

Disampaikan pada Diklat Peningkatan Kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling
SMP Kabupaten Kulonprogo Tahap I Tahun 2012

PENDEKATAN-PENDEKATAN DALAM KONSELING

Gestalt, Behavior al dan Rasional Emotif Therapy

Oleh:

Agus Triyanto, M.Pd.

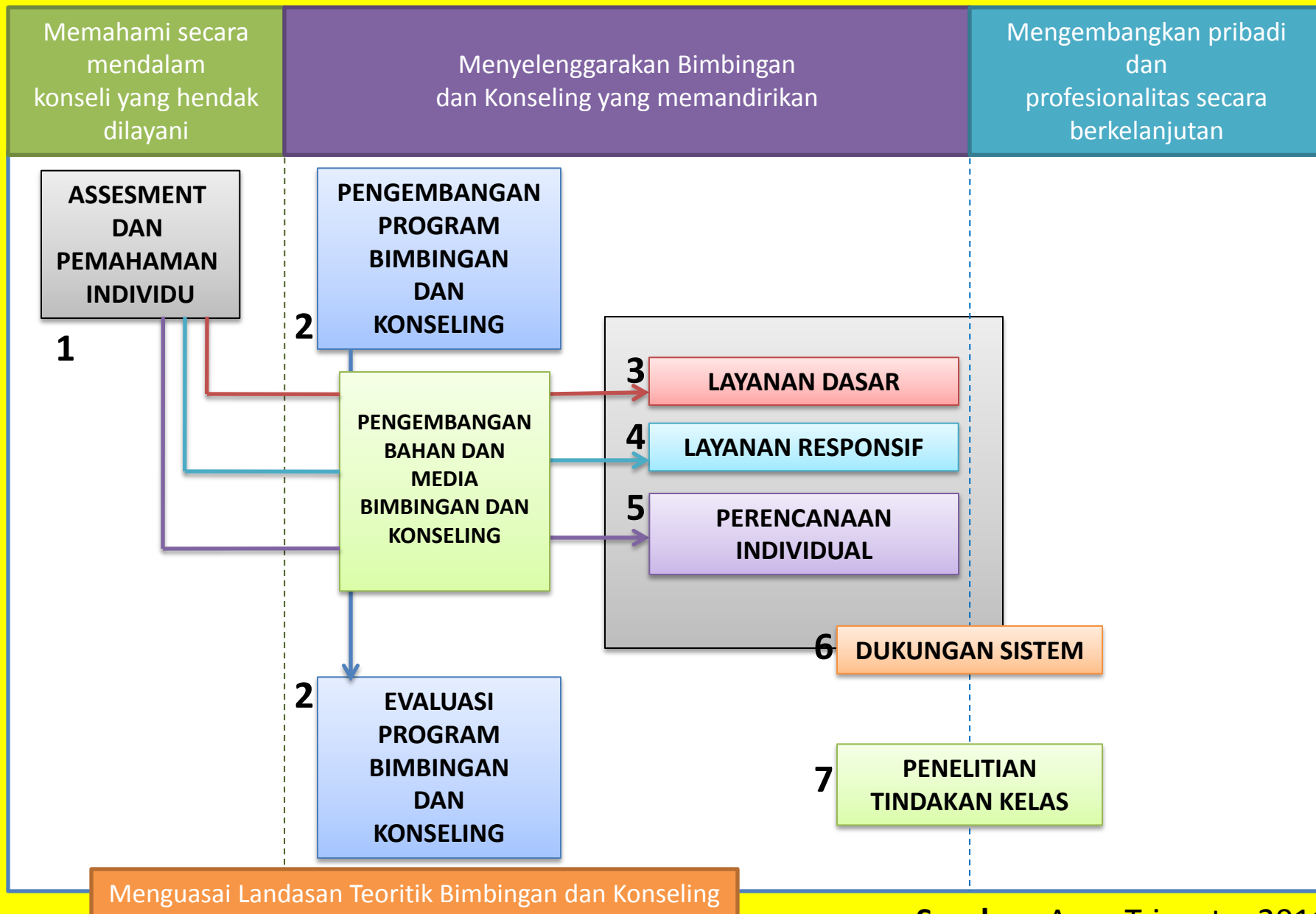
Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Yogyakarta

Tahun 2012

PETA KOGNITIF PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING KOMPREHENSIF



Sumber: Agus Triyanto, 2011

Unjuk Kerja Bimbingan dan Konseling yang Memandirikan

Memahami secara mendalam konseli yang hendak dilayani:

- a. Menghargai dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, individualitas, kebebasan memilih dan mengedepankan kemaslahatan konseli dalam konteks kemaslahatan umum
- b. Mengaplikasikan perkembangan fisiologis dan psikologis serta perilaku konseli dalam bingkai budaya Indonesia, dalam konteks global yang beradab.

