
KETERAMPILAN KONSELING BAGI GURU

Konseling sekolah merupakan kekuatan baru dalam pendidikan, sumber kontroversi, sumber inspirasi, sumber pemahaman teoritis, dan sumber keterampilan praktis.

Komponen Keterampilan Konseling Bagi Guru

- Keterampilan Konseling di Sekolah Menengah
- Keterampilan Mendengarkan (Listening)
- Keterampilan Memberi Respon (Responding)
- Implikasi Penggunaan Keterampilan Responding
- Bagaimana Siswa Memunculkan Persoalan-persoalan
- Tanggung Jawab dan Liabilitas Guru

Keterampilan Konseling di Sekolah Menengah

- Banyak prinsip-prinsip dan konsep-konsep seputar konseling bermunculan khususnya di sekolah humanistik yang memiliki pengaruh besar terhadap pemikiran dan kebijakan sekolah pada tahun 1960.
- Baru pada tahun 1963, hubungan antara konseling dengan sekolah dibahas secara resmi di Inggris, tepatnya pada Seminar National Association for Mental Health (NAMH) dibawah pimpinan Lord James of Rusholme.

Definisi Konseling

Beberapa pengertian konseling difokuskan pada proses atau apa yang terjadi antara helper dengan kliennya.

- Jones (1970 : 10)

“Suatu proses yang dirancang untuk membantu seseorang memasuki kehidupannya dan berkembang menuju kematangan melalui proses pembelajaran tentang bagaimana bertanggungjawab terhadap dan mengambil keputusan bagi dirinya sendiri.”

- Williams (1977 : 76)

“Konseling merupakan proses berbagi tidak hanya perilaku tapi juga pengalaman. Suatu penciptaan hubungan saling percaya dan rahasia dimana dinding defensif diruntuhkan dan batu demi batu disingkirkan.”

Beberapa pengertian lainnya memfokuskan pada hubungan antar helper dan klien serta problem solving (penyelesaian masalah).

- NAMH (1970, p. 2.4)

“Hubungan antara 2 orang yang satu membutuhkan kesempatan untuk membicarakan masalahnya dan yang lain memiliki kepekaan dan kematangan untuk memahami konflik dan ketidakpastian, serta memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk memberi solusi atau paling tidak pengakomodasian terhadap kesulitan-kesulitan yang harus diatasi.”

- BAC (1998, p. 2.11)

“Konseling melibatkan kontrak yang disengaja dengan batasan-batasan yang jelas dan telah disetujui serta komitmen untuk menjaga privasi dan kerahasiaan. Proses tersebut membutuhkan persetujuan yang eksplisit dan telah diberitahu sebelumnya.”

Keterampilan Mendengarkan (Listening)

- Tidak ada klasifikasi yang baku ataupun kosakata umum dalam keterampilan konseling, namun beberapa ahli telah berupaya mengklasifikasikan keterampilan pemberian bantuan, contohnya keterampilan pemahaman, keterampilan kenyamanan dan penanggulangan krisis serta keterampilan tindakan positif (Brammer 1976).

-
- Listening bisa dinyatakan sebagai tindakan pasif, namun sebenarnya merupakan proses yang aktif.
 - Ada beberapa faktor yang mempengaruhi Listening yakni noise internal dan noise eksternal.
 - Beberapa orang ahli menyatakan bahwa konselor perlu belajar bagaimana mengembangkan perhatian atau kemampuan untuk mendengarkan semua yang sedang dikomunikasikan.
 - Hal ini berarti konselor harus dapat memperhatikan kata-kata, kiasan, volume suara, pitch, aksen, nada suara, begitu pula halnya harus dapat mengamati ekspresi wajah, gerak tubuh, dan kontak mata.

Pedoman untuk Mendengarkan (listening)

- Mengingat (Remembering)
- Listening terhadap perasaan-perasaan pokok
- Attending terhadap komunikasi nonverbal
- Mendengarkan terhadap diri seseorang
- Membolehkan adanya 'jeda' dan 'diam'
- Santai dan tetap tenang

Remembering (mengingat)

- Kita lebih mudah mengingat seorang guru yang mendengarkan daripada guru yang berbicara. Saat ia mendengarkan ia dapat mengingat fakta-fakta yang signifikan, kata-kata khusus dan nama seseorang.
- Banyak siswa merasa bangga jika seseorang mengingat nama dan ciri-cirinya.

