

KONSELING **SENI MEMBANTU ORANG**

OLEH
NANDANG BUDIMAN



DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2008

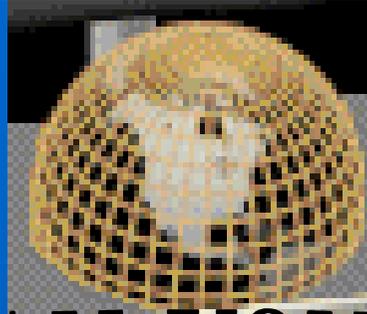
KONSEP KONSELING

DEFINISI :

- **HUBUNGAN YANG BERSIFAT MEMBANTU (*HELPING RELATIONSHIP*)**
- **Hubungan antara pemberi bantuan (konselor) dengan yang dibantu (konseli)**
 - ▶ **Berhadap-hadapan**
 - ▶ **Surat**
 - ▶ **E-counseling (telpon, sms, e-mail)**

TUJUAN :

- ▶ **Konseli mampu menyelesaikan masalah**
- ▶ **Konseli mampu menjaga diri dari masalah**
- ▶ **Konseli mampu mengembangkan diri**



TAHAPAN KONSELING



1) ATTENDING 2) RESPONDING



3) PERSONALIZING



4) INITIATING

FONDASI KEBERHASILAN KONSELING:



- **Altruistik**
 - *Dorongan untuk membantu*
- **Empati**
 - *Gerakan psikologis konselor dari ruang psikologisnya masuk pada ruang psikologis konseli*
- **Opend Mindedness**
 - *Keterbukaan konselor untuk menerima konseli apa adanya*
- **Concreteness**
 - *Menunjukkan diri apa adanya*
- **Realistic**
 - *Melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan (konseli)*

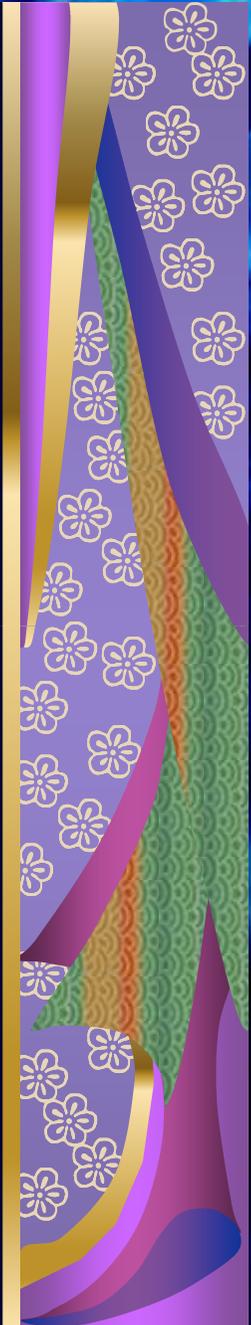
PRAKTEK KOSELING

KONSELING MAKRO

- Praktek konseling dari tahap awal sampai tahap akhir atau praktek konseling per tahap
- Mulai dari attending, responding, personalizing, initiating

KONSELING MIKRO

- Praktek konseling per teknik
- Misalnya, praktek teknik bertanya tertutup dan bertanya terbuka





ATTENDING

- Proses pelibatan konseli ke dalam suasana konseling
- ✚ Sapaan empatik
- ✚ Sentuhan fisik
- ✚ Mengamati
- ✚ Mendengarkan



RESPONDING

- Proses memahami permasalahan individu

PERSONALIZING

- **UPAYA KONSELOR UNTUK MEMBERI PEMAHAMAN YANG TEPAT KEPADA KONSELI/YANG DIBIMBING TENTANG MASALAH YANG DIALAMINYA**

→ **KONSELI MEMAHAMI DENGAN TEPAT MASALAH YANG DIALAMINYA**

→ **KONSELI MEMILIKI ALTERNATIF PILIHAN JALAN KELUAR DARI MASALAH YANG DIALAMINYA**

→ **KONSELI MEMILIKI KOMITMEN UNTUK KELUAR DARI MASALAHNYA**

→ **KONSELI MAMPU MENGAMBIL SATU ATAU LEBIH ALTERNATIF PEMECAHAN MASALAH UNTUK DIJADIKAN SOLUSI**





INITIATING

- **TINDAKAN UNTUK MENGIMPLEMENTASIKAN SOLUSI YANG DIAMBIL KONSELI/YANG DIBIMBING**

→ **ADA EVALUASI TERHADAP SOLUSI YANG DIAMBIL**

→ **PENGUATAN KOMITMEN UNTUK MENGIMPLEMENTASIKAN SOLUSI**

→ **PENGEMBANGAN PROGRAM IMPLEMENTASI SOLUSI**

→ **IMPLEMENTASI SOLUSI**

→ **EVALUASI TERHADAP IMPLEMENTASI SOLUSI**

PENDEKATAN BEHAVIORISTIK

- Tokoh :

