

TEORI BIMBINGAN DAN KONSELING

Sunaryo Kartadinata

Abstrak

Keberadaan bimbingan dan konseling dalam pendidikan merupakan konsekuensi logis dari hakikat pendidikan itu sendiri. Teori bimbingan dan konseling bertolak dari pandangan tentang hakikat manusia, dan dikembangkan dari kerangka pikir tentang perkembangan kepribadian dan perubahan perilaku manusia yang dapat difahami dari berbagai model teori. Proses bimbingan dan konseling merupakan sebuah perjumpaan perkembangan yang di dalamnya akan memperbadapkan konselor kepada persoalan nilai-nilai yang dianut individu dan pengaruh konselor yang mungkin terjadi terhadap perkembangan nilai individu. Esensi tujuan bimbingan dan konseling terletak pada memandirikan individu atau dengan kata lain kemandirian adalah tujuan bimbingan dan konseling. Kemandirian yang sehat termanifestasikan dalam kesadaran akan keadaan bersama dan interdependensi dengan orang lain. Kemandirian terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungan, dan bimbingan dan konseling bertanggung jawab mengembangkan lingkungan perkembangan yang memandirikan.

A. Pendahuluan

Berbicara tentang bimbingan dan konseling tidak bisa terlepas dari pendidikan, karena bimbingan dan konseling ada di dalam pendidikan. Pendidikan bertolak dari hakikat manusia dan merupakan upaya membantu manusia untuk menjadi apa yang bisa dia perbuat dan bagaimana dia harus menjadi (*becoming*) dan berada (*being*). Pendidikan adalah persoalan fokus dan tujuan (Bereiter, 1973:6). Mendidik berarti bertindak secara bertujuan dalam mempengaruhi perkembangan manusia, tindakan mendidik adalah pilihan moral dan bukan pilihan teknis belaka. Ada tiga fungsi pendidikan yaitu fungsi *pengembangan*, membantu individu mengembangkan diri sesuai dengan fitrahnya (potensi), *peragaman* (diferensiasi), membantu individu memilih arah perkembangan yang tepat sesuai dengan potensinya, dan *integrasi*, membawa keragaman perkembangan ke arah tujuan yang sama sesuai dengan hakikat manusia untuk menjadi pribadi utuh (kaffah). (Sunaryo Kartadinata: 1988)

Dalam upaya membantu individu mewujudkan pribadi utuh, bimbingan dan konseling peduli terhadap pengembangan kemampuan nalar yang motekar (kreatif) untuk hidup baik dan benar. Upaya bimbingan dalam merealisasikan fungsi-fungsi pendidikan seperti disebutkan terarah kepada upaya membantu individu, dengan kemotekaran nalarnya, untuk memperhalus (*refine*), menginternalisasi, memperbaharui, dan mengintegrasikan sistem nilai ke dalam perilaku mandiri. Dalam upaya semacam itu, bimbingan dan konseling amat mungkin menggunakan berbagai metode dan teknik psikologis, untuk memahami dan memfasilitasi perkembangan individu, akan tetapi tidak berarti bahwa bimbingan dan konseling adalah psikologi terapan, karena bimbingan dan konseling tetap bersandar dan terarah kepada pengembangan manusia sesuai dengan hakikat eksistensialnya. (Sunaryo Kartadinata, 1988: 40). Bimbingan dan konseling tidak cukup bertopang pada kaidah-kaidah psikologis melainkan harus mampu menangkap eksistensi manusia sebagai makhluk Allah Yang Maha Kuasa. Keberadaan bimbingan dan konseling dalam pendidikan merupakan konsekuensi logis dari hakikat dan makna pendidikan itu sendiri.

Bimbingan dan konseling adalah dua istilah yang penggunaannya hampir selalu digandengkan. Bimbingan dan konseling adalah layanan ahli dan pengampu layanan ahli

tersebut disebut konselor¹. Sebutan konselor dalam sistem pendidikan di Indonesia telah memiliki dasar legal karena sebutan konselor dinyatakan secara eksplisit di dalam UU No. 20/2003 pasal 1 (6). Bimbingan diartikan sebagai proses bantuan kepada individu dalam mencapai tingkat perkembangan diri secara optimum. Ada dua kata kunci yang perlu dimaknai lebih dalam dari definisi ini. *Pertama*, bantuan dalam arti bimbingan yaitu memfasilitasi individu untuk mengembangkan kemampuan memilih dan mengambil keputusan atas tanggung jawab sendiri. Proses perkembangan mengandung rangkaian penetapan pilihan dan pengambilan keputusan, dalam menavigasi hidup, dan kemampuan pengambilan keputusan ini merupakan perwujudan dari daya suai individu terhadap dinamika lingkungan. *Kedua*, perkembangan optimum adalah perkembangan yang sesuai dengan potensi dan sistem nilai yang dianut. Perkembangan optimum adalah suatu konsep normatif, suatu kondisi adekuat dimana individu mampu melakukan pilihan dan pengambilan keputusan yang tepat untuk mempertahankan keberfungsian dirinya di dalam sistem atau lingkungan. Kondisi perkembangan optimum adalah kondisi dinamis yang ditandai dengan kesiapan dan kemampuan individu untuk memperbaiki diri (*self-improvement*) agar dia menjadi pribadi yang berfungsi penuh (*fully-functioning person*) di dalam lingkungannya.

Konseling juga adalah proses bantuan, yang dalam sejumlah literatur, dipandang sebagai jantung bimbingan (*counseling is the heart of guidance*) karena bantuan konseling lebih langsung bersentuhan dengan kebutuhan dan masalah individu secara individual, walaupun berlangsung dalam setting kelompok. Konseling merupakan perjumpaan psikososial antara konselor dengan konseli (baca: individu yang memperoleh layanan konseling), dan sebagai sebuah layanan ahli konseling dilaksanakan dengan dilandasi oleh motif altruistik dan empatik dengan selalu mempertimbangkan dampak jangka panjang dari layanan yang diberikan kepada konseli. Dengan sifat layanan seperti itu maka seorang konselor bisa disebut sebagai *safe practitioner* (Direktorat PPTK-KPT Ditjen Dikti, 2003)²

Esensi bimbingan dan konseling terletak pada proses memfasilitasi perkembangan individu di dalam lingkungannya. Perkembangan terjadi melalui interaksi secara sehat antara individu dengan lingkungan, dan oleh karena itu upaya bimbingan dan konseling tertuju pula kepada upaya membangun lingkungan perkembangan manusia (*ecology of human development*) yang sehat³.

