



DASAR-DASAR KONSELING

Oleh
Syamsudin, SU., Kons.
Rosita Endang Kusmaryani, M. Si.

JURUSAN PPB FIP NY
uny.ac.id



ISTILAH KONSELING

**DARI “GUIDANCE & COUNSELING”
diterjemahkan menjadi
BIMBINGAN & PENYULUHAN**

**karena kata penyuluhan digunakan dalam
arti tidak sama dengan konseling, seperti
penyuluhan pertanian, penyuluhan
kesehatan dll, penyuluhan berarti pemberian
informasi, maka digunakan **KONSELING****

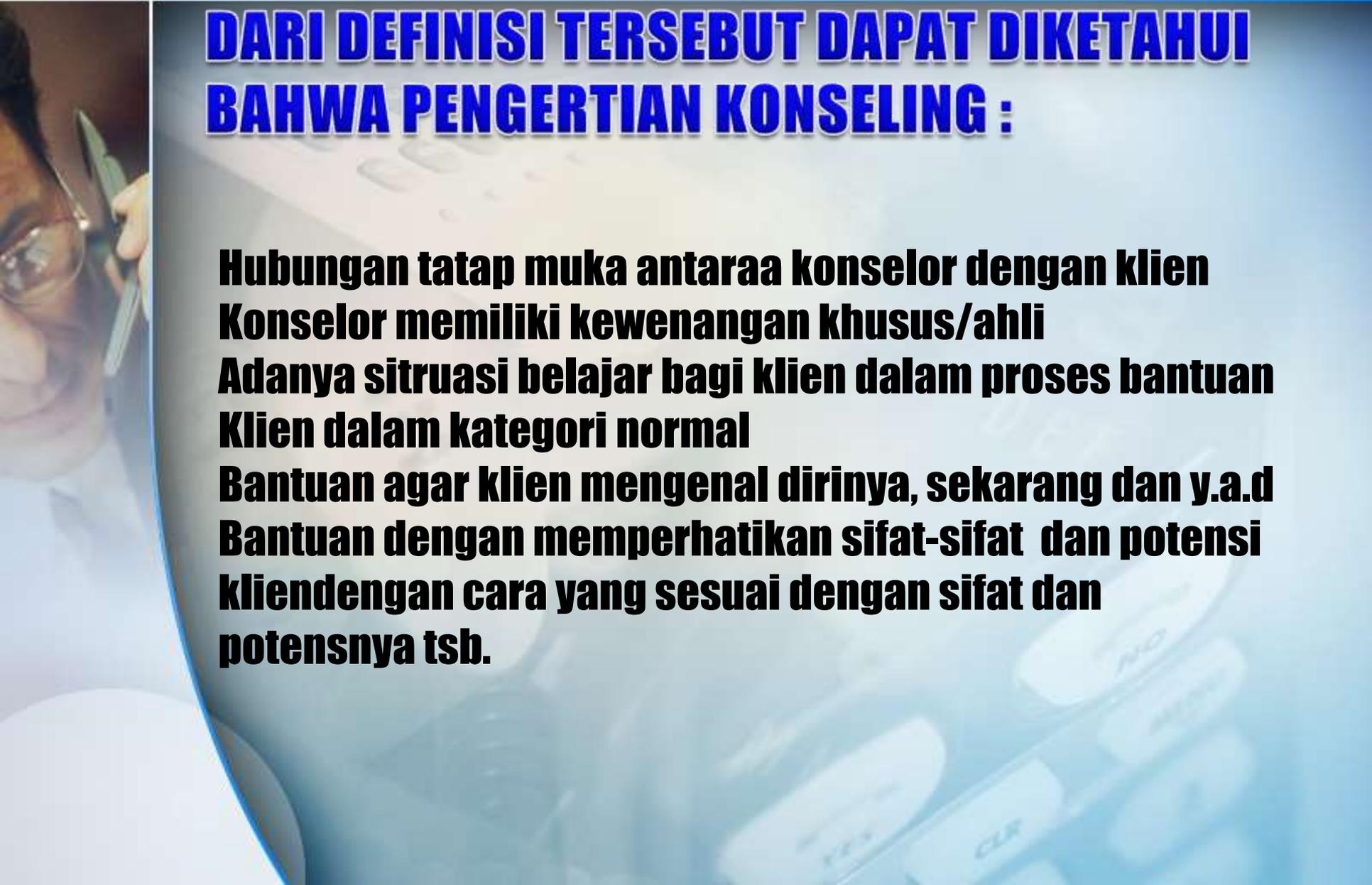


PENGERTIAN KONSELING

counseling is a personal, face to face relationship in between two people in which the counselor by means of the relationship and his special competencies, provides a learning situation in which the counselee, a normal sort of person, is helped to know himself hios present and posible future situation so that he can make use of his characteristics and potentialities in a way that is both satisfice to himself and beneficial to society , and further, can learn how tro solve future prblems and meet future needs (individual counseling)



Konseling adalah hubungan langsung yang bersifat pibadidengan tatap muka antara dua orang , seorang sebagai konselor yang memiliki kewenangan khusus, dalam situasi belajar bagi klien , sebagai seorang yang normal, dibantu untuk mengetahui dirinya, keadaan sekarang dan y.a.d. sehingga ia dapat menggunakan sifat dan potensinya dengan sesuatu carayang dapat menyenangkan diri dan lingkungannya, belajar memecahkan problem y.a.d. dan dapat menemukan kebutuhan dirinya



DARI DEFINISI TERSEBUT DAPAT DIKETAHUI BAHWA PENGERTIAN KONSELING :

Hubungan tatap muka antaraa konselor dengan klien
Konselor memiliki kewenangan khusus/ahli
Adanya situasi belajar bagi klien dalam proses bantuan
Klien dalam kategori normal
Bantuan agar klien mengenal dirinya, sekarang dan y.a.d
Bantuan dengan memperhatikan sifat-sifat dan potensi
kliendengan cara yang sesuai dengan sifat dan
potensnya tsb.



Winkel-hubungan konselor-konseli

**ada masalah yang akan dipecahkan,
hubungan profesional, bukan hubungan
rekreatif**

- hubungan bersifat pribadi,
intens, menyentuh yang bersifat rahasia**
- klien merasa memiliki masalah yang
