscious*) yakni tingkat kesadaran yang menjadi jembatan antara sadar dan tak sadar atau batas antara kesadaran dan ketidaksadaran.

(2) Struktur Kepribadian:

a. Id

Id adalah sistem kepribadian yang asli atau sistem kepribadian yang paling dasar, sistem yang di dalamnya terdapat naluri bawaan yang umumnya tidak kita sadari. Id adalah aspek biologis dan merupakan sistem original dalam kepribadian yang dibawa sejak lahir. Id hanya memburu hawa nafsunya saja tanpa menilai hal tersebut baik atau buruk.

Id bekerja sejalan dengan prinsip-prinsip kenikmatan, yang bisa dipahami sebagai dorongan untuk selalu memenuhi kebutuhan dengan serta merta. Fungsi satu-satunya id adalah untuk mengusahakan segera tersalurkan kumpulan-kumpulan energi atau ketegangan yang dicurahkan dalam jasadnya oleh rangsangan-rangsangan, baik dari dalam maupun dari luar. Menurut Freud terdapat dua insting dasar dalam Id, yaitu **Eros** (naluri hidup) dan **Thanatos** (naluri mati). *Eros* merupakan insting untuk bertahan hidup, dengan libido sebagai dorongan utama. Sedangkan *Thanatos* merupakan insting yang mendorong individu untuk berperilaku agresif dan destruktif.

Id bertugas menerjemahkan kebutuhan satu organisme menjadi daya-daya motivasional, yang dengan kata lain disebut dengan insting atau nafsu. Freud juga menyebutnya dengan kebutuhan.

b. Ego

Ego berbeda dengan Id. Ego ialah sistem kepribadian yang bertindak sebagai pengarah individu kepada objek dari kenyataan, dan menjalankan fungsinya berdasarkan prinsip kenyataan. Ego memiliki kontak dengan dunia eksternal dari kenyataan. Ego adalah eksekutif dari kepribadian yang memerintah, mengendalikan, dan mengatur. Ego merupakan tempat berasalnya kesadaran, biarpun tak semua fungsinya bisa dibawa keluar dengan sadar. Ego merupakan aspek psikologis yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan secara baik dengan dunia kenyataan.

Ego dapat membedakan sesuatu yang hanya ada di dalam dunia batin dan sesuatu yang ada di dunia luar. Peran utama ego adalah menjadi jembatan antara kebutuhan insting dengan keadaan lingkungan, demi kepentingan adanya organisme. Ego menghubungkan organisme dengan realitas dunia melalui alam sadar yang dia tempati, dan dia mencari objek-objek untuk memuaskan keinginan dan nafsu yang dimunculkan id untuk merepresentasikan apa yang dibutuhkan organisme. Proses penyelesaian ini disebut dengan proses sekunder. Ego merupakan aspek eksekutif (pengendali atau pengatur) dari struktur kepribadian.

c. Superego

Superego ialah sistem kepribadian yang berisikan nilai-nilai dan aturan-aturan yang sifatnya evaluatif. Ia bertindak sebagai pengarah atau hakim bagi egonya. Superego adalah cabang moral atau hukum dari kepribadian. Superego merepresentasikan hal yang ideal, dan mendorongnya bukan kepada kesenangan, melainkan kepada kesempurnaan. Superego senantiasa memaksa ego untuk menekan hasrat-hasrat yang berbeda ke alam bawah sadar. Superego, bersama dengan id, berada di alam bawah sadar. Jadi superego cenderung untuk menentang, baik ego maupun id, dan membuat dunia menurut konsepsi yang ideal. Ketiga aspek tersebut meski memiliki karakteristik sendiri dalam prakteknya, namun ketiganya selalu berinteraksi secara dinamis.

(3) Mekanisme Pertahanan Ego

Freud menjelaskan bahwa ketika terjadi konflik antara tuntutan realitas, keinginan id, dan hambatan super ego maka individu menggunakan mekanisme- mekanisme pertahanan yang untuk mengatasi kecemasan dan mencegah terlukanya ego. Adapun mekanisme pertahanan ego adalah sebagai berikut:

a. Denial/Penyangkalan

Memainkan peran defensif, sama seperti represi. orang menyangkal untuk melihat atau menerima masalah atau aspek hidup yang menyulitkan. Denial beroperasi pada taraf *preconscious* atau *conscious*.

b. Proyeksi

Dengan proyeksi individu akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang dibuatnya sendiri, dan menyangkal bahwa dia memiliki dorongan negatif.

c. Fiksasi

Fiksasi yaitu terpaku/tetap pada tahap-tahap perkembangan yang lebih awal karena individu memiliki kecemasan untuk mengambil langkah ke tahap berikutnya. Anak yang memakai mekanisme pertahanan fiksasi biasanya mempunyai hambatan dalam perkembangan dan menjadi tidak mandiri

d. Regresi

Regresi yaitu melangkah mundur ke tahap perkembangan sebelumnya dimana tuntutan-tuntutannya tidak terlalu besar, seperti menanggulangi kecemasan dengan bertingkah laku tidak dewasa atau tak pantas.

e. Rasionalisasi

Kadang-kadang orang memproduksi alasan-alasan “baik” untuk menjelaskan egonya yang terhantam. Rasionalisasi membantu untuk membenarkan berbagai tingkah laku spesifik dan membantu untuk melemahkan pukulan yang berkaitan dengan kekecewaan. misalnya bila orang tidak mendapatkan posisi yang diinginkannya dalam pekerjaan, mereka memikirkan alasan-alasan logis mengapa mereka tidak mendapatkannya, dan kadang-kadang mereka berusaha membujuk dan

meyakinkan dirinya sendiri bahwa sebenarnya dia tidak menghendaki posisi tersebut.

f. Sublimasi

Sublimasi yaitu menggunakan jalan keluar yang lebih tinggi atau lebih dapat diterima secara sosial, mekanisme pertahanan sublimasi ini lebih bersifat positif karena individu mencari jalan lain bagi pengungkapan perasaan agresinya dengan cara yang lebih bermanfaat. Misalnya impuls agresif dapat disalurkan menjadi prestasi olahraga.

g. Displacement

Salah satu cara menghadapi anxietas adalah dengan memindahkannya dari objek yang mengancam kepada objek “yang lebih aman”. Misalnya orang penakut yang tidak kuasa melawan atasannya melampiaskan hostilitasnya di rumah kepada anak-anaknya.

h. Represi

Represi adalah suatu cara pertahanan untuk menyingkirkan dari kesadaran pikiran dan perasaan yang mengancam. Represi terjadi secara tidak disadari melupakan peristiwa traumatis yang bisa membangkitkan kecemasan, dengan menekannya ke alam bawah sadar sehingga tidak lagi menjadi hal-hal yang menyakitkan. Represi merupakan salah satu konsep Freud yang paling penting, karena merupakan dasar bagi sebagian besar pertahanan ego yang digunakan individu

i. Formasi Reaksi

Formasi reaksi adalah melakukan tindakan yang berlawanan dengan hasrat - hasrat tak sadar. Ketika perasaan-perasaan yang lebih dalam menimbulkan ancaman, maka individu berusaha menampilkan tingkah laku yang berlawanan untuk menyangkal perasaan-perasaan negatifnya.

Freud berpendapat bahwa tahapan perkembangan individu yang terpenting terjadi pada 5 tahun pertama kehidupannya. Oleh karena itu perlu dibahas fase-fase perkembangan psikoseksual untuk menghantarkan pemahaman atas perkembangan pribadi normal:

1. Fase Oral (0 – 1 tahun)

Pada fase ini, mulut dan bibir merupakan daerah kenikmatan utama karena bayi memperoleh kenikmatan lewat mengisap dan mengecap. Bayi harus mendapatkan kenikmatannya pada fase oral karena jika tidak ketika dewasa ia akan memiliki ciri-ciri seperti suka bergosip, menyerang, menghina.

Tugas perkembangan utama fase oral adalah mendapatkan rasa puas baik dengan orang lain, diri sendiri, dan orang lain. Cinta adalah perlindungan terbaik terhadap ketakutan dan ketidakamanan. Anak-anak yang dicintai tidak akan banyak menemui kesulitan dalam menerima dirinya, sebaliknya anak-anak yang merasa tidak diinginkan, tidak diterima, dan tidak dicintai cenderung mengalami kesulitan dalam menerima dirinya sendiri, dan belajar untuk tidak mempercayai orang lain, serta memandang dunia sebagai tempat yang mengancam.

2. Fase Anal (1 – 3 tahun)

Pada fase ini anal menjadi bagian signifikan dalam perkembangan kepribadian, dimana daerah anal menggantikan mulut sebagai bagian yang mendatangkan kepuasan. Fase ini mencakup tugas perkembangan kebebasan belajar, penerimaan terhadap kekuatan personal, belajar untuk melampirkan ungkapan negatif seperti amarah dan agresi. Dan hal penting lain yang harus dipelajari anak pada fase ini adalah bahwa mereka memiliki kekuatan, kemandirian, dan otonomi. Pada fase anal anak banyak berhadapan dengan tuntutan-tuntutan orangtua, terutama yang berhubungan dengan toilet training, dimana anak memperoleh pengalaman pertama dalam hal kedisiplinan serta anak memperoleh tuntutan untuk mengendalikan prilakunya dan mengikuti cara-cara yang benar. Ketika tahapan ini tidak berjalan dengan baik maka anak akan mengembangkan kepribadian anal, yakni menjadi orang yang sangat menekan kepatuhan, konformitas, ketertaturan, menjadi kikir dan suka melawan atau memberontak.