B. Filsafat dan Sumber Teori

Kebutuhan Akan Filsafat Bimbingan dan Konseling

Kajian bimbingan dan konseling terfokus pada pengembangan (perilaku) individu untuk mewujudkan keberfungsian diri dalam lingkungan, membantu individu berkembang secara

¹ Sebutan konselor dalam sistem pendidikan di Indonesia telah memiliki dasar legal karena sebutan konselor dinyatakan secara eksplisit di dalam UU No. 20/2003 pasal 1 (6), dimana ditegaskan bahwa konselor itu adalah pendidik.

² Berasal dari bidang medik, gagasan tentang praktisi yang aman itu ditandai oleh 3 ciri yaitu (a) kompeten dalam melaksanakan tugasnya, (b) tahu batas-batas kemampuannya sehingga tidak gegabah dalam menyelenggarakan layanan ahli, dan (c) dalam kasus di mana seorang praktisi yang aman itu menghadapi permasalahan yang ia tahu ada di luar kemampuannya, ia juga tahu ke mana mencari pertolongan.

³ Menurut Blocher sebuah lingkungan perkembangan mengandung tiga komponen, yaitu: (1) struktur yang menggambarkan situasi yang disiapkan konselor untuk merangsang perkembangan perilaku konseli, (2) transaksi yang menggambarkan interaksi psikologis dan intervensi yang terjadi, dan (3) reward systems yang menggambarkan proses penguatan dan balikan terhadap perilaku baru.

efektif. **Proses bimbingan dan konseling merupakan sebuah perjumpaan perkembangan yang di dalamnya akan memperhadapkan konselor kepada persoalan nilai-nilai yang dianut individu dan pengaruh konselor yang mungkin terjadi terhadap perkembangan nilai individu.** Pertanyaan filosofis mendasar dalam bimbingan dan konseling terkait dengan peran ganda konselor, yakni sebagai fasilitator pilihan dan kebebasan individu di satu sisi dan pengembangan perilaku individu di sisi lain. Adalah satu keharusan bagi konselor untuk membangun filsafat *pribadi (personal philosophy)* yang menjadi landasan pelayanan profesional yang diembannya.

Filsafat bimbingan dan konseling bersumber dari filsafat tentang hakikat manusia. Ragam penafsiran dalam memahami hakikat manusia dapat digolongkan ke dalam tiga model. *Pertama*, penafsiran rasionalistik atau klasik, bersumber dari filsafat Yunani dan Romawi, yang memandang manusia sebagai makhluk rasional dan manusia difahami dari segi hakikat dan keunikan pikirannya. Pandangan ini merupakan pandangan optimistik, terutama mengenai keyakinan akan kemampuan pikirannya. *Kedua*, penafsiran teologis melihat manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan dan dibuat menurut aturan Tuhan. Manusia hanya akan menemukan dirinya apabila dia mampu mentransendensikan dirinya kepada Tuhan. Penafsiran ini tidak melihat manusia dari segi keunikan pikiran atau hubungannya dengan alam. *Ketiga*, penafsiran ilmiah yang diwarnai ragam sudut pandang keilmuan, antara lain ilmu-ilmu fisis yang menganggap manusia sebagai bagian dari alam fisis sehingga harus difahami dari segi-segi hukum fisis dan kimiawi⁴.

Ketiga tafsiran yang disebutkan bukanlah tafsiran komprehensif tentang hakikat manusia. Tafsiran rasionalistik melupakan unsur kehendak yang ada pada manusia dan harapan sosial yang harus menjadi rujukan dalam proses berpikir manusia. Tafsiran teologis meletakkan manusia hanya bergantung kepada kekuatan transendental dan nilai-nilai Ke-Tuhanan menjadi sesuatu yang sempit dan statis karena tidak bisa dipikirkan oleh manusia. Tafsiran ilmiah hanya melihat manusia sebagai serpihan dari dunianya yang harus tunduk kepada hukum-hukum alam, atau manusia sebagai produk sosial belaka.

Unsur pikiran, fitrah, kehendak, kebebasan, harapan sosial, hukum alam, dan nilai-nilai transendental adalah faktor-faktor eksistensial yang melekat pada kehidupan manusia. Memahami hakikat manusia berarti memahami seluruh faktor yang disebutkan secara komprehensif dan utuh. Manusia adalah makhluk Allah Yang Maha Kuasa, yang memiliki kehendak dan kebebasan, manusia patut mengembangkan diri atas dasar kemerdekaan pikiran dan kehendak yang dilandasi keimanan dan ketaqwaan kepada Allah Yang Maha Kuasa, dalam tatanan kehidupan bersama yang tertuju kepada pencapaian kehidupan sejalan dengan fitrahnya. Kondisi eksistensial manusia mengandung makna bahwa manusia berada dalam proses *menjadi* menuju *keberadaan diri* sebagai makhluk pribadi, sosial dan makhluk Allah Yang Maha Kuasa.

Sumber-sumber Teori

Teori bimbingan dan konseling dibangun dari landasan filosofi tentang hakikat manusia, teori-teori kepribadian, teori perkembangan belajar, pemahaman sosio-antropologik-kultural, serta sistem nilai dan keyakinan. Teori bimbingan dan konseling pada akhirnya

⁴ Studi dan penafsiran ilmiah tentang manusia dilakukan pertama kali oleh Sigmund Freud (teori Psikoanalisis) yang menerapkan hukum-hukum fisika di dalam memahami dan menjelaskan mekanisme perilaku manusia (Fromm & Xirau. 1968:5).

harus merupakan "*personal theory*" atau "*world view*" dari konselor yang merefleksikan keterpaduan antara aspek pribadi dan profesi sebagai satu keutuhan.