akandibantu pemecahannya melalui
wawancara konseling**
- klien bertanggung jawab mengambil
keputusan**

PERBEDAAN ADVIS/NASEHAT DENGAN KONSELING

ADVIS /NASEHAT ;

- individu yang diberi advis diperlakukan sbg obyek
- pengambilan keputusan sesuai advisernya
- hubungannya lebih bersifat otoriter

KONSELING

- klien diperlakukan sbg obyek dan subyek
- pengambilan keputusan sepenuhnya pada klien
- hubungan bersifat demokratis.





Perbedaan Konseling dan Psikoterapi (Sherzer dan Stone)

- **Konseling, problem lebih ringan, psikoterapi problem lebih berat**
- **Konseling membutuhkan waktu relatif lebih singkat, psikoterapi waktu lebih lama**
- **Konseling biasa dilakukan di sekolah, universitas dan lembaga masyarakat, psikoterapi biasa dilakukan di klinik dan rumah sakit**



TUJUAN KONSELING

Shertzer dan Stone , terjadinya perubahan tingkah laku pada diri klien (changes of behavior), dari tingkah laku yang tidak produktif ke tingkah laku yang produktif

Prayitno, tujuan konseling adalah klien menjadi efektif dalam kehidupan kesehariannya (Effective Daily Living – EDL) atau KES, membangun pribadi mandiri



TUJUAN KONSELING

- **Menurut Alagn M. Schmuller :**
- **konseli dapat menentukan pilihan yang tepat, mengambil keputusan serta dapat merencanakan kegiatan berdasarkan pilihan dan keputusannya**
- **Dengan kata lain - choices**
 - **decision**
 - **plan**



Menurut M. Surya, tujuan konseling :

- perubahan tingkah laku, klien lebih hidup produktif, memuaskan kehidupan dalam batas limitasi masyarakat**
- kesehatan mental yang positif, mencapai integrasi, penyesuaian, identifikasi positif dengan lainnya.**
- pemecahan masalah, masalah klien terpecahkan**
- keefektifan personal, hubungan antar pribadi sehat**
- dapat mengambil keputusan**



PROBLEM/ MASALAH

- PENGERTIAN PROBLEM

- Menurut Edwad Daubner *problem as frustration of needs*, problem atau masalah merupakan kekecewaan terhadap kebutuhan
- Kebutuhan seseorang yang tidak terpenuhi , menjadi kecewa, frustrasi, mengganggu dalam kehidupan, tudak menyenangkan
- Atau adanya kesenjangan antar yang diharapkan dengan kenyataan dalam kehidupannya.