Menyelenggarakan bimbingan dan konseling yang memandirikan:

- a. Menguasai konsep dan praksis asesmen untuk memahami kondisi, kebutuhan dan masalah konseli.
- b. Merancang program bimbingan dan konseling
- c. Mengimplementasikan program bimbingan dan konseling yang komprehensif.
- d. Menilai proses dan hasil kegiatan bimbingan dan konseling
- e. Memanfaatkan hasil penilaian terhadap proses dan hasil kegiatan bimbingan dan konseling

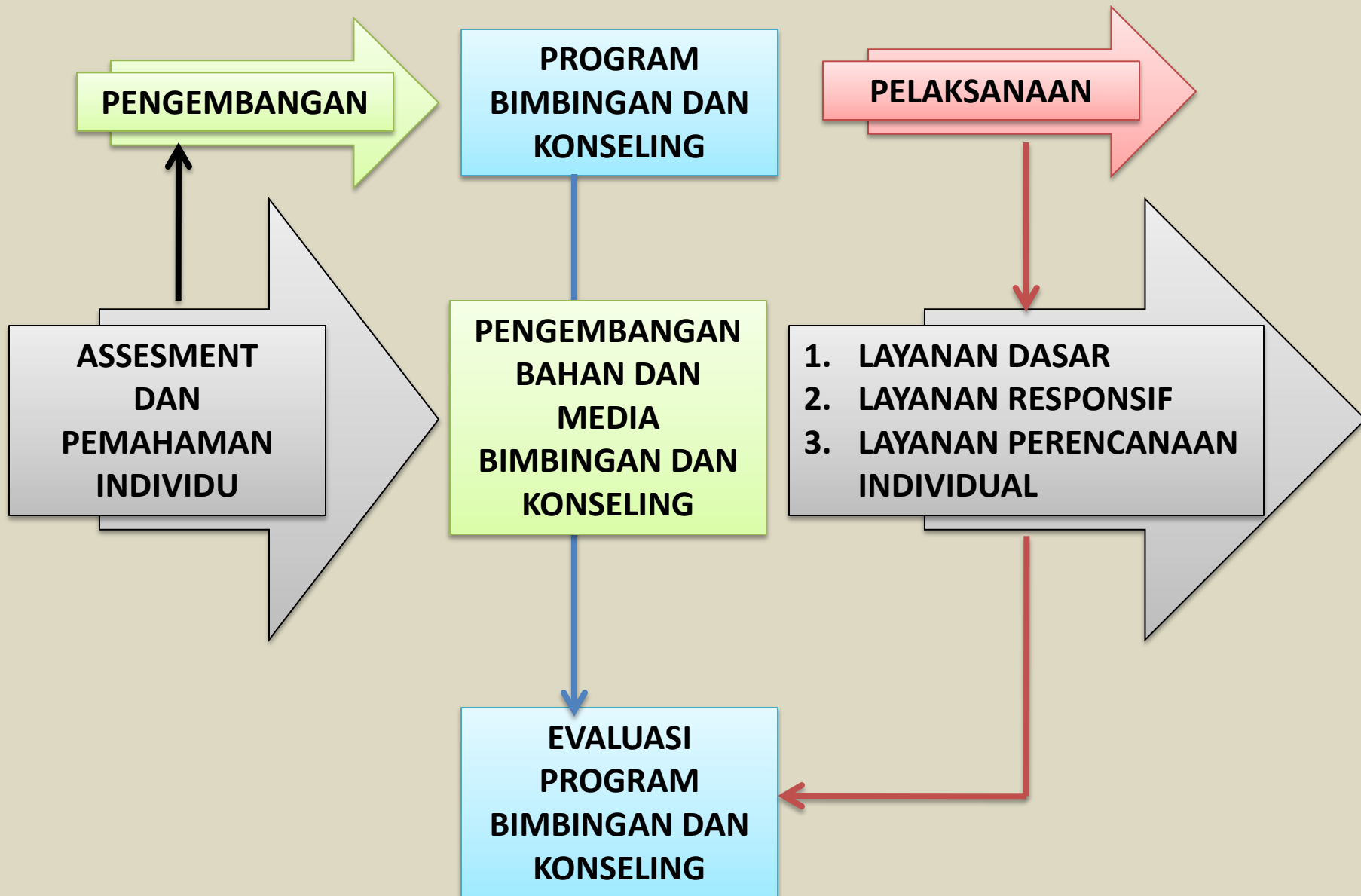
Menguasai landasan teoritik bimbingan dan konseling :