3. Fase falic (3 – 5 tahun)

Pada fase ini beralihnya kenikmatan seksual anak beralih pada fungsi alat kelaminnya, dimana perkembangan perbedaan antara anak laki-laki dan perempuan sudah mulai tampak. Berdasarkan pandangan Freudian ortodok, dasar konflik ada pada keinginan anak-anak akan orangtuanya dari lawan jenis. Maksudnya anak laki-laki menyenangi ibunya (Oedipus complex) dan anak

perempuan menyenangi ayahnya (electra complex). Jika konflik-konflik oedipal ini tidak terpecahkan, anak akan mengembangkan kepribadian palis dimana anak laki-laki akan berkembang menjadi homoseksual atau heteroseksual yang tidak benar-benar mencintai pasangannya tetapi hanya menjadikannya sebagai objek pemuas seksual. Sedangkan anak perempuan akan berkembang menjadi wanita yang genit, penggoda pria atau menjadi lesbian. Oleh karena itu Mereka membutuhkan contoh yang memadai bagi identifikasi peran seksual, untuk mengetahui apa yang benar dan salah, serta apa yang maskulin dan feminin, sehingga mereka memperoleh perspektif yang benar tentang peran mereka sebagai anak laki-laki atau anak perempuan.

4. Fase Laten (6 – 12 tahun)

Energy seksual anak yang tinggi pada fase falis, menurun pada fase ini. Struktur kepribadian (id, ego, super ego) telah terbentuk. Dan masalah seksual sudah mulai berkurang dan berkembang kearah sosialisasi, libido ditekan dan anak mulai mengalihkan energinya ke aktivitas sekolah, bersosialisasi dengan teman, olah raga, dan hobi. Meski begitu perkembangan organ-organ fisik terus berkembang dalam kerangka persiapan perkembangan seksual berikutnya.

5. Fase Genital (12 tahun ke atas)

Dalam Fase ini individu berubah dari remaja menuju dewasa, dan dimulai pada usia 12 tahun hingga terus berlanjut sepanjang hidupnya. Pada fase ini individu mulai mengembangkan minatnya kepada lawan jenis dan mulai menanggung tanggungjawab orang dewasa. Ciri pokok usia dewasa adalah kebebasan untuk bekerja dan bercinta.

(4) Mekanisme Pengubahan

a. Proses konseling

Dalam proses konseling psikoanalisis ada dua hal yang perlu diperhatikan yaitu:

1. Mengenai kontrak dan mengatur teknik, membuat kontrak untuk membuat kesepakatan waktu yang diperlukan, dimana Freud menyatakan bahwa klien biasanya 6 hari setiap minggu dan pada kasus ringan cukup tiga kali dalam seminggu. Dan dalam pengaturan teknik,

freud menyatakan bahwa konselor duduk disamping klien yang berbaring didipan.

2. Fase pembukaan analisis, Freud menyatakan beberapa minggu pertama konseling sebagai analisis eksperimental. Konselor menggunakan pertemuan awal ini untuk menentukan secara diagnostik apakah klien pantas mendapatkan penyembuhan analitik. Sebagai contoh sehingga dalam analisisnya konselor mampu membedakan klien yang menunjukkan gejala histeria atau obsesi klien yang mengalami kelainan tingkah laku.

b. Teknik Psikoanalisa

1. **Asosiasi bebas**, Teknik psikoanalisa memiliki banyak jenis, salah satunya yaitu: **teknik asosiasi bebas**. Asosiasi bebas dilakukan dengan pembicaraan antara konselor dengan klien, konselor membiarkan klien mengatakan apapun juga. Arah pembicaraan tidak ditentukan terlebih dahulu. Psikoanalisis menyakini bahwa segala ekspresi individu, termasuk kata-kata yang diucapkannya, bukanlah kebetulan. Tidak ada kata yang tidak disengaja dan tidak bermakna. Oleh karena itu, klien tidak dihambat untuk mengatakan apapun, sekalipun pikiran yang muncul dalam diri klien terkadang terkesan remeh, tak berarti, tak berkaitan satu sama lainnya, bahkan bagi diri klien sendiri. Inilah yang dimaksud dengan asosiasi bebas. Pasien didorong untuk mengungkapkan lagi, apa yang teringat/ terpikir olehnya karena sesuatu itu. Melalui proses ini, ternyata sedikit demi sedikit pembicaraan akan mengarah pada topik tertentu yang sesungguhnya (secara tak sadar) menjadi *concern* klien. Asosiasi bebas membantu analisis dan klien untuk menyadari sumber tak sadar dari suatu permasalahan yang mengemuka saat ini.
2. **Interpretasi**, Tugas konselor menerangkan dan mengajarkan akan makna tingkah laku yang dimanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, penentangan dan hubungan teraupetik itu sendiri. Fungsinya adalah memberi peluang kepada ego untuk mencerna isi-isi baru dan mempercepat proses menguak materi diluar kesadaran selanjutnya. Interpretasi dirancang untuk mempercepat proses terapi

dengan mengangkat material ketidaksadaran. Hal yang paling penting adalah bahwa interpretasi dilakukan harus tepat waktu untuk menghindari penolakan klien.

3. **Analisis mimpi**, Merupakan prosedur yang penting untuk bisa mengungkapkan materi tidak disadari dan untuk bisa memberi klien suatu wawasan ke dalam kawasan problem yang tak terselesaikan. Selama tertidur, individu mengalami pertahanan, control yang lemah dan memungkinkan muncul perasaan-perasaan tertekan. Freud berpandangan bahwa mimpi sebagai “jalan raya menuju ketidaksadaran”. sebab melalui mimpi hasrat, kebutuhan, dan ketakutan yang tidak disadari bisa terungkap. Mimpi memiliki 2 taraf isi yaitu *isi laten* dan *isi manifes*, *isi laten* terdiri dari motif-motif yang tersembunyi dan simbolis, sebaliknya *isi manifes* yaitu gambaran yang tampak dalam mimpi yang dialami oleh individu. Tugas konselor disini adalah untuk menyingkap isi laten yang tergambar dalam isi manifes mimpi konseli, serta mengasosiasikannya guna menyingkap makna-makna terselubung di dalamnya. Dengan cerita klien atas mimpi yang dialaminya konselor berusaha menginterpretasikannya dan menjelaskan maknanya kepada klien guna menyingkap makna-makna terselubung di dalamnya.
4. Analisis resistensi, secara umum, konselor meminta perhatian klien dan ditujukan untuk menyadarkan klien dan menafsirkan resistensi yang paling tampak untuk memperkecil kemungkinan penolakan klien terhadap interpretasi konselor. Sesuatu yang menghambat kelangsungan terapi dan mencegah konseli mengungkapkan alasan-alasan kecemasannya. Freud berpendapat bahwa hal ini tidak bisa dibiarkan karena akan menghambat proses konseling. Penafsiran terhadap resistensi harus dilaksanakan untuk membantu konseli menyadari alasan-alasan yang ada di balik resistensi dan kemudian mampu menyelesaikan konfliknya secara realistis
5. Analisis transferensi, Konselor mengusahakan klien mengembangkan transferensinya agar terungkap neorosisnya terutama pada usia selama lima tahun pertama dalam hidupnya. Transferensi terjadi ketika

terdapat sebuah “urusan yang belum selesai” dengan orang-orang penting di masa lalu, yang terdistorsi ke masa sekarang dan memberikan reaksi kepada konselor sebagaimana dia bereaksi terhadap ayah atau ibunya pada masa kanak-kanak.

II. Behavioral

Perkembangan koseling behavioral bertolak dari perkembangan aliran behaviorisme dalam perkembangan psikologi yang menolak pendapat aliran strukturalisme yang berpendapat bahwa mental, pikiran dan perasaan hendaknya ditemukan terlebih dahulu bila perilaku manusia ingin dipahami, yang disebut teori introspeksi. Beberapa tokoh behaviorisme :

□ Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936)

Ivan Petrovich Pavlov adalah orang Rusia yang sangat dikenal dengan teori pengkondisian klasik (*classical conditioning*) dengan eksperimennya yang menggunakan anjing sebagai obyek penelitian. Pengkondisian model Pavlov ini menyatakan bahwa rangsangan yang diberikan secara berulang-ulang serta dipasangkan dengan unsur penguat, akan menyebabkan suatu reaksi (JP. Chaplin, 2002:103). Menurut Pavlov (Walgito,2002:53) aktivitas organisme dapat dibedakan atas :

1. Aktivitas yang bersifat reflektif, yaitu aktivitas organisme yang tidak disadari oleh organisme yang bersangkutan. organisme membuat respons tanpa disadari sebagai reaksi terhadap stimulus yang mengenainya.
2. Aktivitas yang disadari , yaitu aktivitas atas dasar kesadaran organisme yang bersangkutan. Ini merupakan respons atas dasar kemauan sebagai suatu reaksi terhadap stimulus yang diterimanya. ini berarti bahwa stimulus yang diterima oleh organisme itu sampai pada pusat kesadaran, dan barulah terjadi suatu respons. Dengan demikian maka jalan yang ditempuh oleh stimulus dan respons atas kesadaran yang lebih panjang apabila dibandingkan dengan stimulus-respons yang tidak disadari (respons reflektif). Psikologi yang digagas oleh Pavlov dikenal dengan psikologi reflek (*psychoreflexiologi*), karena Pavlov lebih memfokuskan perhatiannya pada aktivitas yang bersifat reflek.