MACAM-MACAM PROBLEM

- Kuantitasnya
 - Menunjuk pada banyaknya problem yang dihadapi oleh seseorang, misal masalah keuangan, masalah belajar, masalah pergaulan dsb
- Kualitasnya
 - Problem atau masalah yang dihadapi seseorang menunjukkan pada masalah ringan, masalah sedang atau berat



CARA MENEMUKAN PROBLEM

- Respon bebas / Free response
- Inventory atau Problem Checklis
- Observas
- Wawancara
- Studi kasus



ALIH TANGAN (REFERAL)

- Pengertian :
- Suatu tindakan pengiriman seorang klien kepada ahli lain atau lembaga yang berwenang
- Misal di sekolah, konselor/guru pembimbing dapat mengalih tangankan kepada ahli lain yang ada di sekolah atau di luar sekolah



SUMBER ALIH TANGAN:

- Sumber referal yang ada didalam sekolah/lembaga
- Sumber referal yang ada diluar sekolah/ lembaga



Mekanisme pelaksanaan referral

- Secara formal, dilakukan oleh perorangan sebagai ahli atau oleh lembaga, menggunakan surat dari yang bersangkutan
- Secara informal dilakukan secara perorangan dengan pendekatan informal, karena ahli yang diperlukan telah dikenal dengan baik oleh konselor atau guru pembimbing
- Mekanisme alih tangan ini masih perlu dikembangkan



PROSEDUR KONSELING INDIVIDUAL

- Kontak pertama (*The first contact*)
 - Penstrukturan (*structuring or explaining counseling*)
 - Penggalian informasi (*Obtaining information*)
 - Pengorganisasian dan interpretasi informasi (*organizing and interpreting information*)
 - Perencanaan dan pengambilan keputusan (*Planning and decision making*)
 - Pelaksanaan bantuan (*Putting plan and decision into effects*)
 - Pengevaluasian sesuai rencana atau keputusan (*Evaluating the suitability of the decision or plan*)
- (Tolbert)



Menurut Prayitno, pentahapan konseling perorangan secara menyeluruh dan umum terentang dari kegiatan paling awal sampai kegiatan akhir dipilah menjadi lima tahap :

1. *Pengantaran (Introduction)*
2. *Penjajakan (Investigation)*
3. *Penafsiran (Interpretation)*
4. *Pembinaan (Intervention)*
5. *Penilaian (Inspection)*