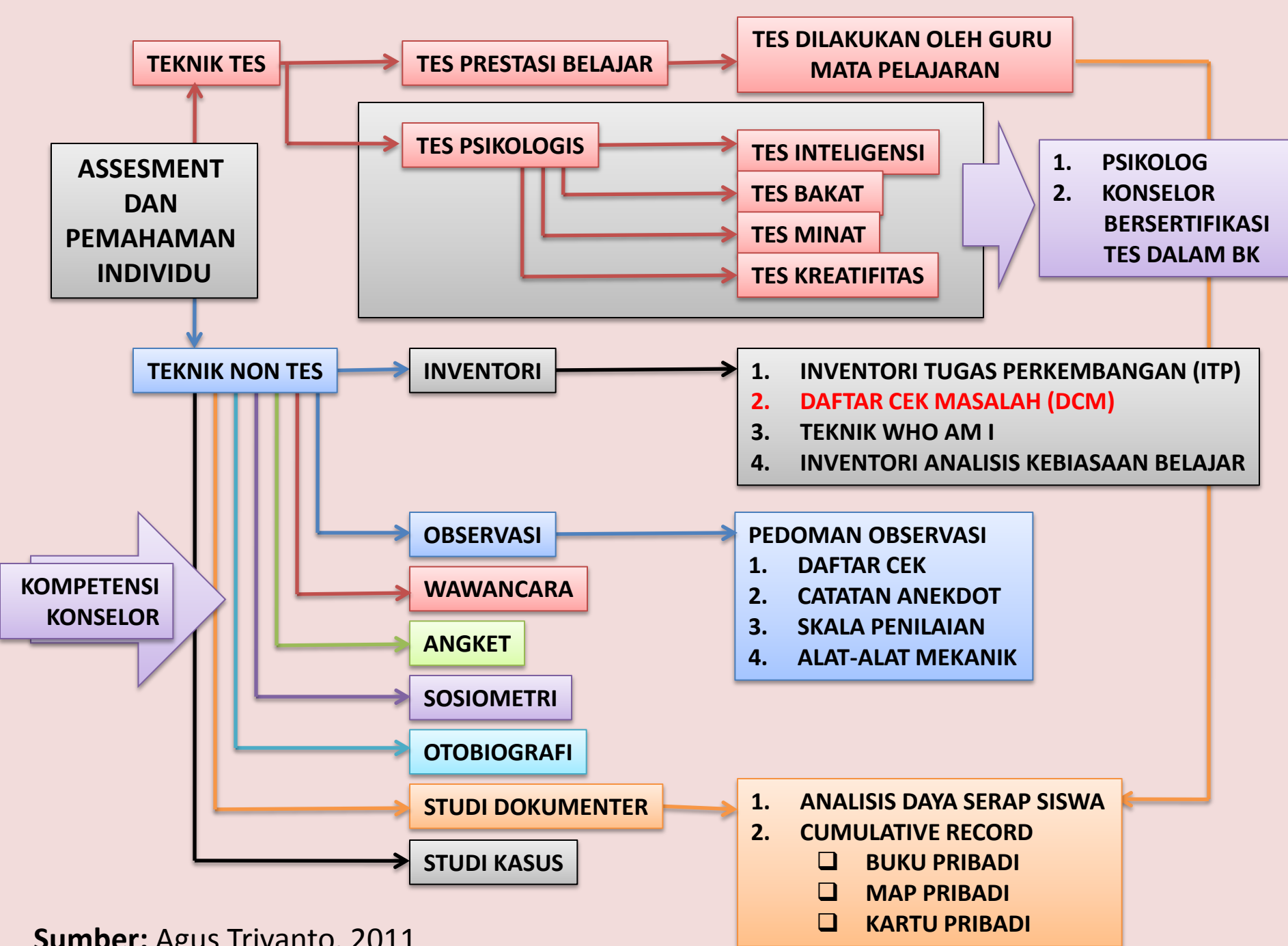
- a. Menguasai landasan teoritik bimbingan dan konseling :
- b. Menguasai teori dan praksis pendidikan Menguasai kerangka teoritik dan praksis bimbingan dan konseling Menguasai esensi pelayanan bimbingan dan konseling dalam jalur, jenis dan jenjang satuan pendidikan
- c. Menguasai konsep dan praksis penelitian dalam bimbingan dan konseling