Mendengarkan (Listening) terhadap perasaan-perasaan pokok

- Beberapa indikasi adanya konflik tersembunyi ditandai oleh perubahan dalam nada suara, gestur yang tiba-tiba dan perbedaan antara apa yang dikatakan dengan bagaimana hal tersebut dikatakan.
- Listening tidak hanya mengikuti hal-hal yang dikatakan, tapi juga hal-hal yang tidak diutarakan dengan jelas. Jika guru dapat merespon terhadap perasaan-perasaan pokok maka akan timbul empati.

Penghampiran (attending) terhadap komunikasi nonverbal

Komunikasi terdiri atas :

- 7 % verbal, hanya kata-kata
- 38 % vokal, nada suara, infleksi
- 55 % non verbal

(Mehrabian, 1971 : 43)

Komponen komunikasi non verbal

- Postur dan gestur tubuh
- Ekspresi wajah dan kontak mata
- Nada suara

Harus diingat bahwa budaya suatu tempat mempengaruhi penggunaan komunikasi non verbal ini.

Mendengarkan (Listening) terhadap diri seseorang

- Reik (1948) menyebut kegiatan ini ‘mendengarkan dengan telinga ketiga’
- Mencakup upaya untuk membayangkan bagaimana perasaan orang lain dan merupakan langkah pertama menuju empati.

Membolehkan adanya ‘jeda’ dan ‘diam’

- Diam dapat berarti banyak hal dan berbagai studi telah menyoroti kompleksitasnya (Harper dkk, 1978).
- Ketika menggunakan keterampilan konseling adalah penting untuk memunculkan jeda atau diam namun jangan membiarkan keheningan yang terlalu lama karena dapat menimbulkan ketidaknyamanan bagi klien.

Santai dan tetap tenang

- Sikap dan lingkungan fisik seorang guru harus mencerminkan ketenangan. Karena itu, penting untuk memperhatikan penataan ruang, tempat duduk, privasi dan juga kebebasan untuk mengajukan interupsi bagi klien.

Keterampilan Memberi Respon (Responding)

- Responding merupakan keterampilan lanjutan dari listening yang juga membutuhkan pemahaman guru terhadap perasaan, pemikiran dan isi yang dimiliki siswa.
- Terkadang pemberian respon akan menjadi suatu tugas yang sulit, terhadap beberapa siswa ini merupakan tuntutan yang melelahkan. Namun jika guru mempraktikkan keterampilan dasar dalam pemberian respon, siswa akan merasa diakui dan dihargai

Pedoman untuk memberi respon :

- Merefleksi perasaan-perasaan
- Pemahaman yang empatik
- Menggunakan pertanyaan
- Dorongan minimal
- Parafrase
- Hindari membuat dugaan dan penilaian yang berlebihan
- Menghubungkan pengalaman-pengalaman
- Hindari mengubah subjek
- Hindari bicara terlalu sering dan untuk waktu yang lama
- Merangkumkan
- Memfokuskan
- Menggunakan Konfrontasi
- Memberi informasi dan menjawab pertanyaan

Implikasi Penggunaan Keterampilan Konseling

- Salah satu tujuan guru dalam menggunakan konseling adalah untuk membuat siswa mampu mengenali perasaan-perasaan, pemikiran-pemikiran dan perilaku, dan pada saat tertentu berusaha memperdalamnya (BAC, 1999).
- Penggunaan keterampilan mencakup pemberian jarak dan waktu pada siswa untuk memahami dan mengklarifikasi masalah-masalah mereka serta untuk membuat pilihan yang bermakna dimana mereka sampai pada kesimpulan mereka sendiri dibanding diberitahu apa yang harus mereka lakukan.