KONSELING KELOMPOK

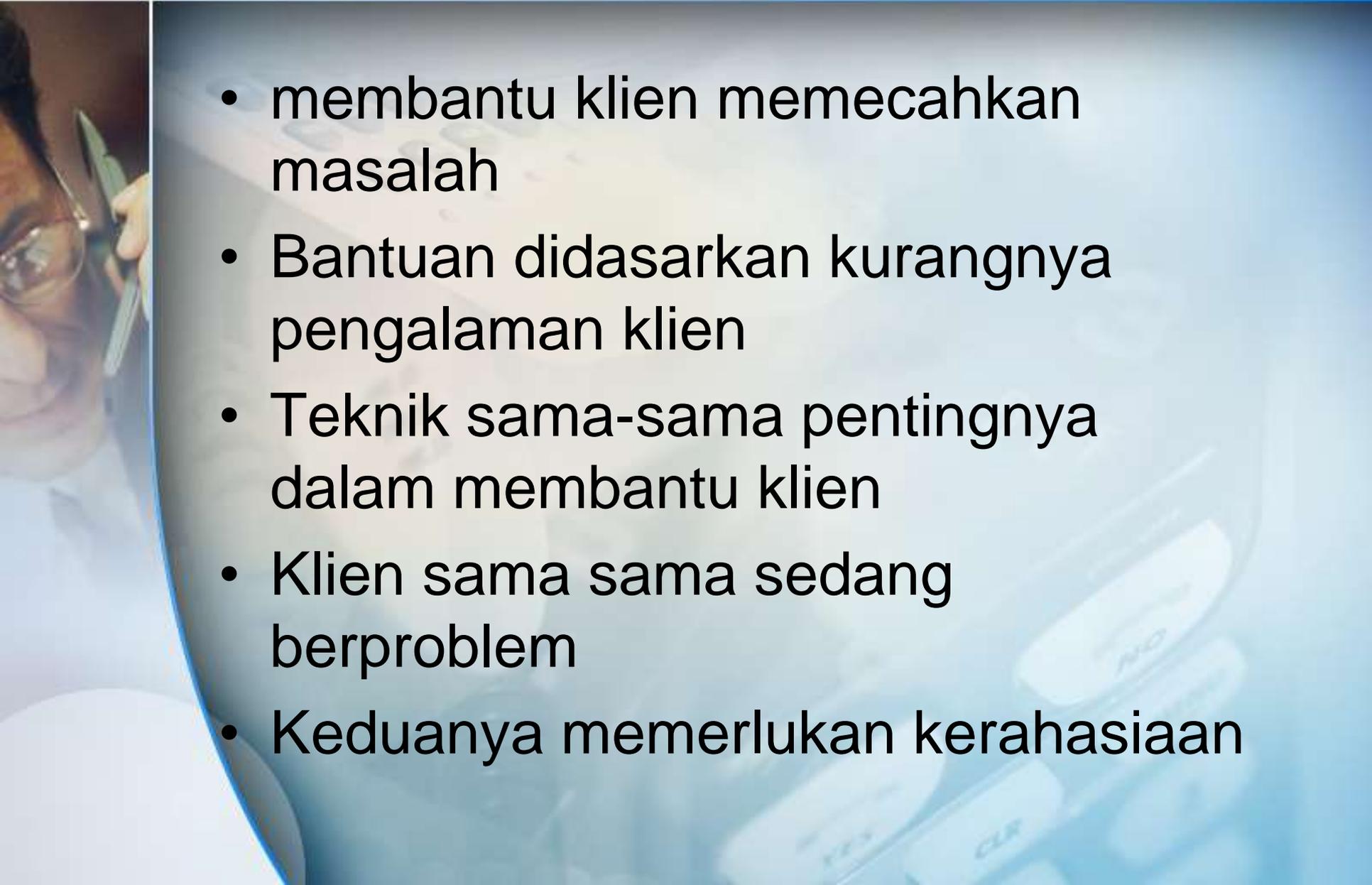
Group counseling is a process in which one counselor is involved in a relationship with a number of counselees at the same time

Dapat diartikan kurang lebih bahwa konseling kelompok adalah proses konseling yang melibatkan seorang konselor dengan beberapa orang klien/konseli

*Jumlah klien dapat antara 4- 10 orang
(Shertzer dan Stone)*



Persamaan konseling individual dengan kelompok

- membantu klien memecahkan masalah
 - Bantuan didasarkan kurangnya pengalaman klien
 - Teknik sama-sama pentingnya dalam membantu klien
 - Klien sama sama sedang berproblem
 - Keduanya memerlukan kerahasiaan
- 



Perbedaan KP dengan KKp. :

- Situasi kelompok dalam KKp. Melatih kebiasaan berkomunikasi antar individu, kehadiran secara fisik dapat memberikan kepuasan emosional
- Dalam KKp. Klien tidak hanya menerima bantuan, tetapi juga membantu klien yang lain.
- Dalam KKP kedudukan konselor semakin sulit, karena harus memberikan perhatian kepada semua anggota kelompok atau klien



Penyelenggaraan konseling kelompok (KKp.)

- Menurut Shertzer dan Stone sbb.