Mengembangkan Pribadi dan Profesionalitas secara berkelanjutan :

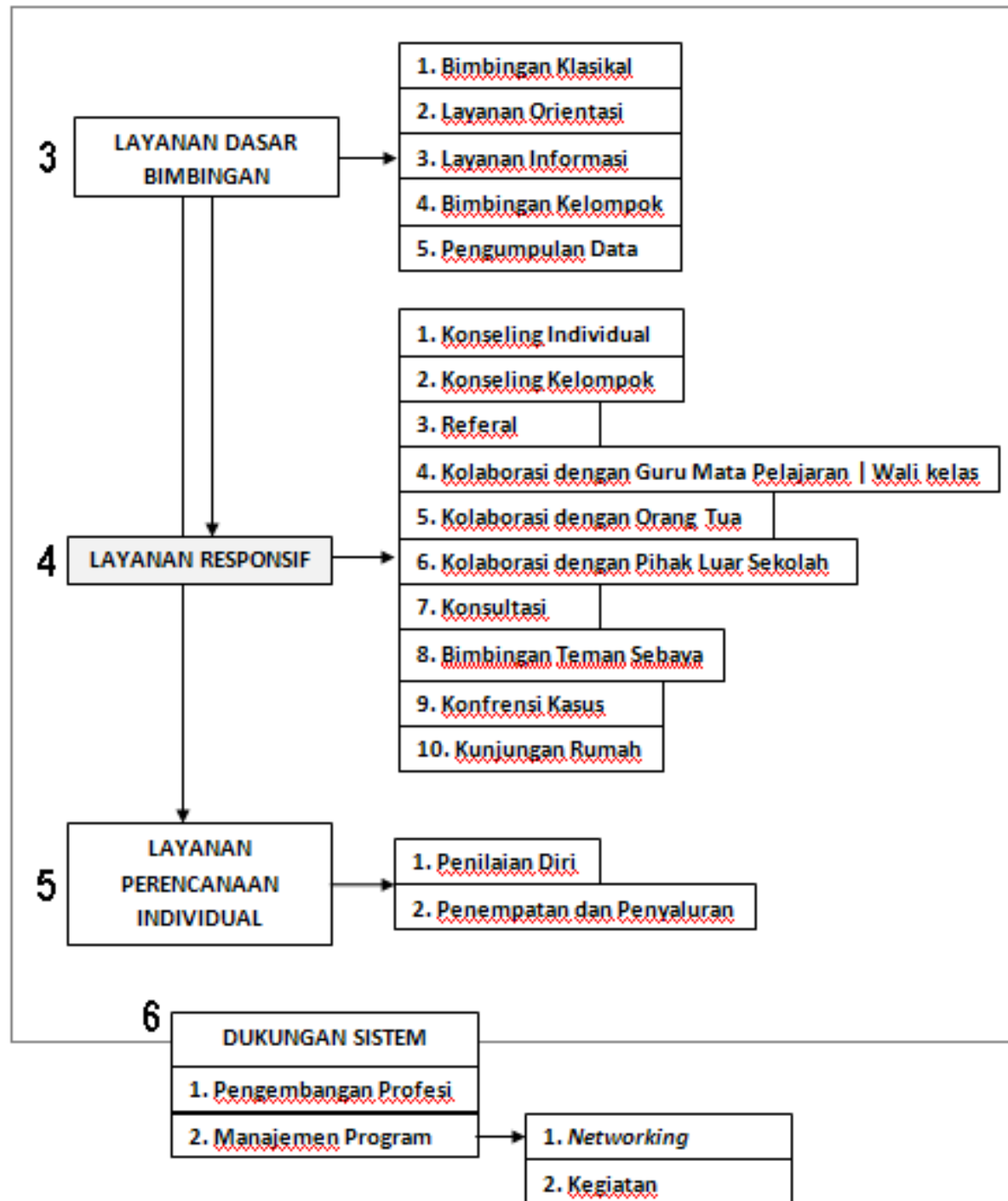
- a. Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
- b. Menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat
- c. Memiliki kesadaran dan komitmen terhadap etika profesional
- d. Mengimplementasikan kolaborasi intern di tempat bekerja
- e. Berperan dalam organisasi dan kegiatan profesi bimbingan dan konseling
- f. Mengimplementasikan kolaborasi antar profesi

