

HUBUNGAN KONSELING

Hubungan Konseling terdiri dari makna hubungan konseling, mengembangkan hubungan konseling, hubungan konseling dan keterlibatan klien.

1. Makna Hubungan Konseling

Hubungan konseling adalah hubungan yang membantu, artinya pembimbing berusaha membantu klien agar tumbuh, berkembang, dan mandiri. Shertzer dan Stone (1980) mendefinisikan hubungan konseling yaitu: "interaksi antara seseorang dengan orang lain yang dapat menunjang dan memudahkan secara positif bagi perbaikan orang tersebut". Orang-orang yang membantu itu adalah kaum profesional yang kegiatannya adalah untuk memudahkan orang lain dalam memahami, mengubah, atau untuk memperkaya perilakunya sehingga terjadi perubahan positif.

Dalam buku yang sama, Shertzer and Stone, (1980) mengutip pendapat Benjamin, mengartikan hubungan konseling sebagai interaksi antara seorang profesional dengan klien dengan syarat bahwa profesional itu mempunyai waktu, kemampuan, untuk memahami dan mendengarkan, serta mempunyai minat, pengetahuan, dan keterampilan. Hubungan konseling harus dapat memudahkan dan memungkinkan orang yang dibantu untuk hidup lebih mawas diri dan harmonis. Pada akhirnya hubungan konseling terjadi juga pada relasi guru-siswa, orangtua-anak, suami-istri.

2. Mengembangkan Hubungan Konseling

Dalam hubungan konseling, sebaiknya konselor tidak memulai perlakuan (treatment) kepada kelemahan, masalah, atau kesulitan klien. Akan tetapi sebaiknya dimulai dari kemampuan yang dipunyai dan hal-hal yang membahagiakan klien seperti keberhasilan diri dan keluarga, prestasi hobi, bakat dan minat klien. Perlakuan seperti itu akan memberi dorongan kepada klien untuk berbicara bebas dan terbuka serta penuh minat. Akan tetapi jika konselor memulai memberikan perlakuan kepada kelemahan, kesulitan, dan masalah klien, maka dia akan tertutup dan sulit untuk diajak berbicara oleh konselor apalagi untuk mengungkap perasaan klien lebih mendalam. Untuk hal ini, dalam hubungan konseling yang terjadi antara konselor dengan Anak Berkebutuhan Khusus,

memungkinkan pengoptimalan lingkungan anak dalam hal ini keterlibatan orang tua untuk memperlancar hubungan konseling tersebut.

Mengembangkan hubungan konseling adalah upaya konselor untuk meningkatkan keterlibatan dan keterbukaan klien, sehingga akan memperlancar proses konseling. Bentuk utama hubungan konseling adalah pertemuan pribadi dengan pribadi (konselor-klien) yang dilatarbelakangi oleh lingkungan (internal-eksternal). Menurut Barbara Okun (1987:22) jika terjadi hubungan konseling maka yang berhadapan adalah *helper's environment* dengan *helpee's environment*, dimana terdapat aspek-aspek: sikap, kebutuhan, nilai, keyakinan, dan kepedulian pada diri klien. Sedangkan pada diri konselor terdapat aspek: sikap, kebutuhan, nilai, keyakinan, dan keterampilan. Bahwa hubungan konseling dimulai ketika pertemuan konselor-klien dan fokus perhatian adalah pada kepedulian klien. Kepedulian tersebut dapat berupa isu, gejala, atau masalah. Disinilah pentingnya peranan *skill* seorang konselor untuk mendudukkan masalah itu sehingga klien mampu mengatasinya. Di samping itu konselor harus mampu menangkap perilaku nonverbal klien, juga harus akurat dalam menebak keadaan emosional, buah pikiran, atau isi hati klien yang terlihat dalam bahasa tubuh seperti roman muka, sorot mata, gerak tubuh, cara duduk dan sebagainya.