□ Edward Lee Thorndike (1874-1949)

Edward Lee Thorndike (psikolog amerika) lahir di Williamsburg pada tahun 1874 (JP.Chaplin 2002:509. Walgito,2002:55). Karya-karyanya yang paling dikenal adalah penelitian mengenai *animal psychology* serta teori belajar *Trial and error learning*. Thorndike (Walgito,2002:55) menitikberatkan perhatiannya pada aspek fungsional perilaku yaitu ; bahwa proses mental dan perilaku berkaitan dengan penyesuaian diri organisme terhadap lingkungannya. Karena pendapatnya tersebut maka Thorndike diklasifikasikan sebagai behaviorist yang fungsional, berbeda dengan Pavlov yang behaviorist asosiatif. Dari hasil eksperimennya Thorndike menetapkan ada tiga macam hukum yang sering disebut dengan hukum primer dalam hal belajar, tiga hukum tersebut adalah :

1. Hukum Kesiapsediaan *the law of readiness*.
2. Hukum Latihan *The Law of exercise*
3. Hukum efek *The Law of effect*

The law of readiness, adalah salah satu faktor penting, karena dalam proses belajar yang baik, organisme harus mempunyai kesiapsediaan, karena tanpa adanya kesiapsediaan dari organisme yang bersangkutan maka hasil belajarnya tidak akan baik. Sedangkan hukum latihan *the law of exercise* Thorndike mengemukakan dua aspek yang terkandung di dalamnya yaitu ; 1). *The law of use*, 2). *The law of disuse*. *The law of use* adalah hukum yang menyatakan bahwa hubungan atau koneksi antara stimulus-respons akan menjadi kuat apabila sering digunakan. *The law of disuse*; adalah hukum yang menyatakan bahwa koneksi antara stimulus-respons akan menjadi lemah apabila tidak latihan. Mengenai hukum efek Thorndike berpendapatkan bahwa memperkuat atau memperlemah hubungan stimulus-respons, tergantung pada bagaimana hasil dari respons yang bersangkutan (Walgito,2002:56).

□ **Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)**

BF.Skinner dikenal sebagai tokoh dalam bidang pengkondisian operan (*operant condisioning*). Untuk memahami konsep ini, kita harus memahami dengan apa yang dimaksud perilaku operan dan perilaku respons (Atkinson et.al,1996:304, Walgito,2002:57).

1. *Perilaku respons*; perilaku respons adalah perilaku alami, perilaku ini merupakan respons langsung atas stimulus, perilaku ini bersifat

reflektif. Perilaku ini sama halnya dengan istilah aktivitas reflektif dalam kondisioning klasik dari Pavlov.

2. *Perilaku operan*; perilaku ini lebih bersifat spontan, perilaku yang muncul bukan ditimbulkan oleh stimulus, melainkan ditimbulkan oleh organisme itu sendiri.

Terdapat dua prinsip umum dalam teori pengkondisian operan yang dipaparkan oleh Skinner, dua prinsip tersebut adalah ; 1). Setiap respons yang disertai dengan *Reward* (sebagai reinforcement stimuli) akan cenderung diulangi, dan 2). *Reward atau reinforcement stimuli* akan meningkatkan kecepatan atau *rate* terjadinya respons (Walgito,2002:57).

JP.Chaplin (2002:466) memaparkan bahwa hukum dasar pengkondisian operan adalah; apabila ada satu operan yang diikuti dengan satu penguatan perangsang, maka kecepatan mereaksi akan bertambah pula. Percepatan mereaksi tadi secara khas diukur selama satu pelaksanaan sampai terjadinya pengakhiran. Penguatan perangsang *reinforcement stimuli* dapat bersifat positif atau negatif.

□ **John Broadus Watson (1878-1958)**

Watson (JP.Chaplin, 2002:536) mendefinisikan psikologi sebagai ilmu pengetahuan tentang tingkah laku. Sasaran behaviorisme adalah mampu meramalkan reaksi dari satu pengenalan mengenai kondisi perangsang, dan sebaliknya, juga mengenali reaksi, agar bisa meramalkan kondisi perangsang yang mendahuluinya. Inti dari behaviorisme adalah memprediksi dan mengontrol perilaku. Karyanya diawali dengan artikelnya *psychology as the behaviorist views it* pada tahun 1913. Di dalam artikelnya tersebut Watson mengemukakan pandangan behavioristiknya yang membantah pandangan strukturalisme dan fungsionalisme tentang kesadaran. Menurut Watson (*behaviorist view*) yang dipelajari adalah perilaku yang dapat diamati, bukan kesadaran, karena kesadaran adalah sesuatu yang *dubios*. Metode-metode obyektif Watson lebih banyak menyukai studi mengenai binatang dan anak-anak, seperti sebuah studi yang ia lakukan dalam pengkondisian rasa takut pada anak-anak.

a. Mekanisme Perubahan

1. Tahap-tahap Konseling

Dalam melaksanakan konseling Behavioral, ada beberapa langkah-langkah yang menjadi dasar pelaksanaan model konseling ini. Adapun deskripsi konseling yang dimaksud adalah :

- a. **Assesment**, langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan konseli (untuk mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahannya, pola hubungan interpersonal, tingkah laku penyesuaian, dan area masalahnya) Konselor mendorong konseli untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya pada waktu itu. Assesment diperlukan untuk mengidentifikasi metode atau teknik mana yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.
- b. **Goal setting**, yaitu langkah untuk merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah assessment konselor dan konseli menyusun dan merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling. Perumusan tujuan konseling dilakukan dengan tahapan sebagai berikut : a. Konselor dan konseli mendefinisikan masalah yang dihadapi konseli, b. Konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling, c. Konselor dan konseli mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan konseli : a) apakah merupakan tujuan yang benar-benar dimiliki dan diinginkan konseli, b) apakah tujuan itu realistis; c) kemungkinan manfaatnya; dan d) kemungkinan kerugiannya; e) Konselor dan konseli membuat keputusan apakah melanjutkan konseling dengan menetapkan teknik yang akan dilaksanakan, mempertimbangkan kembali tujuan yang akan dicapai.
- c. **Technique implementation**, yaitu menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling.
- d. **Evaluation termination**, yaitu melakukan kegiatan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.

- e. **Feedback**, yaitu memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

Selain itu, untuk para ahli behavioral, konseling dilakukan dengan menggunakan tahap-tahap/prosedur yang bervariasi dan sistematis yang sengaja secara khusus untuk mengubah perilaku dalam batas-batas tujuan yang disusun secara bersama-sama konselor dan klien. Tokoh aliran psikologi behavioral John D. Krumboltz dan Carl Thoresen (dalam Latipun, 2005 : 115), menempatkan prosedur belajar dalam empat kategori sebagai berikut :

1) Belajar Operan (*operant learning*)

Adalah belajar didasarkan atas perlunya pemberian ganjaran (*reinforcement*) untuk menghasilkan perubahan perilaku yang diharapkan. Ganjaran dapat diberikan dalam bentuk dorongan dan penerimaan sebagai persetujuan, pembenaran atau perhatian konselor terhadap perilaku yang dilakukan klien.

2) Belajar Mencontoh (*imitative learning*)

Adalah cara dalam memberikan respon baru melalui menunjukkan atau mengerjakan model-model perilaku yang diinginkan sehingga dapat dilakukan oleh klien.

3) Belajar Kognitif (*cognitive learning*)

Adalah belajar memelihara respon yang diharapkan dan boleh mengadaptasi perilaku yang lebih baik melalui instruksi sederhana.

4) Belajar Emosi (*emotional learning*)

Adalah cara yang digunakan untuk mengganti respon-respon emosional klien yang tidak dapat diterima menjadi respon emosional yang dapat diterima sesuai dengan konteks *classical conditioning*.

Teori behavioral berasumsi bahwa perilaku klien adalah hasil kondisi konselor. Oleh karena itu, konselor dalam setiap menyelenggarakan konseling harus beranggapan bahwa setiap reaksi klien adalah akibat dari situasi (stimulus) yang diberikannya. Tujuan konseling behavioral dalam pengambilan keputusan adalah secara nyata membuat keputusan. Konselor behavioral bersama klien

bersepakat menyusun urutan prosedur perubahan perilaku yang akan diubah, dan selanjutnya konselor menstimuli perilaku klien.