Batasan-batasan

Agar siswa memperoleh rasa aman dalam mengeksplorasi permasalahannya, maka guru harus menegaskan beberapa batasan tertentu seperti :

- Batasan profesional
- Batasan personal
- Batasan fiskal

Batasan Profesional

Batasan profesional merupakan batas-batas yang dimiliki guru dalam hal peran sebagai konselor, kerahasiaan proses pemberian bantuan dan tanggung jawab legal mereka, yakni diantaranya mencakup batasan menyangkut :

- Kolega/ Rekan Sejawat
- Konflik peran
- Kesetaraan antar pihak-pihak tertentu
- Orang tua siswa

Penyusunan Praktis (batasan fiskal)

Batasan fiskal adalah segala hal mengenai properti atau materi yang digunakan dalam pemberian bantuan antara guru dan siswa, diantaranya menyangkut :

- Tata ruang
- Lama pertemuan
- Hari libur
- Catatan-catatan

Batasan-batasan Personal

“Konseling mengisi ruang kosong antara psikoterapi dengan persahabatan” (Noonan, 1983). Batasan personal guru dalam pemberian bantuan adalah hal-hal mengenai hubungan personal antara guru dengan murid, konselor dan konseli, diantaranya mencakup :

- Penggunaan nama belakang
- Sentuhan
- Kesadaran diri

Kebutuhan personal

Pekerjaan sebagai guru dapat sangat menuntut dan konseling dapat sangat memicu stres. Seorang guru yang melaksanakan aktivitas konseling akan merasa lebih mampu dan terfasilitasi apa bila ia telah mengikuti pelatihan dasar dan telah membaca beberapa literatur tentang konseling. Menjadi konselor membutuhkan beberapa kapasitas pribadi seperti :

- Stress dan Burn Out (kemampuan mengatasinya)
- Tingkat Kompetensi
- Pelatihan (hasil yang diperoleh)
- Dukungan

Bagaimana Siswa Memunculkan Persoalan-persoalan

- Konsep dari masalah yang sedang muncul seringkali digunakan dalam konseling dan menuntut penjelasan atasnya.
- Untuk penanganan masalah-masalah yang dimunculkan oleh siswa, maka guru harus layak dipercaya dan berkeinginan untuk membantu.
- Siswa menguji kelayakan helper untuk dipercaya dengan beberapa cara, diantaranya menceritakan sebuah rahasia kecil, menanyakan suatu pertanyaan, membuat helper merasa tidak nyaman, datang terlambat dalam janji temu, melupakan janji temu dan menanyakan motif yang dimiliki helper.

Pertanda adanya masalah yang mendasar

- Beberapa siswa mampu mengidentifikasi dengan jelas bahwa mereka sedang memiliki masalah dan ingin membicarakannya. Beberapa siswa lainnya merasa tidak yakin untuk meminta bantuan dan tidak menyadari bahwa bantuan tersedia.
- Guru dapat mengenali masalah siswa dengan cara memerhatikan perubahan yang terjadi dalam diri siswa.

Pendekatan terhadap siswa

- Jika seorang siswa memiliki masalah namun tidak ingin membicarakannya dengan guru, maka keputusan ini harus dihormati.
- Walau masalah tidak dapat menghilangkan masalah sepenuhnya, namun sedikit komentar bahwa kita berkeinginan untuk mendengarkan permasalahannya, akan sangat membantu.

Penolakan terhadap bantuan

- Meminta bantuan dapat menjadi suatu hal yang sulit, karena itu saat siswa menginginkan bantuan mereka juga berkeinginan untuk menolaknya.
- Keterampilan dari seorang helper adalah untuk membantu siswa menemukan solusi masalahnya sendiri bukannya menyodorkan solusi permasalahan tersebut langsung pada siswa.
- Tidak semua siswa menginginkan bantuan di sekolah, siswa yang sedang berada dalam tekanan tidak dapat dipaksa untuk menerima bantuan, karena itu lah dalam saat seperti ini alih tangan dibutuhkan.

Resistensi

- Kebanyakan orang yang mencari bantuan memunculkan tingkat resistensi tertentu. Meskipun mereka menginginkan bantuan sebagian dari diri mereka tidak ingin berubah, dan ini adalah hal yang normal karena perubahan bisa jadi menyakitkan.
- Konseling bukanlah sesuatu yang membuat nyaman, apalagi jika prosesnya melibatkan pemeriksaan diri dan kritik diri. Dengan memahami faktor-faktor penyebab adanya resistensi dapat sangat membantu dalam proses konseling.