KALAU PETA KOGNITIF DIATAS DISEDERHANAKAN ADALAH SEBAGAI BERIKUT

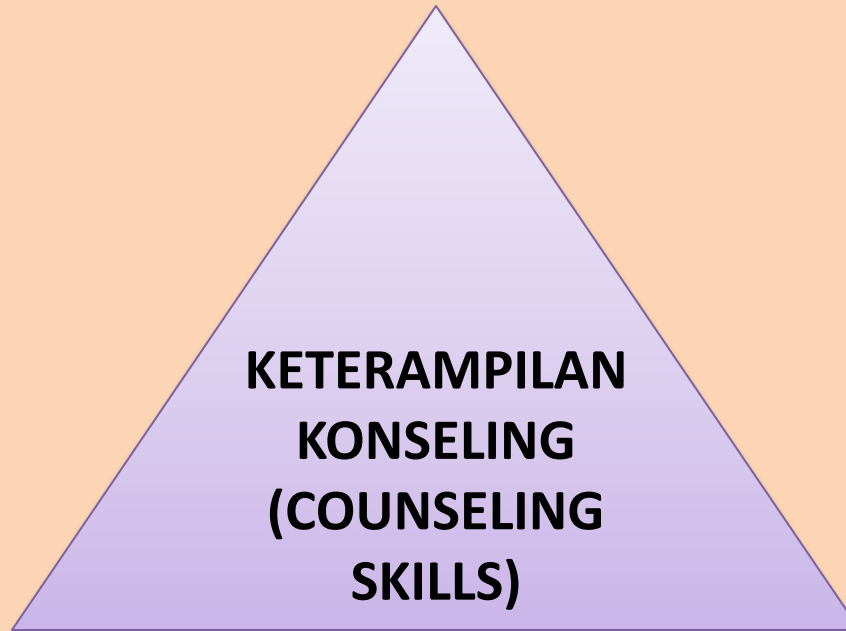




Komponen Program Bimbingan dan Konseling Komprehensif



**Teori dan Pendekatan
Konseling**



**Tahap-tahap
Konseling**

**Komunikasi
Konseling**

Tahapan-tahapan Konseling

1. **Analisis** : pengumpulan data
2. **Sintesis** : merangkum data (Lengkap, Akurat, Sistematis)
3. **Diagnosis** :
 - a. Identifikasi masalah;
 - b. etiologi
4. **Prognosis** : Prediksi Kondisi Konseli
5. **Konseling** : Treatment
6. **Tindak lanjut** : Follow Up

Keterampilan Komunikasi Konseling

1. Pembukaan
2. Penerimaan (attending)
3. Pengulangan Pernyataan konseli
4. Mendengarkan
5. Mengamati
6. Menanggapi
7. Klarifikasi
8. Pemantulan perasaan
9. Pemantulan makna
10. Pemusatan
11. Penstrukturan
12. Pengarahan
13. Penguatan
14. Nasehat
15. Penolakan
16. Ringkasan
17. Konfrontasi
18. Penghentian
19. Mempengaruhi

Keterampilan Komunikasi Konseling diatas kadang tidak semua dapat dilaksanakan dilapangan

Hasil Penelitian tentang keterampilan Konseling

**Pengembangan
Modul Keterampilan Konseling
untuk Meningkatkan Kinerja
Guru Bimbingan dan Konseling
di Yogyakarta**

Tim Peneliti



Rosita Endang Kusmaryani, M.Si.



Rita Eka Izzaty, M.Si.



Agus Triyanto, M.Pd.

Mengapa seorang Konselor Sekolah
perlu mempelajari Pendekatan
Konseling?

Padahal bukankah tanpa pendekatan
pun Konseling tetap bisa berjalan !