Landasan filosofi berkenaan dengan pandangan tentang hakikat manusia yang akan melandasi konselor di dalam memahami dan memperlakukan konseli serta merumuskan tujuan universal bimbingan dan konseling. Tujuan khusus dari sebuah perjumpaan bimbingan dan konseling ada pada konseli, namun tujuan universal ada pada konselor, yang didasarkan atas pandangannya terhadap hakikat manusia, dan menjadi dasar untuk memfasilitasi konseli di dalam merumuskan tujuan-tujuan khusus yang ingin dicapainya. Tujuan universal bimbingan dan konseling terkait dengan persoalan hendak dibawa ke mana manusia atau konseli yang dilayaninya itu. Dilihat dari sudut pandang ini, bagaimanapun juga di dalam sebuah perjumpaan konseling akan terjadi pengaruh (*influence*) konselor kepada konseli. Namun harus dihindari terjadinya pemaksaan nilai konselor kepada konseli dan konselor tidak boleh meneladankan diri yang harus ditiru oleh konseli yang dibantunya.

Teori kepribadian yaitu perangkat asumsi yang relevan berkenaan dengan perilaku manusia dan sejalan dengan definisi-definisi empirik. (Hall & Lindzey, 1975: 15). Teori kepribadian akan melandasi bimbingan dan konseling untuk mengembangkan pemahaman dinamika perilaku, berbagai pendekatan tretmen, strategi intervensi, asesmen, dan teknik pengembangan atau modifikasi perilaku⁵.

Teori perkembangan dan belajar, terutama menyangkut tahapan dan tugas perkembangan serta proses belajar individu. Teori-teori (tugas) perkembangan akan membangun teori bimbingan dan konseling terutama dalam merumuskan perilaku jangka panjang⁶ yang harus dikuasai oleh individu, yang akan menjadi tujuan pengembangan dari layanan bimbingan dan konseling, yang bisa diterjemahkan ke dalam tingkatan jenjang pendidikan. Teori belajar yang membahas pebelajar (*learner*), lingkungan belajar, dan proses belajar membangun teori bimbingan dan konseling terutama dalam pengembangan lingkungan perkembangan, sebagai ekologi perkembangan manusia, pemahaman motivasi dan diagnosis kesulitan perkembangan, serta strategi intervensi perubahan/pengembangan perilaku.

Pemahaman sosio-antropologik-kultural diperlukan di dalam membangun teori bimbingan dan konseling dengan alasan: (1) perkembangan perilaku individu tidak pernah berlangsung dalam kevakuman melainkan selalu ada di dalam lingkungan, (2) ada fungsi-fungsi pemeliharaan yang harus ditampilkan oleh bimbingan dan konseling terkait dengan kehidupan sosio-antroplogik-kultural konseli, (3) bimbingan dan konseling pada hakikatnya adalah perjumpaan kultural. Teori bimbingan dan konseling yang menjadi pegangan konselor adalah sebuah "*world view*" yang akan harus selalu diperbaharui melalui riset dan pengamatan praktek sehingga *world view* itu akan selalu mutakhir.

C. Model-model Teori Bimbingan dan Konseling

Hal-hal utama yang mendasari konstruk teori bimbingan dan konseling adalah kerangka pikir tentang perkembangan kepribadian dan perubahan perilaku manusia. Tiga model dasar

⁵ Sebuah teori kepribadian dipersyaratkan komprehensif, memiliki daya prediksi, menyangkut rentang perilaku manusia yang lebar, berkenaan dengan berbagai fenomena perilaku yang dapat ditunjukkan dalam berbagai proses signifikan bagi individu.

⁶ Di dalam model bimbingan dan konseling komprehensif perilaku jangka panjang dirumuskan sebagai salah satu komponen program yang disebut "*guidance curriculum*" bagi setiap jenjang pendidikan, yang diangkat dari tugas-tugas perkembangan peserta didik untuk setiap jenjang pendidikan.

teori bimbingan dan konseling adalah model relasional, model kognitif, model berperilaku (*behavioral model*).

Model Relasional

Model relasional dalam bimbingan dan konseling adalah pendekatan yang dikembangkan dari pekerjaan Carl Rogers, yang disebut dengan terapi berpusat pada klien (*client-centered therapy*). Dalam pengembangan lebih lanjut model ini diinkorporasikan dengan teori-teori psikologi lain, terutama yang terkait dengan psikologi eksistensial yang membentuk apa yang disebut dengan “kekuatan ketiga” di dalam psikologi, yang lebih dikenal dengan psikologi humanistik. Psikologi humanistik dibangun dari tiga elemen utama yaitu psikologi perseptual atau psikologi medan (*field psychology*), psikologi eksistensial, dan temuan-temuan empirik. (Blocher. 1974:42).

Esensi psikologi perseptual adalah bahwa perilaku itu sebagai fungsi persepsi dan intervensi bimbingan dan konseling harus dimaksudkan untuk membantu individu membangun persepsi diri dalam lingkungannya secara jernih. Untuk berperilaku efektif, individu harus mempersepsikan dunianya secara akurat dan sesedikit mungkin terjadi distorsi. Persepsi adalah fungsi dari variable-variabel (a) kesehatan pribadi, (b) tujuan dan nilai, dan (c) konsep diri. Konsep diri adalah kekuatan inti yang mengorganisasikan faktor-faktor yang membentuk persepsi individu. Apabila konsep diri terancam, medan persepsi menjadi sempit dan tercemar. Dalam kondisi terancam seperti itu, individu merespon hanya kepada aspek-aspek medan kehidupan yang menimbulkan ancaman, dan dia cenderung untuk mempertahankan konsep diri dan persepsi yang saat ini ada pada dirinya. Ini sebuah kondisi distorsi persepsi yang menghendaki modifikasi perilaku. Bimbingan dan konseling harus menghasilkan perubahan persepsi, dan jika itu terjadi maka perubahan persepsi akan harus mengurangi ancaman dan menggeser rintangan-rintangan primer menjadi persepsi yang jernih dan bertindak lebih efektif.

Carl Rogers (1951) merumuskan asumsi-asumsi sebagai kerangka kerja teoretik *terapi berpusat pada klien*, dan asumsi ini menjadi proposisi model relasional di dalam bimbingan dan konseling, seperti berikut ini.