2. Teknik-teknik Konseling

Konseling Behavioral memiliki sejumlah teknik spesifik yang digunakan untuk melakukan perubahan perilaku berdasarkan tujuan yang hendak dicapai. Teknik-teknik spesifik yang beragam bisa digunakan secara sistematis dan hasilnya bisa dievaluasi. Teknik-teknik ini bisa digunakan jika saatnya tepat untuk menggunakannya. Banyak diantaranya yang bisa dimasukkan kedalam praktek psikoterapi yang berlandaskan model-model lain. Teknik-teknik spesifik yang akan diuraikan di bawah ini bisa diterapkan pada terapi dan konseling individual maupun kelompok.

a. Desensitisasi Sistematis

Desensitisasi Sistematis merupakan teknik relaksasi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara negatif biasanya berupa kecemasan, dan ia menyertakan respon yang berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan. Dengan pengkondisian klasik, respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Cara yang digunakan dalam keadaan santai stimulus yang yang menimbulkan kecemasan dipasangkan dengan stimulus yang menyebabkan keadaan santai. Dipasangkan secara berulang-ulang sehingga stimulus yang semula menimbulkan kecemasan hilang secara berangsur-angsur.

b. Terapi Implosif atau Pembanjiran

Terapi Implosif dikembangkan berdasarkan atas asumsi bahwa seseorang yang secara berulang-ulang dihadapkan pada situasi penghasil kecemasan dan konsekuensi-konsekuensi yang menakutkan, maka kecemasan akan hilang. Atas dasar asumsi ini, klien diminta untuk membayangkan stimulus-stimulus yang menimbulkan kecemasan. Dalam situasi konseling, secara berulang-ulang membayangkan stimulus sumber kecemasan dan konsekuensi yang diharapkan ternyata tidak muncul, akhirnya stimulus yang mengancam tidak memiliki kekuatan dan neurotiknya menjadi hilang.

c. Latihan Perilaku Asertif

Latihan Asertif digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna diantaranya untuk membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan “tidak”, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok diterapkan untuk latihan asertif ini.

d. Pengkondisian/Terapi Aversi

Teknik pengkondisian aversi dilakukan untuk meredakan perilaku simptomatik dengan cara menyajikan stimulus yang tidak menyenangkan (menyakitkan) sehingga perilaku yang tidak dikehendaki (simptomatik) tersebut terhambat kemunculannya. Stimulus dapat berupa sengatan listrik atau ramuan-ramuan yang membuat mual. Stimulus yang tidak menyenangkan yang disajikan tersebut, diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak dikehendaki dengan stimulus yang tidak menyenangkan. Perilaku yang dapat dimodifikasi dengan teknik ini adalah perilaku yang maladaptif, misalnya merokok, obsesi kompulsi, penggunaan zat adiktif. Perilaku maladaptif ini tidak dihentikan seketika, tetapi dibiarkan terjadi dan pada waktu bersamaan dikondisikan dengan stimulus yang tidak menyenangkan. Jadi terapi aversi ini menahan perilaku yang maladaptif dan individu berkesempatan untuk memperoleh perilaku alternatif yang adaptif.

e. Pengondisian Operan

Tingkah laku operan adalah tingkah laku yang memancar yang menjadi ciri organisme yang efektif. Ia adalah tingkah laku yang beroperasi di lingkungan untuk menghasilkan akibat-akibat. Tingkah laku operan merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari, yang mencakup membaca, berbicara, berpakaian, makan dengan alat-alat makan, bermain dan sebagainya.

Menurut Skinner (1971), jika suatu tingkah laku diganjar, maka probabilitas kemunculan kembali tingkah laku tersebut di masa mendatang akan tinggi. Prinsip perkuatan yang menerangkan pembentukan, pemeliharaan dan penghapusan pola-pola tingkah laku merupakan inti dari pengondisian operan. Beberapa metode yang termasuk metode pengondisian operan yaitu :

□ Perkuatan Positif

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku. Pemerkuat-pemerkuat baik primer maupun sekunder diberikan untuk rentang tingkah laku yang luas. Penerapan pemberian perkuatan positif pada psikoterapi membutuhkan spesifikasi tingkah laku yang diharapkan, penemuan tentang apa agen yang memperkuat bagi individu, dan penggunaan perkuatan positif secara sistematis guna memunculkan tingkah laku yang diinginkan.

□ Pembentukan Respons

Dalam pembentukan respons, tingkah laku yang sekarang secara bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Pembentukan respons berwujud pengembangan suatu respons yang pada mulanya tidak terdapat dalam repertoar tingkah laku individu. Perkuatan sering digunakan dalam pembentukan respons ini.

□ Perkuatan Intermiten

Disamping membentuk, perkuatan-perkuatan bisa juga digunakan untuk memelihara tingkah laku yang telah terbentuk. Untuk memaksimalkan nilai pemerkuat-pemerkuat, konselor harus memahami kondisi-kondisi umum dimana perkuatan-perkuatan muncul. Oleh karenanya jadwal-jadwal perkuatan merupakan hal yang penting. Perkuatan terus menerus mengganjar tingkah laku setiap kali ia muncul. Sedangkan perkuatan intermiten diberikan secara bervariasi kepada tingkah laku yang spesifik. Tingkah laku

yang dikondisikan oleh perkuatan intermiten ini pada umumnya lebih tahan terhadap penghapusan dibanding dengan tingkah laku yang dikondisikan melalui pemberian perkuatan yang terus menerus. Prinsip perkuatan intermiten bisa menerangkan, mengapa orang-orang bisa tahan dalam bermain judi atau dalam memasang taruhan pada pacuan kuda. Mereka cukup terganjar untuk bertahan meskipun mereka lebih banyak kalah ketimbang menang.

□ Penghapusan

Apabila suatu respons terus menerus dibuat tanpa perkuatan, maka respons tersebut cenderung menghilang. Dengan demikian, karena pola-pola tingkah laku yang dipelajari cenderung melemah dan terhapus setelah suatu periode, cara untuk menghapus tingkah laku yang maladaptif adalah menarik perkuatan dari tingkah laku yang maladaptif itu. Penghapusan dalam kasus seperti ini, boleh jadi berlangsung lambat, karena tingkah laku yang akan dihapus telah dipelihara oleh perkuatan intermiten dalam jangka waktu yang lama.

□ Pencontohan

Dalam pencontohan, individu mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Status dan kehormatan model sangat berarti, dan orang-orang pada umumnya dipengaruhi oleh tingkah laku model-model yang menempati status yang tinggi dan terhormat di mata mereka sebagai pengamat.

□ *Token Economy*

Metode *Token Economy* dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku apabila persetujuan dan pemerkuat-pemerkuat yang tidak bisa diraba lainnya tidak memberikan pengaruh. Dalam *Token Economy*, tingkah laku yang layak bisa diperkuat dengan perkuatan-perkuatan yang bisa diraba yang nantinya bisa ditukar dengan objek-objek atau hak istimewa yang diinginkan. Metode *Token Economy* amat mirip dengan yang dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan tanda-tanda sebagai pemerkuat-

pemerkuat bagi tingkah laku yang layak memiliki beberapa keuntungan yaitu : tanda-tanda tidak kehilangan nilai insentifnya, tanda-tanda bisa mengurangi penundaan yang ada diantara tingkah laku yang layak dengan ganjarannya, tanda-tanda bisa digunakan sebagai pengukur yang konkrit bagi motivasi individu untuk mengubah tingkah laku tertentu, tanda-tanda adalah bentuk perkuatan yang positif, individu memiliki kesempatan untuk

memutuskan bagaimana menggunakan tanda-tanda yang diperolehnya dan tanda-tanda cenderung menjembatani kesenjangan yang sering muncul diantara lembaga dan kehidupan sehari-hari. *Token Economy* merupakan salah satu contoh dari perkuatan yang ekstrinsik, yang menjadikan orang-orang melakukan sesuatu untuk meraih “pemikat diujung tongkat”. Tujuan prosedur ini adalah mengubah motivasi yang ekstrinsik menjadi motivasi yang intrinsik. Diharapkan bahwa perolehan tingkah laku yang diinginkan akhirnya dengan sendirinya akan menjadi cukup mengganjar untuk memelihara tingkah laku yang baru.

f. Kontrak Perilaku

Kontrak perilaku didasarkan atas pandangan bahwa membantu klien untuk membentuk perilaku tertentu yang diinginkan dan memperoleh ganjaran tertentu sesuai dengan kontrak yang disepakati. Dalam hal ini, individu mengantisipasi perubahan perilaku mereka atas dasar persetujuan bahwa beberapa konsekuensi akan muncul. Kontrak perilaku adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan klien) untuk mengubah perilaku tertentu pada klien. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan, ganjaran dapat diberikan kepada klien. Dalam terapi ini, ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan daripada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.

III. dsds

C. Layanan Bimbingan Konseling

Secara umum tujuan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling adalah berupaya membantu siswa menemukan pribadinya, dalam hal mengenal kekuatan dan kelemahan dirinya, serta menerima dirinya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Dalam pelayanan bimbingan konseling terdapat 10 layanan bimbingan dan konseling (Prayitno & Erma, 2013), yaitu :

1. Layanan Orientasi

Layanan konseling yang memungkinkan klien memahami lingkungan yang baru dimasukinya untuk mempermudah dan memperlancar berperannya klien dalam lingkungan baru tersebut.

Tujuan layanan ini agar klien dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru secara cepat, tepat dan memadai, yang berfungsi untuk pencegahan dan pemahaman.

Materi Kegiatan Layanan orientasi menyangkut misalkan:

- Pengenalan lingkungan lembaga atau objek karir seperti kantor, pabrik, bengkel dll
- Peranan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu segala jenis masalah dan kesulitan
- Organisasi dan wadah yang dapat membantu dan meningkatkan hubungan sosial klien
- Kehidupan berkeluarga : seperti peristiwa pernikahan, talak dan rujuk, kelahiran.
- Kehidupan keagamaan : upacara ritual keagamaan, sarana ibadah keagamaan, situs dan peninggalan keagamaan

2. Layanan Informasi

Layanan informasi yaitu layanan konseling yang memungkinkan klien menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan kepentingan klien, berfungsi untuk pencegahan dan pemahaman.