- Alkisah Dra. Aryati, seorang Wakil Kepala Sekolah SMA Gadungplesan. Ia telah memutuskan untuk melakukan tugas rangkap seorang konselor sekolah. Ia sudah pernah memperoleh penataran sebulan tentang BK, ia rasa sudah cukup untuk melakukan tugas kekonseloran, lumayan juga ngirit biaya, pikirnya. Suatu ketika ia memanggil Sri Rejeki, siswi kelas tiga yang akhir-akhir ini prestasi belajarnya merosot dan menurut keterangan wali kelasnya, sri mulai sering tidak masuk, terlambat bahkan sering menyendiri pada waktu istirahat.

- Pada sesi pertama, bu Aryati berusaha menggali sebab-sebab masalah yang dialami Sri. Berceritalah Sri tentang berbagai hal yang menimpa dirinya, masalah yang muncul seperti “kuwalat”. Dua minggu yang lalu sri telah nonton film bersama pacarnya tidak sepengetahuan orangtuanya, ‘ndilalah’ ketika berjalan-jalan di Plaza berpapasan dengan ibunya. Sesampai di rumah ibunya marah-marah sambil mengancam tidak diperbolehkan bersama pacarnya lagi. Peristiwa tersebut telah membuat kekalutan pikiran dan perasaan Sri, hampir saja ia putus asa, fatalnya, Sri justru mengancam dirinya sendiri. Bu Aryati maunya, semula ingin menemukan sebab-sebab yang bersumber dari luar, yang menurut pengalaman praktek yang pernah ia lakukan sebulan itu, akhirnya konselingdlanjutkan esok harinya.

- Pada pertemuan kedua, Bu Aryati mulai ingat bahwa peristiwa, fakta, fenomena sebagaimana adanya tidak begitu penting, yang penting adalah mengubah kecemasan-kecemasan yang dialami Sri sehubungan dengan masa lalunya, sehingga yang harus dilakukan adalah membantu Sri untuk mengingat masa lalu atau pengalaman-pengalaman masa kecil.

- Mulailah Sri diarahkan untuk mengingat peristiwa yang baru dilalui tentang kemarahan ibunya dengan segala bentuk larangannya, sekaligus kemarahan ibu sekedear peringatan saja buat Sri. Ketika memperoleh pengarahan semacam itu Sri langsung menolak pernyataan bu Aryanti. Bu Aryanti menjadi bingung. Sedangkan Sri tetap bersikeras menghukum dirinya, yang tidak lagi mau sekolah dan ingin senantiasa di dalam kamar. Akhirnya bu Aryanti menganjurkan agar Sri dapat tenang dan sabar menghadapi permasalahannya.

Gambaran tersebut diatas menunjukkan seorang konselor yang bekerja dengan tidak berpijak pada landasan kerja yang pasti, tidak konsisten dengan teori, sehingga ia terombang-ambing sendiri. Sebagian dari teori yang dimaksud, agar dipegang secara konsisten adalah jawaban tentang hakikat manusia. Siapa manusia itu sebenarnya, bagaimana ia bertingkah laku, dorongan apa yang mempengaruhi, apa tujuan-tujuan hidupnya, merupakan sebagian aspek yang perlu dipahami oleh konselor. Pandangan tersebut akan mendasari kerangka kerjanya. Konseling macam apa yang telah dituangkan oleh seorang pakar berawal dari pandangannya tentang manusia dan asumsi-asumsi dasarnya.

Teori dan Pendekatan Konseling

1. *Psychoanalytic Therapy*
2. *Adlerian Therapy*
3. *Existential Therapi*
4. *Person-Centered Therapy*
5. ***Gestalt Therapy***
6. ***Behavior Therapy***
7. ***Cognitive Behavior Therapy***
8. *Reality Therapy*
9. *Feminist Therapy*
10. *Postmodern Approach*
11. *Family System Therapy*

**MENENTUKAN
TEORI DAN
GAYA PRIBADI**

KETERAMPILAN MENGINTEGRASI
(keterampilan menyesuaikan
dengan teori-teori yang berbeda)

KETERAMPILAN DAN STRATEGI MEMPENGARUHI
(Pengarahan, Konsekuensi logis, interpretasi,
Penyingkapan diri, nasehat/informasi/penjelasan/
menunjukkan, umpan balik, ringkasan mempengaruhi)