1. Individu berada pada dunia pengalaman yang berubah secara berkelanjutan dan dirinya menjadi pusat dari perubahan itu. Dunia pengalaman dimaksud adalah *medan fenomenologis* individu, dunia kehidupan nyata pribadi. Seseorang akan bisa menghampiri dunia pengalaman orang lain, tetapi tidak akan pernah bisa memasuki dunia fenomenologis orang lain secara utuh.
2. Individu bereaksi terhadap dunia pribadinya sebagaimana dia mengalaminya. Apapun yang dia persepsikan adalah kenyataan bagi dirinya, dan dia berperilaku sebagaimana kenyataan itu dia persepsikan.
3. Individu bereaksi terhadap medan perseptualnya sebagai keseluruhan yang terorganisasi, tidak hanya pada tataran intelektual atau emosional semata-mata, melainkan sebagai organisme manusia secara utuh.
4. Setiap manusia, di dalam dirinya, memiliki kecenderungan dasar atau kebutuhan untuk mencapai sesuatu. Dia secara konstan berjuang untuk meningkatkan dan memelihara diri. Kecenderungan ini adalah kekuatan dalam diri individu untuk tumbuh, yang akan mengarahkan proses perkembangan yang dikehendaki dirinya dan masyarakat. Kecenderungan perkembangan ini hanya tumbuh dengan efektif apabila individu dapat mempersepsikan pilihan secara jelas. Dia harus tahu pilihan secara jelas; apabila dia mengetahui hal itu, dia akan selalu memilih untuk tumbuh.
5. Perilaku individu bersifat *terarah-tujuan* untuk memuaskan kebutuhan dirinya sebagai sesuatu yang teralami di dalam medan kehidupan yang dipersepsikannya.

Semua perilaku rasional dan terarah tujuan apabila dilihat dari dalam diri medan perseptual pelaku.

6. Emosi menyertai dan secara umum memfasilitasi perilaku terarah-tujuan. Intensitas emosi dikaitkan dengan tingkat peristiwa yang dipersepsikan signifikan atau keterlibatan ego di dalam perilaku itu. Emosi bukanlah penghalang, melainkan memfasilitasi individu untuk berkembang.

Psikologi eksistensial dilandasi posisi filosofis yang meletakkan eksistensi sebagai pendahulu dari esensi manusia. Aspek terpenting dari manusia ialah keberadaannya di sana, keberadaannya dalam dunia eksistensial, dalam kebermaknaan yang diangkat dari konteks pengalaman langsung, dan tidak semata-mata berdasar kepada kondisi objektif. Pandangan dasar diletakkan pada posisi manusia sebagai pusat penentu kebermaknaan hidupnya. Manusia menciptakan dunia pengalamannya dan tak dapat dipisahkan dari pengalaman tersebut. Tugas utama bimbingan dan konseling adalah membantu konseli mengokohkan kembali keutuhan pengalamannya dan memfasilitasi konseli menemukan makna eksistensi dirinya. Di dalam pandangan ini, secara inheren, terkandung adanya kebebasan dan tanggung jawab manusia untuk memilih, mencari, dan menemukan makna dirinya sendiri. Tujuan utama bimbingan dan konseling adalah membantu konseli mengalami *pengalaman menantang* bersama konselor untuk melakukan pilihan atas cara dan tanggung jawab sendiri dan memperluas hubungan dengan pengalamannya sendiri.

Kondisi yang menjadi syarat terjadinya perubahan perilaku ketika relasi bimbingan dan konseling berlangsung, sebagai perjumpaan antara konselor dan konseli, ialah yang oleh Rogers disebut "*the necessary and sufficient condition*" (Carl Rogers, dalam Blocher, 1974), yaitu:

1. Konselor menampilkan diri secara otentik, kongruen atau *genuine*
2. Konselor menampilkan sikap menghargai konseli secara positif tanpa syarat dan menunjukkan kehangatan dalam menerima konseli.
3. Konselor menunjukkan cara bertindak yang akurat, pemahaman empatik terhadap kerangka rujukan dan pengalaman internal konseli.

Berbagai riset dilakukan dan masih harus terus dikembangkan untuk menguji validitas kondisi relasional ini di dalam proses konseling. *Implikasi* model ini terhadap praktek bimbingan dan konseling ialah bahwa esensi bantuan konselor terhadap konseli terletak dalam relasi itu sendiri yang ditandai dengan cara konselor mengkomunikasikan sikap dan pemahamannya terhadap konseli, yang terwujud dalam cara konselor mengkomunikasikan sikapnya dalam menerima dan menghargai konseli, memahami dunia pribadi konseli melalui ungkapan empatik yang tepat, menyadari dunianya sendiri dan berbagi pengalaman dengan konseli dalam cara-cara yang terbuka dan kongruen, dan menghindarkan diri dari tindakan yang dibuat-buat (*artificial*) atau basa-basi.

Model Kognitif

Teknik "talking cure" dalam pendekatan psikoanalisis yang dikembangkan Sigmund Freud kira-kira satu abad yang lalu merupakan sumber utama bagi ragam konseling dan psikoterapi-- dalam model kognitif-afektif-- di dalam membantu konseli mengembangkan gagasan dan konsep baru-- atau dengan kata lain wawasan (*insight*) -- tentang diri dan situasi yang dialaminya. Sudut pandang yang digunakan untuk memahami kepribadian ialah bahwa setiap individu memiliki ceritera atau riwayat tentang dirinya, kehidupannya, dan hubungan yang dialaminya, dimana riwayat itu menjadi pusat dari seluruh pengalaman dan penafsiran individu terhadap peristiwa yang dialaminya. Kegiatan kognitif individu dimaksudkan untuk membangun dunia kehidupannya di dalam cara-cara yang bermakna dan konsisten yang dapat memberi dirinya kenyamanan yang rasional dan terbebas dari kecemasan.

Psikoanalisis yang dilahirkan oleh Sigmund Freud melihat bahwa kepribadian manusia mengandung tiga subsistem utama, yaitu *id*, *ego*, dan *super ego*. *Id* adalah sistem alami manusia dan menyangkut aspek genetik atau pembawaan biologis, segala sesuatu yang dibawa sejak lahir. *Id* berorientasi pada tujuan-tujuan pengurangan ketegangan (*tension*) untuk mengembalikan organisma kepada keadaan seimbang. *Super ego* ialah sistem yang merefleksikan sanksi moral masyarakat. *Super ego* bertindak atas dasar prinsip moral— yang bisa saja takrasional— perilaku baik maupun buruk tanpa dikaitkan dengan motif ataupun keadaan sekitar yang mendasarinya. *Ego* adalah subsistem kepribadian yang rasional, yang menjadi pengendali antara tuntutan *Id* yang instinktif, bersifat mendesak, dan tanpa mempertimbangkan lingkungan dengan dorongan, sanksi moral, dan keabsolutan tuntutan *super ego*. *Ego* harus selalu memuaskan tuntutan *id*, tapi dengan menghindari kecemasan yang muncul dari ancaman *super ego*. Dengan kata lain *ego* bersifat rasional serta menjalankan fungsi-fungsi kognitif dan penyesuaian di dalam menyelesaikan konflik, mengatasi kecemasan, dan mengembangkan kepribadian.