Materi Kegiatan Layanan informasi menyangkut misalkan:

- Tugas-tugas perkembangan masa remaja/dewasa/lansia
- Informasi pekerjaan/karir dan ekonomi

- Pengembangan diri
- Informasi pendidikan
- Informasi kehidupan berkeluarga
- Informasi sosial budaya, kewarganegaraan
- Dll

3. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan dan penyaluran memungkinkan klien penempatan dan penyaluran yang sesuai dengan bakat dan kemampuan masing-masing. Berfungsi untuk pengembangan.

Materi Kegiatan Layanan penempatan dan penyaluran menyangkut misalkan:

- Membantu dalam kegiatan program khusus yang di butuhkan klien
- Penempatan dan penyaluran dalam kelompok sebaya, organisasi sosial dsb
- Dll

4. Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten yakni layanan konseling yang memungkinkan klien menguasai konten tertentu terutama kompetensi dan atau kebiasaan yang berguna dalam kehidupan di sekolah, keluarga dan masyarakat.

5. Layanan Konsultasi

Konsultasi adalah layanan konseling terhadap konsulti yang memungkinkan konsulti memperoleh wawasan, pemahaman dan cara yang perlu dilaksanakan untuk menangani masalah pihak ketiga.

Komponen layanan konsultasi bimbingan dan konseling

a) Konselor

Tenaga ahli yang memiliki kewenangan melakukan pelayanan konseling pada bidang tugas pekerjaan nya.

Dalam melaksanakan layanan konsultasi konselor mempraktikan teknik-teknik konsultasi yang secara simultan juga melaksanakan prinsip dan asas-asas konseling dan jika di perlukan melaksanakan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.

b) Konsulti

Individu yang meminta bantuan kepada konselor agar dirinya mampu menangani kondisi atau permasalahan pihak ketiga yang menjadi tanggung

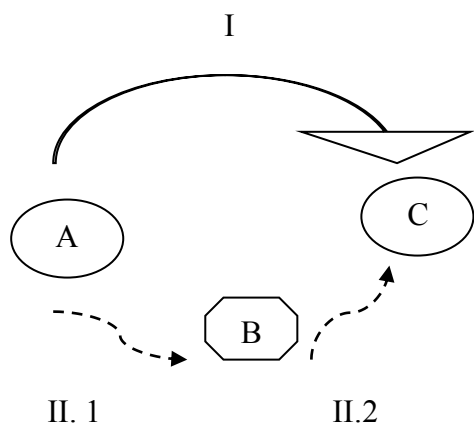
jawabannya. Bantuan ini diminta dari konselor karena konsulti belum mampu menangani situasi atau pihak ketiga itu.

c) Pihak ketiga

Individu yang kondisi atau permasalahannya di persoalkan oleh konsulti, kondisi/permasalahan pihak ketiga itu perlu diatasi, dan dikonsulti merasa (setidak-tidaknya ikut bertanggung jawab atas pengetasannya)

Keterkaitan konsulti dan pihak ketiga dengan kondisi/permasalahannya misalnya sebagai berikut :

Konsulti	Pihak Ketiga	Kondisi/Permasalahannya
Guru	Siswa	Basalah belajar; hubungan guru-murid; disiplin belajar
Orangtua	Anak	Masalah kebiasaan makan; tidur; belajar dirumah; dsb
Kepala sekolah	a. Guru b. Siswa	Masalah disiplin guru; motivasi kerja guru; penilaian dan promosi guru Tawuran; narkoba; disiplin siswa
Pimpinan Perusahaan	Karyawan	Masalah disiplin kerja; ganjaran dan hukuman; penugasan kerja
Pimpinan organisasi	a. Personalia pengurus b. Anggota organisasi	Masalah kelompok kerja; pembagian tugas; tertib organisasi Masalah toleransi antar anggota; kepatuhan terhadap AD/ART



A = Konselor/ Konsultan

B = Konsulti

C = Klien atau Pihak Ketiga

Penilaian dalam layanan konsultasi :

Pemahaman baru (*understanding*) yang diperoleh konsulti

Perasaan (*comfort*) yang berkembang pada diri konsulti

Kegiatan (*action*) yang akan dilaksanakan setelah proses konsultasi selesai

Laiseg ---- fokus terpusat pada kondisi diri konsulti berkenaan ketiga ranah (UCA).

Menilai perolehan yang didapat dari proses konsultasi.

Laijapen--- dipusatkan bagaimana konsulti melaksanakan hasil konsultasi terutama unsur A-nya. Respon dan dampak awal dari tindakan konsulti terhadap pihak ketiga sudah dapat menjadi bagian dari sasaran laijapen. Untuk ini konsulti terlebih dahulu dilatih oleh konselor untuk melaksanakan laiseg terhadap pihak ketiga.

Laijapang--- perubahan terjadi pada pihak ketiga, khususnya berkenaan dengan permasalahan yang sejak awalnya dibawa oleh konsulti dalam berkonsultasi dengan konsultan. Untuk ini konsulti terlebih dahulu dilatih oleh konselor untuk melaksanakan laiseg terhadap pihak ketiga.

Langkah-langkah pelaksanaan layanan :

1. Perencanaan

Mengidentifikasi konsulti

Mengatur pertemuan

Menetapkan fasilitas layanan

Menyiapkan kelengkapan administrasi

2. Pelaksanaan

Menerima konsulti

- Menyelenggarakan penstrukturan konsultasi
- Membahas masalah yang dibawa konsulti berkenaan dengan pihak ketiga
- Mendorong dan melatih konsulti untuk : mampu menangani masalah yang dialami pihak ketiga; memanfaatkan sumber-sumber yang ada
- Membina komitmen konsultasi untuk menangani masalah pihak ketiga dengan bahasa dan cara-cara konseling
- Melakukan penilaian segera

3. Evaluasi

Evaluasi jangka pendek tentang keterlaksanaan hasil konsultasi

4. Analisis hasil konsultasi

Menafsirkan hasil evaluasi dalam kaitannya dengan diri dan pihak ketiga dan konsulti sendiri

5. Tindak lanjut

Konsultasi lanjutan dengan konsulti untuk membicarakan hasil evaluasi serta menentukan arah dan kegiatan lanjutan

6. Laporan

Membicarakan dengan konsulti tentang laporan yang di perlukan oleh konsulti; mendokumentasikan laporan layanan konsultasi.

6. Layanan Mediasi

Layanan mediasi merupakan layanan konseling yang dilaksanakan konselor terhadap dua pihak atau lebih yang sedang dalam keadaan tidak menemukan kecocokan/permasalahan/perselisihan. Konselor sebagai “MEDIA” atau “PERANTARA/ PENGHUBUNG”

Tujuan khusus layanan mediasi :

Sebelum layanan = sesudah layanan

Bermusuhan= Damai

Perbedaan=Kebersamaan

Menjauh=Mendekati

Mau menang sendiri= Mau memberi dan menerima

Bersaing=Toleran

Dsb

Contoh Masalah klien

Posisi satu pihak	Pokok permasalahan	Posisi pihak lain
Satu pihak mengaku hal itu miliknya	Pengakuan atas satu kepemilikan	Pihak lain mengaku itu sebagai miliknya
Pihak yang satu ingin membalas dendam	Tersinggung, dendam, sakit hati	Pihak yang lain tidak mau dianggap bersalah dan menuduh pihak yang satu itu bersalah
Sang adik merasa hak nya dikurangi	Tuntutan atas hak	Sang kakak merasa adiknya mengambil terlalu banyak
A menyatakan si B yang salah dan harus dibalas	Perkelahian A dan B	B mengatakan si A yang salah dan harus dibalas

7. Layanan Advokasi

Layanan yang membantu klien untuk memperoleh lagi hak-hak dirinya yang tidak diperhatikan dan atau mendapatkan perlakuan yang tidak sesuai (dirampas, dihalangi, dihambat, dibatasi atau dijegal).

Komponen layanan

1. Konselor

Sebagai pelaksana layanan advokasi dituntut untuk mampu berkomunikasi, melobi dan mengambil manfaat sebesar-besarnya dengan pihak-pihak terkait dan juga mengolah kondisi dan materi secara optimal.

2. Korban pelanggaran hak

Keputusan atau kondisi yang menerpa klien diupayakan untuk ditingkatkan sehingga tidak lagi menimpa dan menghinggapi dirinya.

3. Pihak-pihak terkait

Person yang memiliki kewenangan untuk mempengaruhi terimplementasikannya hak klien. Pengaruh dari pihak berwenang itu dalam kadar yang bervariasi, pengaruhnya cukup ringan atau sampai amat berat atau bahkan bersifat final.

Materi layanan :

- Terfokus pada klien yang terkena perlakuan negatif oleh pihak atau pihak-pihak tertentu sehingga sangat merugikan klien.
- Berkenaan dengan karakter cerdas (suasana perilaku/penampilan dengan perspektif karakter-cerdas
- dsb

Pendekatan strategi dan teknik

1. Format kolaboratif

Konselor langsung berkomunikasi dengan pihak-pihak terkait dengan maksud untuk menggali informasi, kesempatan dan kemudahan serta kerjasama hal-hal positif lainnya demi mengembalikan hak klien yang selama ini kurang atau tidak dinikmati oleh klien.

2. Teknik

- Wawancara, diskusi dan mempertimbangkan bersama pada umumnya dipakai dalam hubungan dengan pihak-pihak terkait.
- Studi dokumentasi ataupun data aktual berkenaan dengan kondisi klien dan hal-hal terkait dengan permasalahan hak dan implementasinya.