Beragam bentuk resistensi ditampilkan dalam cara-cara sebagai berikut :

- Diam
- Sikap bermusuhan
- Sikap terlalu menurut
- Menyangkal kebutuhan akan bantuan (terutama jika klien adalah seorang yang memiliki gangguan makan, pengguna alkohol dan obat terlarang serta yang suka membahayakan dirinya sendiri)
- Terlalu banyak bicara atau sedikit bicara
- Mengabaikan humor atau lelucon

Presentasi Siswa

Dalam proses konseling guru mungkin saja menghadapi berbagai tipikal murid, diantaranya :

- Siswa yang enggan
- Siswa yang marah
- Siswa yang banyak tingkah
- Siswa yang rentan

Mengatasi ancaman bunuh diri, krisis dan penyingkapan pada siswa

- Bunuh diri dapat disebabkan oleh depresi, keputusasaan serta perubahan mood pada diri siswa. Apalagi siswa berada dalam masa remaja yang merupakan masa transisi.
- Krisis merupakan pengalaman yang dapat memicu stres dan biasanya secara tiba-tiba atau tidak diharapkan menuntut banyak energi dan perhatian penderitanya.
- Ada siswa yang secara terbuka menyingkap bahwa ia merupakan korban kekerasan, dalam hal ini guru tidak dapat menjanjikan kerahasiaan total pada siswa tersebut. Siswa seperti ini harus didengar dan diperhatikan, tidak ada saran atau penjelasan alternatif yang perlu diberikan. Dalam memberi bantuan guru juga dapat merujuk pada lembaga perlindungan.

Membuat Referral atau alih tangan

- Ada beberapa alasan untuk membuat alih tangan terhadap lembaga diluar sekolah. Alasan yang paling umum berhubungan dengan tingkat kompetensi dan batasan tanggung jawab yang dimiliki guru.
- Jika alih tangan telah dibuat, kerjasama dan persetujuan siswa terhadap alih tangan tersebut akan menjadi sangat penting. Karena itu sebelumnya guru harus menyelidiki kesiapan siswa untuk alih tangan.

Tanggung Jawab dan Liabilitas Guru

- Tidak mengejutkan jika banyak guru melaporkan kebingungan tentang tanggungjawab dan liabilitas legal mereka, terutama yang berhubungan dengan pemberian bantuan pada siswa serta isu-isu kerahasiaan.

Seorang guru perlu familiar dengan :

- Undang-undang yang melindungi hak-hak anak
- Undang-undang tentang kekerasan terhadap anak
- Jaminan hukum tentang kesehatan dan keamanan anak di sekolah
- Aturan tentang kontak fisik yang layak terhadap siswa, dsb.

Asas Kerahasiaan

- Kerahasiaan merupakan dasar dari proses konseling. Karena dalam prosesnya konseling membutuhkan hubungan yang akrab dimana seseorang dapat mengungkapkan detail-detil intim tentang kehidupannya.
- Hal ini dapat terjadi dengan adanya kepercayaan dan kerahasiaan dalam konseling. Karenanya konselor diharapkan menetapkan standar kerahasiaan yang tinggi.
- Guru memiliki posisi yang berbeda dari konselor, karena itu guru tidak dapat menjanjikan kerahasiaan total dan siswa tidak memiliki hak legal untuk mengharapkan kerahasiaan dari proses pemberian bantuan. Guru harus mengkonsultasikan kebijakan sekolah untuk menghormati kerahasiaan atas hal-hal yang berkenaan dengan pendidikan tentang seks dan obat terlarang.

Kebijakan sekolah

- Sekolah dapat mengeluarkan kebijakan tentang bullying, narkoba, seragam dan kerahasiaan. Kebijakan yang menyangkut kerahasiaan dapat berguna bagi guru yang berada dalam situasi dimana ia harus menjaga rahasia yang disampaikan padanya dengan rahasia.
- Siswa, orangtua dan staf harus sadar akan kebijakan sekolah dan batas-batas kerahasiaan suatu informasi.

Menyalurkan Informasi

Demi perlindungan dan keamanan siswa maka dalam menyalurkan informasi guru harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

- a. Batas-batas kerahasiaan (confidentiality)
- b. Dukungan sistem dalam sekolah
- c. Sistem alih tangan terhadap lembaga lain diluar sekolah
- d. Lembaga yang bersedia membantu
- e. Informasi apa yang tercatat dalam arsip sekolah dan apakah orang lain memiliki akses terhadap catatan tersebut.

Informasi lain yang berguna

Selain familiar dengan prosedur perlindungan anak, guru juga perlu mengenal hukum dan pedoman dalam hal-hal sebagai berikut :

- Pendidikan Seks
- Penanganan medis
- Narkoba
- Kriminalitas
- Akses terhadap catatan
- Kontak fisik

TERIMA KASIH