Psikologi *ego* berakar dari psikoanalisis; teori-teori yang paling signifikan antara lain teori Alfred Adler, Karen Horney, Erich Fromm, dan Harry Stack Sullivan.

Alfred Adler menegaskan bahwa akar perkembangan dan konflik kepribadian terletak pada proses sosial daripada pada proses psikologis. Manusia adalah makhluk sosial dan motif-motif primer manusia didasarkan kepada interaksi sosialnya. Motivasi primer manusia adalah “*striving for superiority or perfection*”, dan dorongan ini dimanifestasikan dalam setiap kehidupan manusia di dalam berbagai bentuk dan pola kehidupan, diterjemahkan ke dalam perilaku yang disebut dengan *gaya hidup* (*style of life*). *Gaya hidup* adalah konsep global yang digunakan untuk memahami dan menjelaskan perilaku manusia, dan setiap manusia memiliki keunikan *gaya hidup*. Manusia adalah makhluk yang secara potensial mampu membangun kerjasama, hubungan sosial, dan memecahkan masalah. Perilaku manusia adalah rasional dan dapat difahami dalam kerangka kerja keunikan *gaya hidup* dirinya. Perwujudan superioritas setiap individu berbeda, bisa dalam bentuk prestasi akademik, olah raga, seni, yang secara potensial menumbuhkan kepuasan pribadi dan kemaslahatan sosial. Perilaku menyimpang atau salah suai disebabkan karena ketidakmampuan individu dalam memahami diri dan lingkungan daripada karena implus-impuls destruktif dalam diri manusia.

Karen Horney mengembangkan pendekatan psikososial terhadap kepribadian. Pemahaman perilaku dilihat dalam konstruk kecemasan yang muncul dari pengaruh sosial yang dialami seseorang, dalam bentuk dominasi orang dewasa yang dapat menimbulkan rasa keterisolasian dan ketakberdayaan. Penyelesaian perasaan yang tak menyenangkan ini dilakukan melalui strategi: (1) gerak mendekat pada orang (*move toward people*) seperti perilaku tunduk, bergantung, parasitik, yang tujuannya untuk memperoleh kasih sayang, dukungan, dan persetujuan; (2) gerak menghindar dari orang (*move away from people*) yang termanifestasi dalam perilaku kerja sendiri, mengisolasi diri, dan berpusat pada diri sendiri; dan (3) gerak menentang orang (*move against people*) terwujud dalam perilaku permusuhan, agresif, dan dominasi.

Semua strategi yang disebutkan adalah strategi yang tak dikehendaki karena pada dasarnya merupakan kecenderungan “neurotik” yang akan menumbuhkan perilaku destruktif, mengalahkan diri sendiri, dan takrasional. Perbedaan perilaku neurotik dan efektif terletak pada perbedaan pengendalian dan fleksibilitas di dalam menghadapi situasi khusus. Jika seseorang sadar akan keragaman alternatif dan mampu menganalisis situasi secara akurat— atau dengan kata lain berwawasan utuh—dia akan dapat berperilaku efektif. Pribadi yang tidak efektif adalah yang dikendalikan kecemasan, tak menyadari perilaku saat ini, hanya

memiliki sedikit alternatif, dan menggunakan strategi dalam cara-cara impulsif dan taksensitif.

Erich Fromm memusatkan perhatian kepada interaksi sosial sebagai bahan mentah fundamental dalam perkembangan kepribadian. Manusia berbuat untuk memenuhi kebutuhan dasar, dan sebagai makhluk sosial manusia berkebutuhan untuk: berhubungan, berkreasi, ber-kepemilikan, ber-jatidiri, dan konsisten dalam memandang dunianya. Apabila manusia tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar ini di dalam masyarakat, dia menjadi tersingkirkan dan bermusuhan. Jika dia tidak berpeluang untuk memperoleh dan hidup dalam kasih sayang atau berhubungan dalam cara-cara yang positif, maka dia akan belajar bermusuhan. Esensi bantuan terletak pada upaya memahami cara manusia memenuhi kebutuhan dasarnya di dalam keterbatasan dan peluang yang ada di masyarakat, dan menumbuhkan kesadaran akan kebutuhan dirinya serta menemukan cara-cara pemenuhan kebutuhan yang positif dan konstruktif.

Harry Stack Sullivan memandang kepribadian adalah perangkat total strategi antarpribadi yang menjadi cara bagi individu berinteraksi dengan orang lain. Perkembangan kepribadian adalah proses belajar memenuhi kebutuhan dan mengurangi ketegangan di dalam jejaring hubungan antarpribadi seseorang.

Implikasi model kognitif terletak pada prinsip dasar bahwa sumber kekuatan pertumbuhan dan perkembangan individu adalah kecakapan berpikir rasional dan analitik tentang dirinya dan dunianya. Model dasar psikologisnya ialah bahwa kesadaran atau wawasan (*insight*) mengarahkan kendali perilaku untuk tumbuh dan berkembang. Tanggung jawab konselor terletak pada pengembangan dan pemeliharaan relasi bimbingan dan konseling sebagai sebuah lingkungan bagi konseli di dalam menjelajahi makna dan wawasan baru. Konselor dan konseli bekerjasama dalam tataran rasional dan emosional di dalam menampilkan peran dan relasinya, namun ekspresi rasional dan kognitif lebih banyak daripada ekspresi emosional. Tujuan utama bimbingan dan konseling tidak pada pemecahan masalah sesaat, melainkan pada pengembangan pemahaman akan hakikat motif dan konflik dasar sehingga memperkaya pertumbuhan psikologis dan keberfungsian individu secara efektif di dalam lingkungan. Teknik utama yang digunakan adalah mengendalikan ambiguitas berpikir, karena perilaku bermasalah pada dasarnya terletak pada ambiguitas. Contoh penerapan model kognitif dalam praktek seperti yang dikembangkan oleh Williamson tentang teori *traits-factors* dan Albert Ellis tentang *rational-emotive therapy*.