Ivan Petrovic Paplov dg teori *classical conditioning*

John Watson dg teori *social conditioning*

John Locke dg teori *tabula rasa* atau *teori meja lilin*

Implikasi pada *directed counseling*





- Temuan nyata

Di India ditemukan manusia yang dibesarkan sejak bayi oleh srigala

Mereka adalah Singhjing dan Bowly

Perilakunya (makan, minum, bersuara, dll) persis seperti srigala



- Asumsi

Manusia dibentuk, bukan dilahirkan

Penentu perilaku manusia adalah faktor lingkungan (orang tua, nenek, guru, dan *significant others*)

Implikasi dalam konseling :
konselor merupakan sumber kekuatan, pembentuk, perubah, dan penentu perilaku.



- Kelebihan dan kelemahan

Kelebihan : perubahan perilaku cenderung lebih cepat, terukur, dapat dihitung, teramati

Kelemahan : jika kurang tepat melakukannya konseli cenderung kurang mandiri, bergantung pada konselor, pengembangan diri terkadang kurang sesuai dengan diri sendiri (konseli)

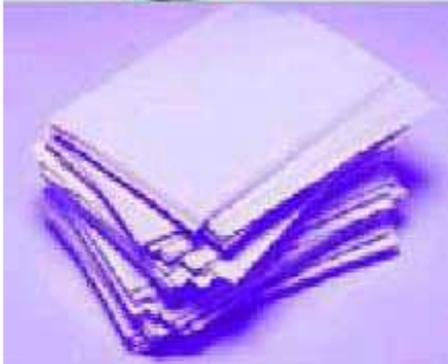
PENDEKATAN HUMANISTIK

- Tokoh :

Schoupen Hower dengan teori *nativisme* (dasar filosofis teori humanistik)

Roger dengan teori *non directed counseling*





- Temuan nyata

Penelitian Henry Goddard terhadap 496 (Quarkeres) 480 (istri tidak sah) keturunan Martin Kallikak (bekas serdadu perang revolusi AS)

Hasil :

Quarkeres : 2 dari 496 inteligensinya di bawah rata-rata

Istri tidak sah : 46 dari 480 yang mendekati normal



- Asumsi

Perilaku individu ditentukan oleh faktor *innate*, sesuatu yang sudah ada sejak masa konsepsi

Individu memiliki potensi (*laten power*)

Perilaku akan efektif jika dikembangkan sesuai dengan potensi yang dimiliki individu

Perilaku individu ditentukan oleh innate, preformed, instinct, genetic, hereditas



- Kelebihan dan kekurangan

Kelebihan : manusia dipandang sebagai manusia sehingga cenderung tidak melanggar hak asasi manusia, sumber perubahan perilaku adalah diri individu sehingga perubahannya lebih kuat, konseli cenderung lebih mandiri.

Kelemahan : proses konseling cenderung lama, terkadang ada aspek perubahan psikologis yang sulit diukur atau diamati langsung



PENDEKATAN PERKEMBANGAN

- Tokoh : Kotman
- Konsep : Penataan lingkungan perkembangan agar memfasilitasi perkembangan psikofisik konseli tahap demi tahap perkembangan.
- Intinya adalah tercipta konsep *helping relationship* pada segala interaksi
- Sangat memerhatikan pentingnya *support systems*



- Asumsi

Lingkungan perkembangan adalah lingkungan yang memfasilitasi perkembangan potensi individu agar berkembang optimal

Lingkungan perkembangan yang kondusif adalah lingkungan perkembangan yang dibutuhkan dan sesuai dengan tahap perkembangan individu

Keberhasilan konseling perkembangan sangat ditentukan oleh kerja sama konselor dengan pihak yang relevan



- Kelebihan dan kelemahan

Kelebihan : jika lingkungan perkembangan sudah tertata sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan konseli pekerjaan konselor akan sangat ringan, konseli cenderung berkembang lebih alamiah

Kelemahan : penataan lingkungan perkembangan yang kondusif umumnya lebih sulit dibanding dengan praktek dengan pendekatan *behavioristik dan humanistik*

TEKNIK WAWANCARA KONSELING

■ TEKNIK EMPATI

Saya sangat gembira atas kedatangan Anda ke sini ?