PEMANTULAN MAKNA

MEMUSATKAN

KONFRONTASI DAN PENILAIAN PERKEMBANGAN

LIMA-TAHAP STRUKTUR INTERVIEW

PEMANTULAN PERASAAN

MENDORONG, PARAPHRASE, RINGKASAN

KETERAMPILAN MENG OBSERVASI KONSELI

PERTANYAAN TERBUKA DAN TERTUTUP

TINGKAH LAKU YANG DIPERHATIKAN

Catatan :

Menentukan Teori dan Gaya Pribadi

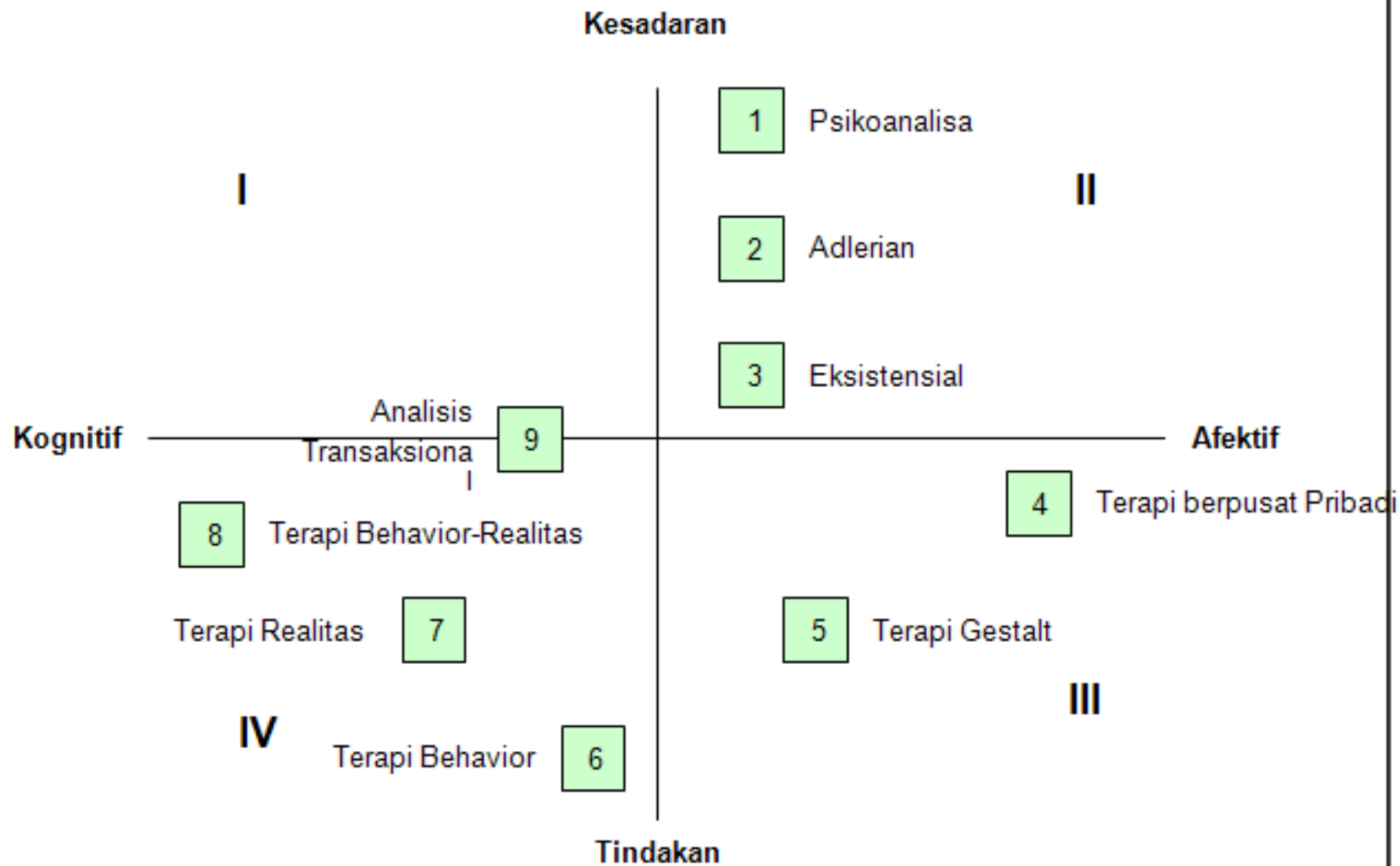
1. Teori berbeda menuntut pola berbeda penggunaan keterampilan
2. Situasi berbeda menuntut pola berbeda penggunaan keterampilan
3. Kelompok budaya berbeda menuntut pola berbeda penggunaan keterampilan