Model Keperilakuan (Behavioral)

Prinsip dasar model keperilakuan bertolak dari pandangan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang berbasis data teramati, dan yang disebut perilaku adalah manifestasi organisma yang teramati. Model ini menolak *dunia dalam* diri individu seperti halnya id, ego, super ego yang menjadi kekuatan utama teori psikoanalisis, karena semua unsur-unsur itu dianggap tidak dapat diamati. Dua teori yang cukup signifikan dalam model ini adalah Skinnerian dan Pavlovian.

Teori *Skinner* disebut teori *operant conditioning* yaitu suatu pendekatan dalam psikologi yang menggunakan unit stimulus respons untuk mempelajari perilaku yang teramati dalam situasi yang terkontrol. Perilaku terbentuk dalam wujud ikatan stimulus respons dan sama sekali tidak menghiraukan konstruk internal yang dapat menjelaskan mekanisme yang terjadi dalam diri manusia. Pembentukan perilaku merupakan proses pengkondisian yang dilakukan dalam cara-cara penguatan (*reinforcement*) hubungan stimulus respons yang dilakukan dalam rentang waktu dan tingkat frekuensi tertentu yang dikonseptualisasikan sebagai jadwal penguatan (*schedule of reinforcement*). Implikasi teori ini dalam bimbingan dan konseling ialah

bahwa konselor harus merumuskan secara spesifik perilaku yang menjadi tujuan konseling. Konselor tidak bekerja semata-mata atas dasar pemahaman konsep ambiguitas atau konsep diri atau kekuatan ego, melainkan harus mendefinisikan bentuk-bentuk respons yang hendak dikembangkan dengan disertai prosedur pengembangan yang jelas.

Teori *Pavlov* menekankan bahwa reaksi-reaksi emosional menyertai respons individu atas stimulus yang diberikan lingkungan. Model ini digambarkan dalam eksperimen Pavlov tentang hubungan antara makanan yang disajikan, bunyi bel yang dimunculkan bersamaan dengan penyajian makanan, dan keluarnya air liur anjing yang menjadi “subjek” eksperimennya. Teknik utama yang digunakan dalam konseling, sebagai implikasi dari teori ini, ialah teknik *desensitization*, teknik mengkondisikan individu untuk tidak sensitif terhadap kecemasan yang dihadapinya, yang berarti individu mampu mengatasi dan mengendalikan perilaku dalam menghadapi kecemasan. Krumboltz dan Thoreson menyebut penerapan prinsip ini sebagai “*keperilakuan humanis*” (“*behavioral humansim*”).

D. Menuju Teori Komprehensif

Kemandirian sebagai tujuan bimbingan dan konseling

Manusia adalah makhluk Allah Yang Maha Kuasa, yang memiliki kehendak dan kebebasan, manusia patut mengembangkan diri atas dasar kemerdekaan pikiran dan kehendak yang dilandasi keimanan dan ketaqwaan kepada Allah Yang Maha Kuasa, dalam tatanan kehidupan bersama yang tertuju kepada pencapaian kehidupan sejalan dengan fitrahnya. Secara filosofis kebebasan manusia untuk memilih dan mengambil keputusan mengandung makna bahwa manusia bertanggung jawab atas pilihan yang diambilnya. Ini berarti esensi tujuan bimbingan dan konseling, yang dirumuskan sebagai kemampuan memilih dengan cara sendiri sebagaimana disinggung di muka, terletak pada kemandirian mengambil pilihan dan bertanggung jawab atas pilihan yang ditetapkan itu. Manusia adalah makhluk yang memiliki fitrah tanggung jawab, dan sebagai makhluk Allah SWT manusia akan diminta pertanggung jawaban atas perbuatannya sendiri (QS. 30:44; 34:25; 39:41). Tanggung jawab menjadi hal yang amat esensial di dalam kemandirian, sebagai sesuatu yang bersifat inheren dalam diri manusia dan harus dikembangkan sesuai dengan hakikat manusia. Tanggung jawab bukanlah sesuatu yang bisa diajarkan sebagai pengetahuan melainkan sesuatu yang harus dialami dan diwujudkan dalam tindakan. Tanggung jawab adalah suatu konsep totalitas yang menyangkut keterkaitan manusia baik dengan diri sendiri, masyarakat, maupun Tuhan.

Esensi tujuan bimbingan dan konseling adalah memandirikan individu; kemandirian (*autonomy*) adalah tujuan bimbingan dan konseling. Berbagai sudut pandang menjelaskan makna dan proses perkembangan kemandirian. Sudut pandang konformistik (Durkheim: 1925) melihat kemandirian sebagai konformitas terhadap prinsip moral kelompok rujukan. Kemandirian tumbuh karena ada disiplin (aturan bertindak dan otoritas) dan komitmen terhadap kelompok. Kedua elemen ini merupakan prasyarat bagi tumbuhnya kemandirian; sebagai elemen ketiga dari moralitas yang bersumber dari kehidupan masyarakat. Kemandirian adalah penampilan keputusan pribadi yang didasari pengetahuan lengkap tentang konsekuensi berbagai tindakan serta keberanian menerima konsekuensi tindakan tersebut,-- yang dalam istilah lain disebut tanggung jawab⁷. Pemahaman terhadap hukum

⁷ Tanggung jawab adalah esensi kemandirian; suatu keberanian menerima konsekuensi pilihan. Kebebasan memilih yang melekat pada diri manusia pada hakikatnya adalah kebebasan manusia untuk mengikat diri. Menetapkan pilihan berarti menetapkan ikatan diri, dan manusia harus siap menerima konsekuensi atas

moralitas menjadi faktor utama kemandirian. Faktor pemahaman ini yang membedakan kemandirian atau *self-determinism* dari kepatuhan (*submissive*).

Sudut pandang interaksional (Sunaryo Kartadinata: 1988) memposisikan manusia berhak memberi makna terhadap dunianya atas dasar proses "mengalami" sebagai konsekuensi dari perkembangan berpikir dan penyesuaian kehendaknya. Kemandirian bukanlah hasil dari proses internalisasi aturan otoritas, melainkan suatu proses perkembangan diri sesuai dengan hakikat eksistensi manusia. Kemandirian yang sehat adalah yang sesuai dengan hakikat manusia, dan perilaku mandiri adalah perilaku memelihara hakikat eksistensi diri⁸. Erich Fromm (Blocher: 1974) menyebut perilaku ini sebagai katahati humanistik.