Saya salut, meski Anda banyak dirundung masalah masih sanggup mendiskusikan hal ini dengan saya ?

Saya terharu mendengar ceritra Anda dan saya...mersakan apa yang Anda rasakan saat ini.

Sungguh saya bisa merasakan apa yang Anda rasakan saat itu. Anda luar biasa....., dalam suasana emosional masih bisa mengendalikan diri.





■ BERTANYA TERBUKA

Bagaimana kejadiannya? Coba jelaskan !

Saya ingin mengetahui, bagaimana Anda bisa keliru dalam melakukan tugas ? Coba jelaskan!

Coba jelaskan, mengapa Anda ingin membicarakan hal ini pada saya ?



■ BERTANYA TERTUTUP

Benarkah Anda yang bernama Nandang ?

Benarkah Anda sejak dulu sangat menyukai wanita bernama Leiha ?

Apakah wanita itu mendampingi Anda makan siang kemarin ?

Benarkah Anda dibekap dan lalu diambil semua uang Anda oleh wanita itu pada saat diperjalanan ?

Masih sadarkah Anda ketika diturunkan dari mobil olehnya, dengan dicampakkan begitu saja ?

Apakah Anda sekarang masih mencintainya ?



■ DORONGAN MINIMAL

.....lalu.....?

Selanjutnya.....?

Setelah itu?

Kemudian?



■ MENYIMPULKAN SEMENTARA

Tampaknya Anda cukup kecewa oleh atasan Anda, apakah saya salah ?

Setelah menyimak pembicaraan Anda, saya berkesimpulan bahwa Anda ingin segera naik pangkat. Betulkah seperti itu ?

Kelihatannya Anda ingin segera menikah. Betulkah begitu ?

Tampaknya Anda merasa berdosa atas kelakuan yang telah dilakukan. Benarkah begitu ?



■ TEKNIK KONFRONTASI

Anda menyatakan bersedih, tapi raut muka Anda menunjukkan sangat gembira dengan kematian teman Anda ? Bukankah ini kebongongan?

Anda keliru. Masa kriminal seperti ini dianggap sederhana. Tahukah anda bahwa pencurian itu termasuk kriminal berat ?

Bagaimana mungkin Anda sedang sakit parah dapat menolong orang lain ?



■ TEKNIK PENGUATAN

Bagus..., itu merupakan sikap jantan.

Baik, saya tahu pasti kamu akan mampu melakukannya?

Jika kamu memutuskan akan mengubah diri lebih baik, saya sangat menghargai keinginanmu.

Baik, saya dukung keputusanmu.

Kamu hebat....., meski penuh dengan tantangan, kamu masih sanggup menghadapi hid up dan menata masa depan lebih baik.



■ MENGAJAK BERPIKIR

Mengapa kamu harus kecewa,
bukankah kamu punya Tuhan ?

Coba cek kembali pekerjaanmu!
Saya yakin pasti ada yang
keliru.

Coba pikirkan kembali
keputusanmu, jangan-jangan
terlalu berisiko !

SKRIF KONSELING

KI : tok..tok.

Ko : Silahkan masuk (konselor berdiri dan menghampiri konseli). Silahkan duduk.

KI : Terima kasih Pak. (Sambil duduk, lalu merundukkan kepalanya)

Ko : (Mengamati raut muka dan bahasa tubuh konseli).
Maaf..., ada yang dapat saya bantu ?

KI : Ya, Pak (Dengan suara tersendat-sendat, lalu diam)

Ko : Tampaknya Anda cukup bersedih. Apakah saya salah ?

KI : Tidak juga Pak....., saya lagi bingung.

Ko : Oh.... Bolehkah saya tahu, apa yang dimaksud bingung oleh anda ?





KI : Keluarga saya selalu dirundung masalah, karier saya tidak naik, akhirnya banyak masalah yang menimpa saya. Sya tidak tahu apa yang seharusnya saya lakukan.

Ko : Saya turut bersedih atas apa yang menimpa pada diri Anda dan keluarga (konselor diam sambil menatap konseli). Tetapi bukankah dalam hid up ini selalu ada peluang jika kita mau berusaha. Apakah anda setuju ?

KI : Ya, Pak.

Ko : OK. Anda hebat (lalu konselor diam). Bolehkah saya tahu bagaimana Anda sampai terjebak pada masalah seperti itu ? Coba jelaskan kepada saya.

KI :