- Solusi tentang pengembalian hak klien diambil dari pihak berwenang dapat dengan diberlakukannya secara bertingkat ataupun atas hasil musyawarah pihak-pihak terkait

8. Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu merupakan layanan yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) untuk membahas dan mengentaskan permasalahan yang dihadapinya dan perkembangan diri klien. Berfungsi untuk pengentasan dan advokasi.

Materi layanan :

- Pemahaman sikap, kebiasaan, kekuatan diri, kelemahan diri, minat, bakat
- Pengentasan kelemahan dan pengembangan kekuatan diri
- Menembangkan kemampuan komunikasi, bertingkah laku sosial
- Mengembangkan kebiasaan belajar, disiplin, kebiasaan dan potensi diri
- Dll

9. Layanan Konseling Kelompok

Layanan yang memungkinkan klien (masing-masing anggota kelompok) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan melalui dinamika kelompok. Masalah yang dibahas merupakan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing kelompok, berfungsi untuk pengentasan dan advokasi.

Tahapan penyelenggaraan :

- Tahap pembentukan { pengungkapan pengertian dan tujuan kelompok dalam rangka penyelenggaraan KKp, menjelaskan cara-cara, asas-asas kegiatan kelompok, saling memperkenalkan diri, permainan penghangatan/keakraban}
- Tahap peralihan, mengalihkan kegiatan awal ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok {menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, menawarkan sambil mengamati para anggota sudah siap menjalani kegiatan, membahas suasana yang terjadi}
- Tahap kegiatan, “kegiatan inti” mengentaskan masalah-masalah pribadi anggota kelompok (pada KKp)
- Tahap pengakhiran, melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

10. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan yang memungkinkan klien secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh bahan dan pembahasan (topik) tertentu untuk menunjang pemahaman dan pengembangan kemampuan sosial, karir, pendidikan, pekerjaan, pribadi serta pengambilan keputusan atau tindakan tertentu melalui dinamika kelompok. Berfungsi sebagai pemahaman dan pengembangan. Yang menjadi pembahasan yaitu topik-topik umum yang menjadi perhatian dan/atau kepentingan anggota kelompok.

Tahapan penyelenggaraan :

- a. Tahap pembentukan { pengungkapan pengertian dan tujuan kelompok dalam rangka penyelenggaraan BKp, menjelaskan cara-cara, asas-asas kegiatan kelompok, saling memperkenalkan diri, permainan penghangatan/keakraban}
- b. Tahap peralihan, mengalihkan kegiatan awal ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok {menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, menawarkan sambil mengamati para anggota sudah siap menjalani kegiatan, membahas suasana yang terjadi}
- c. Tahap kegiatan, “kegiatan inti” membahas topik-topik tertentu (BKp)
- d. Tahap pengakhiran, melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Adapun perbandingan antara bimbingan kelompok dan konseling kelompok dapat dilihat pada matrik dibawah ini :

Matriks. 1

Perbandingan Antara Bimbingan kelompok dan Konseling Kelompok

No	Aspek	Bimbingan Kelompok	Konseling Kelompok
1	Tujuan yang dicapai	1. Pengembangan pribadi 2. Pembahasan topik-topik umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi para anggota kelompok	1. Pengembangan pribadi 2. Pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok
2	Jumlah anggota	Dibatasi : 10-15 orang	Dibatasi sampai sekitar 10 orang
3	Kondisi dan karakteristik anggota	Relatif heterogen	Relatif heterogen

4	Format kegiatan	Kelompok kecil dengan empat tahap kegiatan	Kelompok kecil dengan empat tahap kegiatan
5	Peranan anggota kelompok	<p>Aktif membahas topik umum tertentu yang ditegaskan atau dikemukakan dan dipilih secara bebas, melalui kegiatan :</p> <ol style="list-style-type: none"> Berpartisipasi aktif dalam dinamika interaksi sosial Menyumbang bagi pembahasan masalah Menyerap berbagai informasi untuk diri sendiri dan dimanfaatkan dalam interaksi sosial kelompok. 	<p>Aktif membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami kawan sekelompok, melalui kegiatan :</p> <ol style="list-style-type: none"> Berpartisipasi aktif dalam dinamika interaksi sosial Menyumbang bagi pemecahan masalah pribadi kawan sekelompok Menyerap berbagai informasi, saran, dan berbagai alternatif untuk memecahkan masalah teman sekelompok dan imbasnya terhadap diri sendiri.
6	Suasana interaksi	<ol style="list-style-type: none"> Interaksi multiarah Mendalam dengan melibatkan aspek kognitif dan afektif 	<ol style="list-style-type: none"> Interaksi multiarah Mendalam dan tuntas dengan melibatkan aspek kognitif, efektif, keperibadian dan perubahan tingkah laku.
7	Sifat isi pembicaraan	<ol style="list-style-type: none"> Umum Kurang bersifat rahasia 	<ol style="list-style-type: none"> Pribadi Rahasia
8	Lama dan frekuensi kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> Kegiatan berlangsung dan berkembang sesuai dengan tingkat perluasan dan pendalaman pembahasan topik umum Dapat dilakukan secara maraton 	<ol style="list-style-type: none"> Kegiatan berlangsung dan berkembang sesuai dengan tingkat pendalaman dan penuntasan pemecahan masalah pribadi. Dapat dilakukan secara maraton
9	Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> Evaluasi isi : kedalaman pembahasan topik Evaluasi dampak : pemahaman dan dampak kegiatan terhadap anggota Evaluasi proses : 	<ol style="list-style-type: none"> Evaluasi isi : kedalaman dan ketuntasan pembahasan masalah pribadi Evaluasi dampak : sejauh mana klien (anggota yang

		keterlibatan anggota dalam kegiatan kelompok	masalah pribadinya dibahas) merasa mendapatkan (alternatif) pemecahan masalahnya. 3. Evaluasi proses : keterlibatan anggota dalam kegiatan kelompok
10	Pelaksana	Konselor	Konselor

Matriks. 2
Oprasionalisasi Layanan BKp dan KKp

No	Komponen	Bimbingan Kelompok	Konseling Kelompok
1	Perencanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengidentifikasi topik yang akan dibahas dalam BKp (topik tugas atau topik bebas). 2. Membentuk kelompok 3. Menyusun jadwal kegiatan 4. Menetapkan prosedur layanan 5. Menetapkan fasilitas layanan 6. Menyiapkan kelengkapan administrasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membentuk kelompok 2. Mengidentifikasi dan meyakinkan klien tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan KKp. 3. Menempatkan klien dalam kelompok 4. Menyusun jadwal kegiatan 5. Menetapkan prosedur layanan 6. Menetapkan fasilitas layanan 7. Menyiapkan kelengkapan administrasi
2	Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkomunikasikan rencana layanan BKp 2. Mengorganisasikan kegiatan layanan BKp 3. Menyelenggarakan layanan BKp melalui tahap-tahap pelaksanaannya : <ol style="list-style-type: none"> a. Pembentukan b. Peralihan c. Kegiatan d. Pengakhiran 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkomunikasikan rencana layanan KKp 2. Mengorganisasikan kegiatan layanan KKp 3. Menyelenggarakan layanan KKp melalui tahap-tahap pelaksanaannya : <ol style="list-style-type: none"> a. Pembentukan b. Peralihan c. Kegiatan d. Pengakhiran
3	Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menetapkan materi evaluasi 2. Menetapkan prosedur evaluasi 3. Menyusun instrumen evaluasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menetapkan materi evaluasi 2. Menetapkan prosedur evaluasi 3. Menyusun instrumen evaluasi

		4. Mengoptimalkan instrumen evaluasi 5. Mengolah hasil aplikasi instrumen	4. Mengoptimalkan instrumen evaluasi 5. Mengolah hasil aplikasi instrumen
4	Analisis hasil evaluasi	1. Menetapkan norma/standar analisis 2. Melakukan analisis 3. Menafsirkan hasil analisis	1. Menetapkan norma/standar analisis 2. Melakukan analisis 3. Menafsirkan hasil analisis
5	Tindak lanjut	1. Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut 2. Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait 3. Melaksanakan rencana tindak lanjut	1. Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut 2. Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait 3. Melaksanakan rencana tindak lanjut
6	Laporan	1. Menyusun laporan BKp 2. Menyaksikan laporan kepada pihak terkait 3. Mendominasikan laporan layanan	1. Menyusun laporan KKp 2. Menyaksikan laporan kepada pihak terkait 3. Mendominasikan laporan layanan

BAGIAN IV

PEDOMAN PRATIKUM

A. Pedoman Pratikum Konseling Mikro

a. Pratikum Konseling Perorangan

A. Identitas Mata Kuliah

1. Nama Mata Kuliah : Pratikum Konseling Perorangan
2. Kode :
3. Bobot sks/Jam Semester : 3/3x50
4. Semester :
5. Rumun Mata Kuliah : Rumpun Keilmuan Prodi
6. Mata Kuliah Prasyarat :

B. Deskripsi Mata Kuliah

Pratikum konseling mikro adalah latihan keterampilan konseling yang dilaksanakan antara mahasiswa/praktikan dengan konseli/teman kelompoknya

C. Kompetensi Yang Dibentuk

Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan-keterampilan dalam konseling, mampu mempraktekkan keterampilan dasar konseling serta mampu mempraktekkan beberapa teori konseling.

D. Tujuan Mata Kuliah

Mahasiswa memahami dan mampu mengaplikasikan secara tepat keterampilan konseling dan beberapa pendekatan dalam konseling (pendekatan *behavioral*, *Psikonalisis*, *trait and factor*, *rational emotive therapy*, dst) sebagai upaya proses pengentasan masalah konseli dengan menghargai dan mengembangkan potensi individu, serta peduli dan toleran terhadap kemaslahatan manusia.