Interaksional mengandung makna bahwa kemandirian berkembang melalui proses pengembangan keragaman dalam kesamaan dan kebersamaan dan bukan dalam kevakuman. Maslow (1971)⁹ membedakan kemandirian tidak aman (*insecure autonomy*) sebagai perilaku *selfish* atau mementingkan diri sendiri, dan kemandirian aman (*secure autonomy*) yang menumbuhkan cinta kasih dan kesadaran akan kemaslahatan hidup bagi orang lain. Kemandirian bukan sesuatu yang terlepas dari keterkaitan, melainkan terbentuk karena ada kesadaran akan ketergantungan, bukan semata-mata ketergantungan antar manusia melainkan ketergantungan antara berbagai motif dan nilai yang melandasi penampilan tindakan dalam berinteraksi dengan orang lain. Keputusan dan tindakan tidak semata-mata ada dalam dimensi ruang dan waktu tapi juga ada dalam dimensi nilai.

Perkembangan kemandirian terarah kepada penemuan makna diri dan dunia, dan pemaknaan itu akan beragam sesuai dengan persepsi manusia akan diri dan dunianya. Proses memaknai adalah proses selektif, ditentukan melalui proses memilih, dan karena itu bangun kehidupan dalam setiap diri manusia akan berbeda-beda. Dalam tataran pemaknaan yang lebih tinggi akan terjadi makna sinoptik (Pehnix: 1984) atau transendensi lingkungan (Maslow: 1968), yang menggambarkan interaksi individu dengan dunianya tidak lagi dalam interaksi subyek-obyek, melainkan merupakan hubungan antar-subyektivitas, yakni proses dialog dalam diri.

Proses memilih adalah proses menimbang berbagai alternatif, sebuah proses kognitif yang terkait dengan sistem nilai dan bukan proses reaktif atau impulsif. Kemandirian berkembang melalui pengembangan kemampuan berpikir, kreativitas, imajinasi, yang akan membawa manusia kepada pemahaman tentang perbedaan diri dengan lingkungan dan orang lain, dan keterpautan diri dengan lingkungan. Dalam tahapan seperti ini individu akan berupaya sedikit demi sedikit melepaskan diri dari ikatan otoritas dan menuju kepada hubungan mutualistik, mengembangkan kekhususan diri, mengembangkan kemampuan instrumental untuk memenuhi sendiri aktivitas hidup. Chikering (1971) mengidentifikasi tahap perkembangan ini sebagai independensi emosional dan instrumental, yang bersifat komplementer, yang secara bertahap akan mengarah kepada pengakuan dan penerimaan kesaling bergantung-an di dalam kehidupan.

keterikatan itu . Menghindarkan diri dari konsekuensi pilihan dan keterikatan diri berarti menghindari tanggung jawab.

⁸ Memelihara hakikat eksistensi berarti hidup sesuai dengan fitrah (manusia) sebagai mahluk: beragama tauhid, bertanggung jawab, intelektual yang mampu menggunakan akal pikiran, sosial, dan susila. Kehidupan manusia yang sehat adalah yang sesuai dengan fitrah, perkembangan yang sehat adalah yang sesuai dengan fitrah, dan ketika kembali kepada Allah SWT tetap dalam keadaan sehat karena fitrah terpelihara.

⁹ Maslow mengemukakan konsep *self-transcendence* yang merujuk kepada konsep perkembangan, berbeda dari dan bukan *self-obliteration* (penghapusan atau peleburan diri), melainkan proses perkembangan kekuatan kemandirian dan pencapaian identitas diri.

Kemandirian adalah sebuah proses perkembangan, terbentuk melalui proses interaksi antara manusia dengan lingkungannya. Bimbingan dan konseling bertugas mengembangkan lingkungan yang mampu memperkaya kehidupan kemandirian individu dalam hubungannya dengan kehidupan orang lain. Kemandirian yang sehat akan tumbuh melalui interaksi yang sehat antara individu yang sedang berkembang dengan lingkungan dan budaya yang sehat pula. Dalam konteks pengembangan kemandirian, tujuan bimbingan dan konseling tidak sebatas sebagai proses pemecahan masalah yang hanya bersifat kekinian, melainkan terarah kepada penyiapan individu untuk dapat menghadapi persoalan-persoalan masa depan dan menjalani kehidupan sebagai anggota masyarakat maupun sebagai makhluk Allah Yang Maha Kuasa. Bimbingan dan konseling bertugas memfasilitasi individu menguasai *perilaku jangka panjang* yang diperlukan di dalam kehidupannya, dalam mengambil keputusan sosial-pribadi, pendidikan, dan karir.

Konstruksi dan teori perkembangan kemandirian perlu difahami oleh konselor sebagai dasar perumusan perilaku jangka panjang yang harus dikuasai individu, dan sebagai standar yang mengarahkan upaya-upaya bimbingan dan konseling. Model teori atau konstruk dimaksud di antaranya model perkembangan karakter (Havighurst: 1972), perkembangan ego (Loevinger: 1964), perkembangan diri, korporasi model Loevinger dan Havighurst (Sunaryo Kartadinata: 2003).

Membangun lingkungan yang memandirikan

Asumsi bahwa kemandirian berkembang melalui interaksi antara individu dan lingkungan, mengandung implikasi bahwa tugas dan tanggung jawab konselor dalam memfasilitasi perkembangan kemandirian individu adalah menyiapkan lingkungan yang memandirikan. Lingkungan yang memandirikan adalah lingkungan perkembangan, sebuah lingkungan belajar dan sebagai wahana untuk mendeskripsikan, menjelaskan, meramalkan, dan mengendalikan interaksi dan transaksi dinamik antara individu dengan lingkungan, dan segala perangkatnya yang harus dipelihara.