1. *Mengidentifikasi tujuan tiap anggota kelompok.*

2. *Mengorganisasikan kelompok*

- *Besarnya kelompok*
- *Tempat atau ruangan*
- *Frekuensi pertemuan*
- *Waktu pertemuan*

3. *Pelaksanaan KKp.*

- *Taraf awal, membicarakan cara komunikasi, kesepakatan saling menjaga kerahasiaan,*

- *Mengembangkan dan memelihara situasi kelompok*
- *Mengakhiri kelompok,*

4. *Mengadakan Evaluasi*

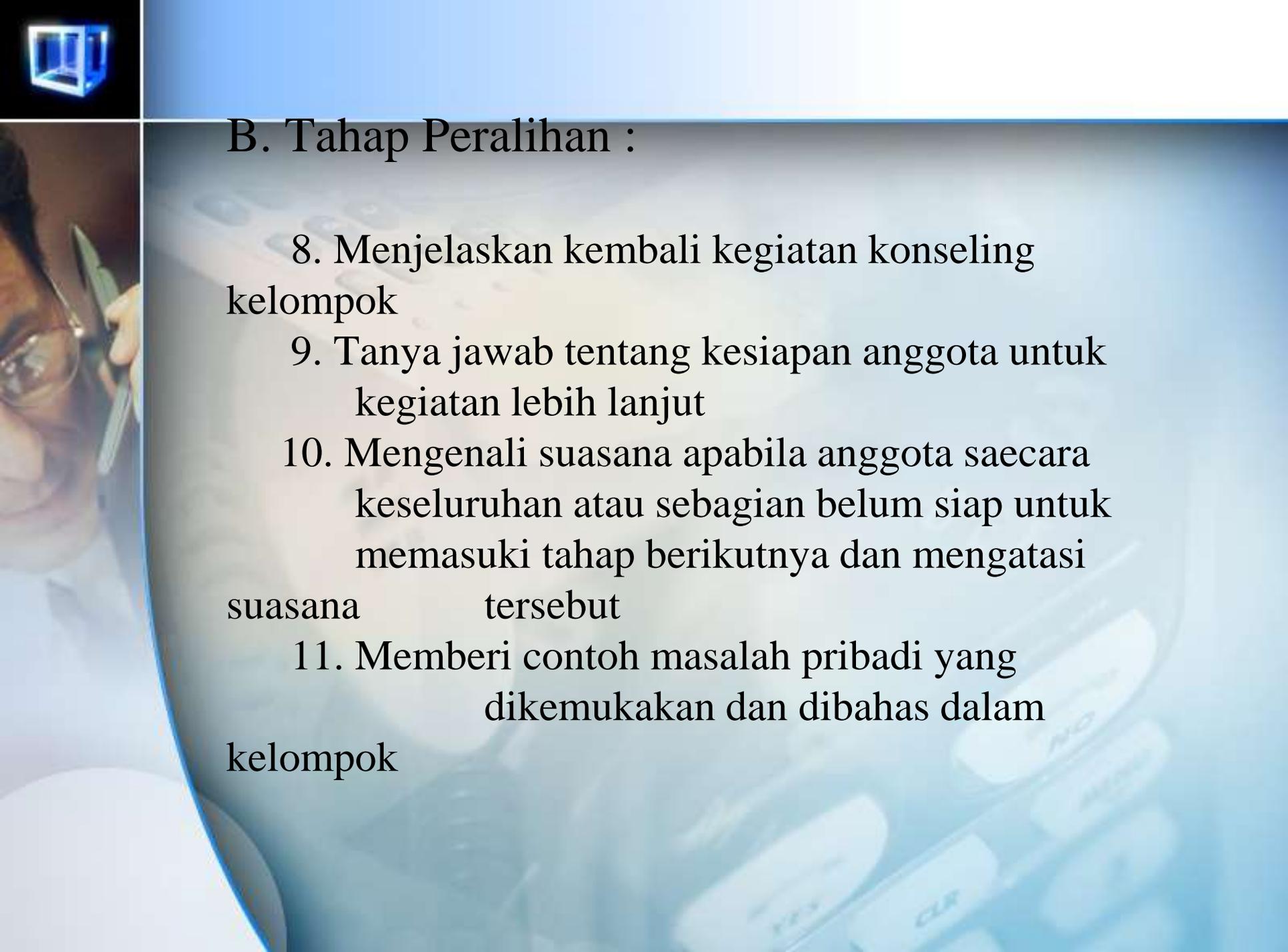
Untruk mengetahui keberhasilan pelaksanaan konseling kelompok konselor melakukan evaluasi apakah klien sudah merasa terpecahkan masalahnya.