Keterbukaan klien juga ditentukan oleh bahasa tubuh konselor. Untuk menciptakan situasi kondusif bagi keterbukaan dan kelancaran proses konseling, maka sifat-sifat jujur, asli, mempercayai, toleransi, respek, menerima, dan komitmen terhadap hubungan konseling, amat diperlukan dan dikembangkan terus oleh konselor. Sifat-sifat tadi akan memancar pada perilaku konselor sehingga klien terpengaruh, dan kemudian klien mengikutinya, maka klien akan menjadi terbuka dan terlibat dalam pembicaraan.

Dalam hubungan konseling pada prinsipnya ditekankan bagaimana konselor mengembangkan hubungan konseling yang *rapport* (akrab) dan dengan memanfaatkan komunikasi verbal dan non verbal. Jadi konseling bukan menomorsatukan *content* (masalah klien). Demikian pula strategi dan teknik janganlah diutamakan, yang penting adalah menumbuhkan kepercayaan klien terhadap konselor, sehingga klien akan terbuka dan mau terlibat pembicaraan.

Ada beberapa hal yang perlu dipelihara dalam hubungan konseling, yaitu:

(a) kehangatan, artinya konselor membuat situasi hubungan konseling itu demikian hangat bergairah, bersemangat. Kehangatan disebabkan adanya rasa bersahabat, tidak formal, serta membangkitkan semangat dan rasa humor.

(b) hubungan yang empati, yaitu konselor merasakan apa yang dirasakan klien, dan memahami akan keadaan diri serta masalah yang dihadapinya.

(c) keterlibatan klien, yaitu terlihat klien bersungguh-sungguh mengikuti proses konseling dengan jujur mengemukakan persoalannya, perasaannya, dan keinginannya. Selanjutnya dia bersemangat mengemukakan ide, alternatif dan upaya-upaya.

Keterlibatan klien dalam proses konseling ditentukan oleh faktor keterbukaan dirinya dihadapan konselor. Jika klien diliputi keengganan dan resistensi, maka dia tidak akan jujur mengeluarkan perasaannya.

3. Hubungan Konseling dan Keterlibatan Klien

Jika terjadi Rapport dalam hubungan konseling, berarti hubungan tersebut telah mencapai puncak, artinya dalam kondisi ini klien telah membuang selubung resistensinya dan keengganannya, dan memasuki keterbukaan (disclosure). Ada beberapa hal yang perlu dipelihara dalam hubungan konseling, yakni:

(a) kehangatan, artinya konselor membuat situasi hubungan konseling sangat bergairah, bersemangat. Kehangatan disebabkan adanya rasa bersahabat, tidak formal, serta membangkitkan semangat dan rasa humor.

(b) Hubungan yang empati, yaitu konselor merasakan apa yang dirasakan klien, dan memahami akan keadaan diri serta masalah yang dihadapinya.

(c) Keterlibatan klien, yaitu terlihat klien bersungguh-sungguh mengikuti proses konseling dengan jujur mengemukakan persoalannya, perasaannya, dan keinginannya.

Keterlibatan klien dalam proses konseling ditentukan oleh faktor keterbukaan dirinya dihadapan konselor. Jika klien diliputi keengganan dan resistensi, maka dia tidak akan jujur mengeluarkan perasaannya. Gejala-gejala resistensi klien yang perlu dikenal konselor adalah:

- (1) klien berbicara amat formal, hanya dipermukaan saja, dan menutup hal-hal yang sifatnya pribadi.

- (2) Klien enggan untuk bicara sehingga lebih banyak diam.
- (3) Klien bersifat defensif, artinya bertahan dan tidak mau berbagi, mempertahankan kerahasiaan, menghindar atau menolak dan membantah.

Jika klien itu resistensi, perlu ada upaya konselor untuk mengatasinya dengan mengalihkan topik, memberi motivasi, atau menurunkan dan menaikkan level diskusi tergantung tingkat kemampuan klien. Akan tetapi jika klien tetap resisten, maka sebaiknya di referal atau dialihkan kepada konselor lain