Ada tiga tema sentral sebagai wahana utuh (Sunaryo Kartadinata: 1996) untuk merealisasikan fungsi bimbingan dan konseling di dalam lingkungan perkembangan, sebagai sebuah lingkungan yang memandirikan, yaitu: (1) tujuan terfokus pada memberikan kemudahan berkembang, mengandung implikasi bahwa perkembangan terarah tujuan (*goal directed*) (2) fokus intervensi terletak pada sistem atau subsistem, intervensi dilakukan terhadap cara berpikir dan bertindak individu di dalam kelompok dan (3) keserasian diri-lingkungan menjadi dinamika sentral keberfungsian individu di dalam sistem, pengembangan perilaku melalui bimbingan dan konseling untuk memelihara keserasian pribadi-lingkungan secara dinamis.

Lingkungan perkembangan bisa terwujud dalam bentuk: (1) hubungan relational antara konselor-konseli, (2) pertemuan individual yang berlangsung dalam bentuk wawancara, (3) pertemuan kelompok dalam bentuk bimbingan dan atau konseling kelompok, (4) lingkungan lain terutama lingkungan sekolah dan, dalam jangkauan tertentu, lingkungan keluarga. (Blocher: 1974). Lingkungan perkembangan adalah lingkungan yang terstruktur, dibangun dengan mengembangkan subsistem lingkungan yang terdiri atas (Blocher: 1974): (1) struktur *peluang* dalam bentuk penyiapan ragam stimulus—dalam tataran kebaruan, intensitas, kompleksitas, dan ambiguitas—dengan memperhatikan kebutuhan dan ekspektasi konseli dan konteks; (2) struktur *dukungan* dalam bentuk transaksi —yang terpelihara— untuk menumbuhkan motivasi, optimisme, dan komitmen terhadap standar nilai yang harus dicapai konseli; (3) struktur *ganjaran* dalam bentuk penilaian dan balikan untuk memperkuat perilaku baru, melakukan diagnosis, mengidentifikasi kesulitan, dan melakukan perbaikan.

Kerangka kerja bimbingan dan konseling berbasis pengembangan lingkungan yang memandirikan ini membawa sejumlah implikasi bagi konselor.

Pertama, konselor akan berada pada ikatan bimbingan dan konseling individual maupun kelompok dengan ragam proses perilaku yang menyangkut pendidikan, karir, pribadi, pengambilan keputusan, keluarga, dan kegiatan lain yang terkait dengan pengayaan pertumbuhan dan keefektifan diri. Konselor dipersyaratkan menguasai pengetahuan tentang perkembangan manusia dan ragam teknik asesmen perilaku dan lingkungan.

Kedua, konselor melakukan intervensi yang terfokus pada pengembangan pencegahan maupun remediasi; membantu individu maupun kelompok untuk meningkatkan mutu lingkungan baik secara fisik, sosial, maupun psikologis yang dapat memfasilitasi pertumbuhan individu yang bekerja, belajar, atau hidup di dalamnya. Konselor dikehendaki memiliki kompetensi untuk mengantisipasi sosok perkembangan individu yang diharapkan dan menguasai kompetensi psikologis dan kompetensi pikiran (*mindcompetence*) untuk mengembangkan lingkungan yang memandirikan. Konselor harus datang lebih awal ke dunia kehidupan (individu) masa depan.

Ketiga, konselor berperan dan berfungsi sebagai seorang *psychoeducator* dengan perangkat kompetensi psikologis dan berpikir yang dikuasainya untuk memfasilitasi individu mencapai tingkat perkembangan yang lebih tinggi. Konselor harus kompeten dalam hal memahami kompleksitas interaksi individu dalam ragam konteks sosial dan budaya (*cultural diversity competence*), menguasai ragam bentuk intervensi psikologis baik inter maupun antarpribadi dan lintas budaya, menguasai strategi asesmen lingkungan dalam kaitannya dengan keberfungsian individu dalam lingkungan, dan memahami proses perkembangan manusia.

DAFTAR PUSTAKA

Al Quran

Adler, a. (1963). *The Practice and Theory of Individual Psychology*. New Jersey: Paterson Littlefield, Adams

Bereiter, Carl. (1973). *Must We Educate?*. Englewood Cliffs New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Blocher, Donald H. (1974). *Developmental Counseling*. 2nd ed. New York: John Wiley & Sons

Chikering, Arthur W. (1971). *Education and Identity*. San Francisco: Jossey-Bass Inc., Publ

Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. (2003). *Higher Education Long Terms Strategies*

Durkheim, Emile. et.al. (1925/1961). *Moral Education: A Study in the Theory and Application of the Sociology of Education*. New York: The Free Press

Fromm, Erich. (1941). *Escape from Freedom*. New York: Holt Rinehart and Winston

Fromm, Erich & Xirau, Ramon. (1968). *The Nature of Man*. Toronto: Macmillan Co.

- Hall, C.S. & Lindzey, G. (1975). *Theories of Personality*. New York: John Wiley & Sons
- Horney, Karen. (1942). *Self-Analysis*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- Loevinger, Jane. (1964). "The Meaning and Measurement of Ego Development". *American Psychologist*. 195-206
- (1979). "Stages of Ego Development". Dalam Mosher, Ralph L. (ed.). (1978). *Adolescents Development and Education*. Barkeley: McCutchan Publ. Co.
- Maslow, Abraham. (1968). *Toward A Psychology of Being*. New York. D Van Nostrand Co.
- (1971) *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: The Viking Press
- Phenix, Philip H. (1984). *Realms of Meaning: A Philosophy of the Curriculum for General Education*. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Rogers, Carl. (1951). *Client Centered Therapy*. Boston: Houghton-Mifflin
- Sunaryo Kartadinata. (1988). *Profil Kemandirian dan Orientasi Timbangan Sosial Mahasiswa Serta Kaitannya Dengan Perilaku Empatik dan Orientasi Nilai Rujukan*. Disertasi. FPS IKIP Bandung
- (1996). *Kerangka Kerja Bimbingan dan Konseling Dalam Pendidikan: Pendekatan Ekologis Sebagai Suatu Alternatif*. Pidato Pengukuhan Jabatan Guru Besar. IKIP Bandung
- .dkk (1999). *Quality improvement and Management System Development of School Guidance and Counseling Services*. URGE Project, Ditjen Dikti
- .dkk (2003). *Pengembangan Model Analisis Tugas-tugas Perkembangan dalam Peningkatan Mutu Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. RUT LIPPI
- Undang-Undang No. 20/2003 tentang *Sistem Pendidikan Nasional*