E. Materi dan Kegiatan Pratikum

Pratikum konseling mikro untuk praktikum konseling perorangan dilakukan dalam 4 tahap diantaranya: (Tahap 1) melatih keterampilan dasar konseling mahasiswa dengan menekankan pada proses konseling pada sesi awal konseling. Rentang waktu yang digunakan pada tahap pertama antara 3-6 kali pertemuan. Dalam kasus tertentu pertemuan konseling dapat ditambah

atau dikurangi sesuai kebutuhan. (Tahap 2) implementasi teknik dan pendekatan konseling yang menekankan pada proses konseling pada sesi pertengahan. (Tahap 3) melakukan evaluasi terhadap keruntutan fase-fase konseling, penugasan keterampilan, serta penguasaan teknik dan pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan konseling perorangan, diberikan kesempatan melakukan remidi maksimal dua kali jika kompetensi yang diharapkan belum terpenuhi. (Tahap 4) produk akhir dari perkuliahan praktikum adalah rekaman proses konseling. Setiap kelompok yang dibimbing oleh dosen diharapkan dapat menghasilkan satu dokumentasi proses konseling individual.

F. Prosedur Latihan

1. Prosedur praktikum konseling

- 1.1. Latihan keterampilan konseling individual
- 1.2. Setiap mahasiswa melaksanakan latihan keterampilan konseling secara bergantian
- 1.3. Setiap latihan tugas mahasiswa adalah: 1 orang berperan sebagai konselor, satu orang 1 berperan sebagai konseli, serta 1 orang yang lain sebagai pengamat yang bertugas mengamati dan mencatat hal-hal yang kurang tepat sebagai umpan balik dan bahan diskusi.

2. Latihan Teknik Konseling

- 2.1. Setiap mahasiswa berlatih teknik konseling tanpa menggunakan protokol konseling
- 2.2. Setiap mahasiswa berlatih teknik konseling menggunakan protokol konseling
- 2.3. Setiap mahasiswa berlatih teknik konseling yang ditentukan oleh dosen pembimbing tanpa menggunakan protokol konseling
- 2.4. Dalam praktek tersebut 1 orang berperan sebagai konselor, satu orang 1 berperan sebagai konseli, serta 1 orang yang lain sebagai pengamat yang bertugas mengamati dan mencatat hal-hal yang kurang tepat sebagai umpan balik dan bahan diskusi.

3. Latihan Teori/Pendekatan Konseling

- 3.1. Setiap mahasiswa berlatih pendekatan konseling tanpa menggunakan protokol konseling
- 3.2. Setiap mahasiswa berlatih pendekatan konseling menggunakan protokol konseling
- 3.3. Setiap mahasiswa berlatih pendekatan konseling yang ditentukan oleh dosen pembimbing tanpa menggunakan protokol konseling
- 3.4. Dalam praktek tersebut 1 orang berperan sebagai konselor, satu orang 1 berperan sebagai konseli, serta 1 orang yang lain sebagai pengamat yang bertugas mengamati dan mencatat hal-hal yang kurang tepat sebagai umpan balik dan bahan diskusi.

G. Alat Yang Digunakan

Pelaksanaan praktikum konseling perorangan perlu didukung oleh beberapa alat-alat yaitu; kamera, *handycam*, laptop, dan *mike/wireless*. Alat tersebut digunakan untuk proses perekaman/shooting dan dokumentasi sebagai bahan evaluasi ataupun tugas akhir.

H. Evaluasi

Evaluasi dilakukan berdasarkan format penilaian yang terlampir.

B. Pedoman Pratikum Konseling

A. Identitas Mata Kuliah

- | | |
|---------------------------|-------------------------|
| 1. Nama Mata Kuliah | : Praktikum Konseling |
| 2. Kode | : |
| 3. Bobot sks/Jam Semester | : 3/3x50 |
| 4. Semester | : |
| 5. Rumun Mata Kuliah | : Rumpun Keilmuan Prodi |
| 6. Mata Kuliah Prasyarat | : |

B. Deskripsi Mata Kuliah

Praktikum konseling mikro adalah latihan keterampilan konseling yang dilaksanakan antara mahasiswa/praktikan dengan konseli/teman kelompoknya

C. Kompetensi Yang Dibentuk

Mahasiswa mampu mempraktekkan keterampilan-keterampilan dalam konseling, mampu mempraktekkan keterampilan dasar konseling serta mampu mempraktekkan beberapa teori konseling.

D. Tujuan Mata Kuliah

Mahasiswa memahami dan mampu mengaplikasikan secara tepat keterampilan konseling dan beberapa pendekatan dalam konseling (pendekatan *behavioral*, *Psikonalisis*, *trait and factor*, *rational emotive therapy*, dst) sebagai upaya proses pengentasan masalah konseli dengan menghargai dan mengembangkan potensi individu, serta peduli dan toleran terhadap kemaslahatan manusia.

E. Materi dan Kegiatan Praktikum

Praktikum Konseling dilakukan dalam tiga tahap. Tahap pertama bertujuan untuk melatih keterampilan dasar Konseling dengan menekankan pada proses konseling pada sesi-sesi awal konseling. Rentang waktu yang digunakan pada tahap pertama antara 3-6 kali pertemuan (dalam kasus tertentu waktu pertemuan dapat ditambah dan dikurangi sesuai kebutuhan). Tahap kedua, merupakan implementasi teknik dan pendekatan konseling yang menekankan pada proses Konseling pada sesi-sesi pertengahan. Tahap ketiga, Ujian. Evaluasi terhadap keruntutan fase-fase Konseling dan penguasaan keterampilan, teknik dan pendekatan Konseling. Mahasiswa diberikan kesempatan untuk melakukan remidi maksimal dua kali jika kompetensi yang diharapkan belum terpenuhi. Produk akhir dari perkuliahan praktikum adalah rekaman proses Konseling, setiap kelompok yang dibimbing oleh seorang dosen diharapkan dapat menghasilkan satu dokumentasi proses Konseling.

1) Prosedur latihan/praktikum konseling sebagai berikut :

- a. Latihan Ketrampilan Konseling
- b. Setiap mahasiswa melaksanakan latihan ketrampilan secara bergantian
- c. Setiap latihan tugas mahasiswa adalah 1 (satu) orang berperan sebagai konselor dan 1 (satu) orang berperan sebagai konseli. Mahasiswa yang lain mengamati dan mencatat hal-hal yang kurang tepat untuk umpan balik atau diskusi.

2) Latihan Teknik Konseling

- a. Setiap mahasiswa berlatih satu teknik pendekatan konseling tanpa menggunakan protokol konseling.

- b. Setiap mahasiswa berlatih satu teknik pendekatan konseling dengan menggunakan protokol konseling.
- c. Setiap mahasiswa berlatih satu teknik pendekatan konseling yang ditentukan oleh dosen pembimbing tanpa menggunakan protokol konseling.
- d. Dalam praktek tersebut 1 (satu) mahasiswa berperan sebagai konselor dan 1 (satu) berperan sebagai konseli. Sedangkan yang lain mengamati, mencatat kegiatan latihan yang kurang tepat sebagai umpan balik sekaligus didiskusikan.

G. Alat Yang Digunakan

Pelaksanaan praktikum konseling perorangan perlu didukung oleh beberapa alat-alat yaitu; kamera, *handycam*, laptop, dan *mike/wireless*. Alat tersebut digunakan untuk proses perekaman/shooting dan dokumentasi sebagai bahan evaluasi ataupun tugas akhir.

H. Evaluasi

Evaluasi dilakukan berdasarkan format penilaian yang terlampir

C. Sistematika Protokol Konseling

contoh protokol mikro konseling

SISTEMATIKA PROTOKOL KONSELING
(Persiapan Praktek Konseling)

A. Identitas Konseli

Nama	:
Tempat/Tanggal Lahir	:
Umur	:
Agama	:
Alamat	:
No. HP	:
Nama Ayah	:
Pekerjaan Ayah	:
Nama Ibu	:
Pekerjaan Ibu	:
Alamat Orang tua	:

B. Latar Belakang Konseli

1. Latar belakang keluarga

.....

2. Latar belakang pendidikan

.....

3. Latar belakang sosial

.....

C. Gejala Yang Nampak

.....

D. Keluhan Yang Dialami

.....

E. Masalah Yang Sebenarnya

.....

F. Pendekatan Yang Digunakan

1. Nama pendekatan

.....

2. Alasan penggunaan pendekatan

.....

3. Teknik yang digunakan

.....

G. Tujuan Konseling

.....

H. Pelaksanaan Konseling (rekaman wawancara konseling)

Tahap Konseling	Konselor/Konseli	Dialog	Teknik
Opening	Konselor Konseli	Hai..Apa kabar? Baik..bu	Acceptance
Dst.			
Dst.			

FORMAT 1
PENILAIAN PROTOKOL KONSELING

A. Identitas Mahasiswa

1. Nama :
2. NIM :
3. Prodi :

B. Aspek Yang Dinilai

No	Aspek	Penilaian \checkmark				
		1	2	3	4	5
1	Sistematika					
2	Kesesuaian antara masalah dengan pendekatan konseling					
3	Kesesuaian antara keterampilan dengan pendekatan konseling					
4	Kesesuaian antara masalah dengan pemecahan masalah					
5	Kebersihan dan kerapian					

Bengkulu,2021

Penilai,

.....