Menurut Prayitno, Langkah-langkah Pelaksanaan KKp. sebagai berikut :

A. Tahap pembentukan :

1. Menerima scr terbuka dan mengucapkan terima kasih
2. Berdoa
3. Menjelaskan pengertian konseling kelompok
4. Menjelaskan tujuan konseling kelompok
5. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok
6. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok
7. Melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama



B. Tahap Peralihan :

8. Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok
9. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut
10. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut
11. Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok



C. Tahap Kegiatan

12. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok
13. Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
14. Memilih /menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
15. membahas masalah terpilih secara tuntas
16. S e l I n g a n
17. menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya



D. Tahap Pengakhiran

18. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri
19. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing
20. Membahas kegiatan lanjutan
21. Pesan serta tanggapan anggota kelompok
22. Ucapan terima kasih
23. Berdoa
24. Perpisahan



KETERAMPILAN DALAM KONSELING

A. Keterampilan Penampilan

1. Tujuan : memperlihatkan perilaku penampilan non verbal yang baik dalam berbagai situasi interpersonal
2. Macam keterampilan
 - a. *Postuaral position* / posisi badan
 - b. *Eye contact* / Kontak mata
 - c. *Listening* / Mendengarkan



B. Keterampilan Membuka Percakapan

1. Tujuan : Agar terampil menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang memungkinkan jawaban yang baru dan memberikan rangsangan untuk berbicara

2. Jenis keterampilan :
 - a. Menggunakan pertanyaan tertutup
 - b. Menggunakan pertanyaan terbuka
 - c. Menggunakan rangsangan



C Keterampilan Membuat *Paraphrasing* atau *Membuat Penjelasan*

1. Tujuan : Agar dapat merespon terhadap isi yang disampaikan klien dengan menggunakan *paraphrase* atau penjelasan dengan kata-kata singkat

2. *Paraphrase* yang baik, ditandai dengan kalimat awal , seperti *Adakah*,
Nampaknya

Paraphrase yang kurang baik bila menggunakan analisis, penilaian, interpretasi, respon sebagian kecil sajadari keterangan klien, menggunakan kata-kata yang tidak memadai



D. KETERAMPILAN MENGIDENTIFIKASI PERASAAN

Tujuan : Untuk dapat mengidentifikasi perasaan sendiri dan perasaan klien

Cara mengidentifikasi perasaan :

1. Menggambarkan atau mendeskripsikan perasaan itu sendiri, misal, saya merasa sedih, gembira, cemas dsb
2. Menggunakan kiasan, misal saya seperti katak kecil di tengah kolam yang luas.
3. Menggambarkan perasaan dalam bentuk *actions/ kegiatan*, seperti saya merasa ingin merangkul dan merangkul anda
4. Memproyeksikan perasaan itu sendiri pada bagian tubuh anda, misal dadaku terasa



KETERAMPILAN MEREKLEKSI PERASAAN

Tujuan : Agar dapat merespon perasaan klien dari perasaan yang dinyatakan oleh klien

Keterampilan merefleksikan perasaan yang baik, apa yang dinyatakan menunjukkan perasaan yang secara verbal dan non verbal mencakup keseluruhan isi perasaan yang dinyatakan klien, dengan kata lain adalah pernyataan kembali konselor tentang pernyataan perasaan klien misal :

Ki : Guru itu jahanam, saya membencinya, saya tidak akan mengerjakan tugas, bagaimanapun juga.

Ko : Anda merasa sungguh-sungguh marah



Merefleksikan perasaan klien yang kurang baik, bila bahasa yang digunakan oleh konselor tidak sesuai dengan tingkat pendidikan dan dan /atau pengalaman klien

Misalnya :

Klien : saya tidak dapat mwengerjakan pekerjaan itu dengan wanita, saya merasa malu.

Konselor : Anda sungguh-sungguh memperlihatkan peerasaan rendah diri dengan wanita



F. KETERAMPILAN KONFRONTASI

Tujuan : untuk memahami makna khusus dari konfrontasi (pernyataan kembali yang bersifat kontradiksi) dalam konteks konseling dan menggunakan dalam situasi-situasi interpersonal

Cara :

- kontradiksi antara isi pernyataan dan cara
- tdk konsisten yang diinginkan dengan yang senyatanya
- tdk konsisten antara apa yang dikatakan klien dengan apa yang diharapkan konselor



G. KETERAMPILAN MEMBUAT RINGKASAN

Tujuan : Untuk dapat menggunakan keterampilan membuat ringkasan dalam situasi – situasi interpersonal atau konteks konseling, memperjelas, memusatkan serangkaian ide dan bagaimana ide-ide baru dilanjutkan

Keterampilan membuat ringkasan meliputi :

- perhatian terhadap apa yang dikatakan klien
- Bagaimana klien mengemukakan perasaan
- Tujuan, waktu dan efek dari pernyataan-pernyataan klien



Meringkaskan dilakukan oleh konselor pada akhir proses konseling dalam membantu klien memahami proses dan hasil konseling

Contoh :

Anda mengatakan dari perasaan anda tentang ayah anda dan secara khusus perasaan anda tentang ibu anda serta hubungan anda dengan mereka yang semuanya mempengaruhi anda



PENGADMINISTRASIAN KONSELING

- 1. Penerimaan klien dalam konseling
 - Klien datang sendiri, klien merasa memiliki masalah
 - Klien datang karena dipanggil, dalam hal ini perlu menyiapkan surat panggilan
 - Klien datang konseling karena dikirm atau alih tangan, dalam hal ini mungkin diperlukan surat pengantar

Untuk mendokumentasikan data klien perlu ada daftar klien yang datang untuk mendapatkan bantuan konseling, untuk menjaga kerahasiaan perlu dengan kode



2. Penyimpanan dan penggunaan data

- Kartu Pribadi (Commulative Record), sebagai alat penyimpan data yang lengkap, mencatat semua aspek individu
- Penyimpanan data perlu dijaga kerahasiaannya
- Penyimpanan dapat menggunakan file lain
- Penggunaan terbatas yang bertanggung jawab membantu klien



3. Ruang konseling

- Perlengkapan , disiapkan tempat duduk konselor, klien. Untuk konseling kelompok disesuaikan agar cukup untuk sejumlah klien dalam kelompoknya
- Penerangan cukup, situasinya nyaman, tanpa terganggu suara tilpun
- Tetap terjaga kerahasiaan
- Sebaiknya masih dalam satu lingkungan /komplek pelayanan BK



EVALUASI KONSELING

- Tujuan : Untuk mengetahui keberhasilan bantuan layanan dengan konseling
- Keberhasilan konseling dapat dilihat dari perubahan tingkah laku (change of behavior) klien (Menurut Jones)
- Keberhasilan konseling juga dapat dilihat dari bagaimana proses bantuan yang dilaksanakan oleh konselor, konselor dalam menggunakan berbagai teknik konseling



Cara mengevaluasi :

Dilihat dari kondisi klien, yaitu ;

- Laporan atau informasi dari klien, yang dapat dilakukan dengan secara lesan atau langsung setelah selesai layanan konseling. Dapat pula menggunakan daftarpertanyaan singkat yang dapat diisi setelah konseling selesai.
- Dengan observasi oleh konselor pada klien setelah layanan konseling berakhir
- Informasi dari lingkungan kehidupan klien, di sekolah seperti guru, teman sebayanya, orang tua klien
- Catatan –catan yang dikumpulkan sejak berakhirnya layanan konseling



Dilihat dari sisi konselor, menurut Stemart, yaitu...

- Balikan dari klien, bagaimana pernyataan klien terhadap layanan konselor, apakah klien merasa terbantu
- Menurut pengalaman konselor sendiri. Misalnya, apakah saya dapat berkomunikasi dengan baik, dsb.
- Balikan dari kawan konselor atau Supervisor, yang dapat mengikuti proses layanan konseling yang dapat mengamati lewat rekaman, one way vision, video atau memutar tape hasil rekaman.