FORMAT 2
LEMBAR OBSERVASI PRAKTIKUM KONSELING

No	Keterampilan	Ya	Tidak	Keterangan
Attending				
1	Duduk agak condong ke arah konseli			
2	Duduk rileks tetapi penuh perhatian untuk siaga mendengarkan pembicaraan konseli			
3	Posisi tubuh terbuka (kaki tidak menyilang, tangan tidak melipat/menyangga dagu)			
4	Pandangan lurus ke arah konseli			
5	Menampilkan gerakan-gerakan tubuh secara luwes dalam merespon konseli			
6	Menatap mata konseli secara lembut (ada kontak mata)			
7	Menjaga lingkungan dengan tidak menghadirkan barang-barang yang dapat mengganggu			
8	Mengangguk kepala secara luwes			
Empati				
1	Ekspresi empati secara verbal (menggunakan paraphrase)			
2	Ekspresi empati non verbal			
Bertanya				
1	Menggunakan pertanyaan terbuka			
2	Menggunakan pertanyaan tertutup			
Konfrontasi				
1	Mengungkapkan konfrontasi secara tepat			
Merangkum				
1	Menyampaikan rangkuman/ringkasan wawancara			
Genuine				
1	Mengekspresikan secara verbal perilaku genuine			
Pemecahan Masalah				
1	Membantu mengeksplorasi masalah			
2	Membantu memahami masalah			
3	Membantu menemukan masalah			
4	Membantu menilai berbagai alternatif			
5	Membantu menetapkan alternatif terbaik			
6	Membantu konseli untuk tetap teguh memegang alternatif yang dipilih			

Bengkulu,2021

Pembimbing,

FORMAT 3A
FORMAT PENILAIAN PRAKTIKUM KONSELING

A. Penguasaan Terhadap Fase-fase Konseling

No	Fase-fase Konseling	Nomor Mahasiswa		
		1	2	dst
1	Pembukaan	80
2	Penjelasan masalah	90
3	Penggalian latar belakang masalah	80
4	Penyelesaian masalah	75
5	Penutup	90
Rata-rata	

B. Penguasaan Terhadap Keterampilan Konseling

No	Fase-fase Konseling	Nomor Mahasiswa		
		1	2	dst
1	Attending	80
2	Empati	90
3	Bertanya	80
4	Konfrontasi	75
5	Merangkum/ Meringkas	90
6	Perilaku genuine	80
7	Pemecahan masalah	90
Rata-rata	

C. Pendekatan dan Teknik Konseling

No	Keterampilan	skor	catatan
1	Kesesuaian antara pendekatan yang dipilih dengan karakteristik konseli	90
2	Kesesuaian antara pendekatan yang dipilih dengan masalah yang dialami konseli	80
3	Kesesuaian antara teknik dan pendekatan	90
Rata-rata		

FORMAT 3B
PENILAIAN PRAKTEK TEKNIK DAN PENDEKATAN KONSELING

A. Identitas Mahasiswa

1. Nama :

2. NIM :

3. Prodi :

B. Aspek Yang Dinilai dan Penilaiannya

No	Pendekatan yang digunakan	Penilaian √				
		1	2	3	4	5
1	Client Centered					
2	Rational Emotif Behavior					
3	Psikoanalisis					
4	Analisis Transaksional					
5	Gestalt					
6	Reality					
7	Behavioral					
8	Trait and Factor					
9	Dst..					

Bengkulu,2021

Pembimbing,

.....

FORMAT 4
PENILAIAN PENGAMAT/OBSERVER

A. Identitas Mahasiswa

1. Nama :
2. NIM :
3. Prodi :

B. Aspek Yang Dinilai

1. Ketepatan memberikan kritikan

a. Praktek Keterampilan konseling

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

b. Praktek Teknik-teknik konseling

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. Ketepatan memberikan saran

a. Praktek Keterampilan konseling

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

b. Praktek Teknik-teknik konseling

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Bengkulu,.....2021

Pengampu Mata kuliah,

.....

BAGIAN V

PENYUSUNAN LAPORAN KONSELING MIKRO

A. Penyusunan Laporan Konseling Perorangan

Laporan konseling mikro diserahkan kepada dosen pengampu mata kuliah pada akhir pelaksanaan konseling mikro. Laporan individual berupa laporan verbatim terdiri dari:

1. HALAMAN PENDAHULUAN

- a. Halaman judul, berisi : Kegiatan , Nama mahasiswa dan NIM penyusun, Kelas dan jurusan
- b. Halaman pengesahan, berisi : kalimat pengesahan, tanggal, bulan, dan tahun penulisan laporan tersebut disetujui, disertai dengan tanda tangan dosen pengampu mata kuliah.
- c. Kata pengantar
- d. Daftar isi

2. BAB I : TAHAPAN PERSIAPAN PRAKTIK KONSELING MIKRO

- a. Identitas klien
- b. Eksplorasi masalah
- c. Jenis pendekatan konseling yang digunakan
- d. Konsep-konsep utama pendekatan

3. BAB II : TAHAPAN PELAKSANAAN PRAKTIK KONSELING MIKRO

- a. Tahap pembinaan hubungan baik
- b. Tahap identifikasi dan pembahasan masalah
- c. Tahap kajian alternatif tindakan pemecahan masalah
- d. Tahap pengambilan keputusan
- e. Tahap evaluasi dan *Follow up*.

Contoh Format pada BAB II :

FORMAT PENDALAMAN KASUS

(PRATIUM KONSELING INDIVIDUAL)

A. Identitas Klien/ Konseli

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Agama :

Hari / Tanggal :

Sekolah/Pendidikan :

B. Deskripsi Masalah

Uraikan menggambarkan profil klien yang menyangkut masalah yang dikeluhkan, keadaan faktor kognitif klien, faktor ekonomi, tingkah laku, faktor fisik, dan faktor-faktor sosial yang terkait dengan masalah konseli. Paparan menggambarkan bentuk-bentuk perilaku kongkrit, pikiran-pikiran atau perasaan-perasaan yang jika dikonsepskan sesuai dengan konsep-konsep dalam pendekatannya tertentu.

C. Kerangka kerja teoritik

Paparkan analisis kasus berdasarkan teori tertentu yang dianggap paling sesuai untuk mendekati masalah yang dikeluhkan klien. Perilaku kongkrit, pikiran dan perasaan yang dikeluhkan klien atau terkait dengan keluhan klien dianalisis menggunakan teori konseling tertentu sehingga ditemukan masalah yang sesungguhnya.

D. Diagnosis

Tegaskan masalah apa yang sebenarnya dialami oleh klien beserta sebab-sebab terjadinya masalah.

E. Prognosis

Ungkapkan dugaan konselor terhadap masa depan masalah yang dialami oleh klien beserta upaya-upaya apa saja yang perlu dilakukan dalam proses konseling untuk membantu klien.

F. Tujuan Konseling

Paparkan perubahan rill apa yang diharapkan terjadi pada klien setelah konseling dilakukan. Tujuan harus dapat dicek melalui berbagai perubahan-perubahan yang terjadi pada klien (perilaku, pikiran dan atau perasaan)

G. Layanan Konseling

1. Pendekatan yang digunakan (jelaskan beserta alasan teoritiknya)
2. Teknik (jelaskan beserta alasan teoritiknya)
3. Langkah-langkah konseling yang ditempuh
4. Pelaksanaan konseling (rencana wawancara konseling-lampirkan)

Dosen Pengampu
Mata Kuliah

Bengkulu, 2019
Praktikan,

.....

.....

Keterangan : Rekaman Konseling

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2008. *Psikologi Kepribadian*. Malang. UMM Press
- Capuzzi, D. & Gross, D.R. 2007. *Counseling & Psychotherapy: Theories and Intervention*. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Prentice-Hall
- Corey, G. 2005. *Teori dan Praktek. Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Rafika Aditama.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Gladding, Samuel T. 2012. *Konseling Profesi Yang Menyeluruh Edisi keenam*. Jakarta: Indeks.
- Geldard, Kathryn dan Geldard, David. 2011. *Keterampilan Praktik Konseling*. Yogyakarta : PUSTAKA PELAJAR.
- Latipun. 2004. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Nelson-Jones, R. 2001. *Theory and Practice of Counseling and Therapy*. London: Sage Publications.
- Nursalim, Mochamad. 2005. *Keterampilan Konseling*. Mojokerto : Offset Mapan.
- Ma'mur Asmani, Jamal. 2010. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta : DIVA Press.
- Mappiare, Andi. 2004. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Mulawarman & Eem Munawaroh. 2016. *Psikologi Konseling : Sebuah Pengantar bagi konselor pendidikan*. Semarang : UNNES

- Prayitno, Erma Amti. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : PT. RINEKA CIPTA
- Semium, Yustinus OFM. 2010. *Teori kepribadian & Terapi Psikoanalitik FREUD*. Yogyakarta: KANISIUS
- Thompson, Rosemary. 2003. *Counseling Techniques : Improving Relationships with Others, Ourselves, Our Families, and Our Environment*. New York : Routledge .Taylor & Francis Group.
- Tri Hariastuti, Retno, dkk. 2007. *Keterampilan – Keterampilan Dasar dalam Konseling*. Unesa University Press
- Walgito,Bimo. 2002. *Pengantar Psikologi*. Yogyakarta : Andi Offset
- Willis, Sofyan S. 2010. *Konseling Individual Teori & Praktek*. Bandung : ALFABETA