Lima Tahap Interview Konseling

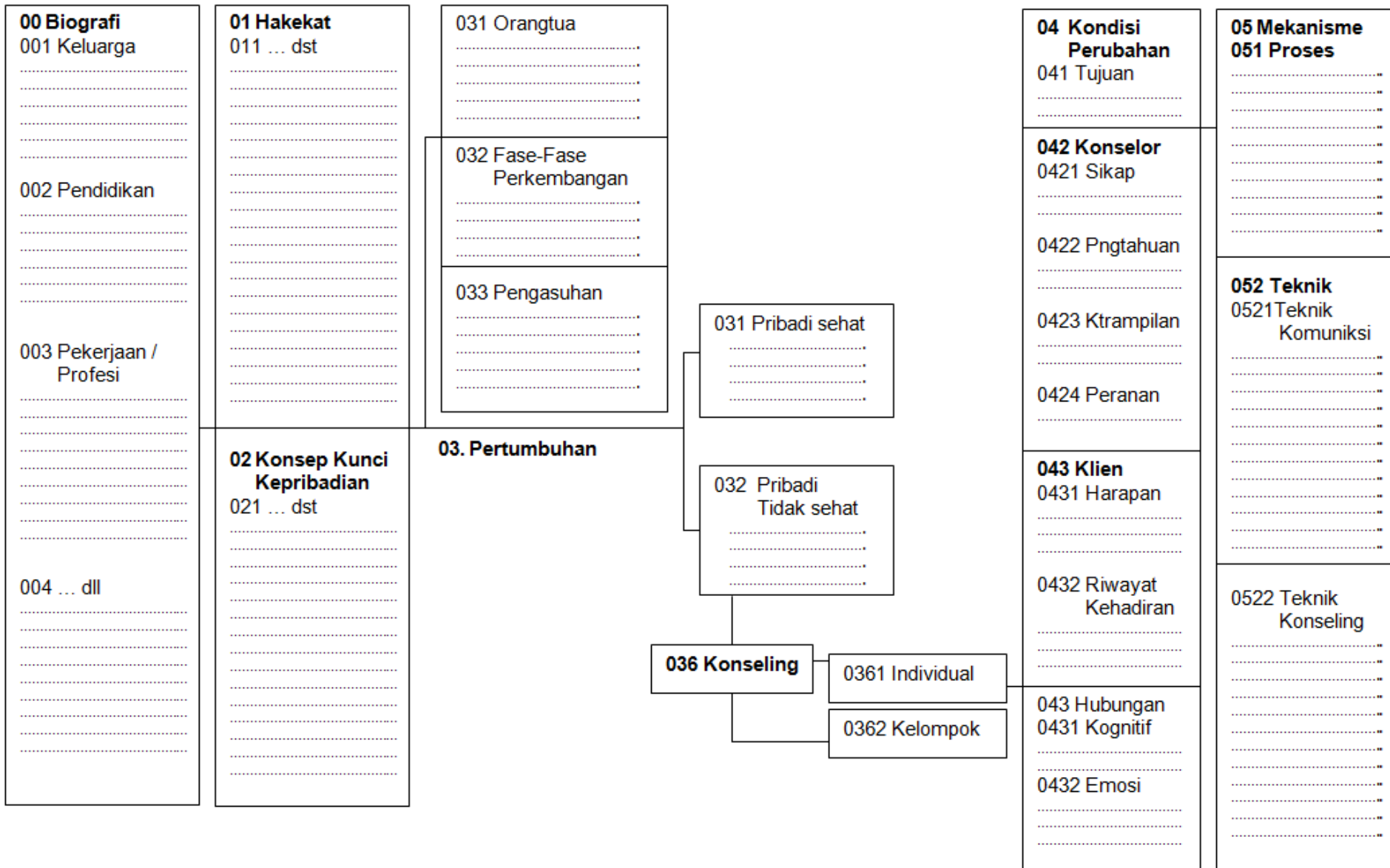
1. Rapport Penstrukturan
2. Membatasi masalah
3. Membatasi suatu tujuan
4. Eksplorasi alterantif dan konfrontasi kesenjangan
5. Generalisasi bagi kehidupan sehari-hari

Urutan mendengarkan dasar

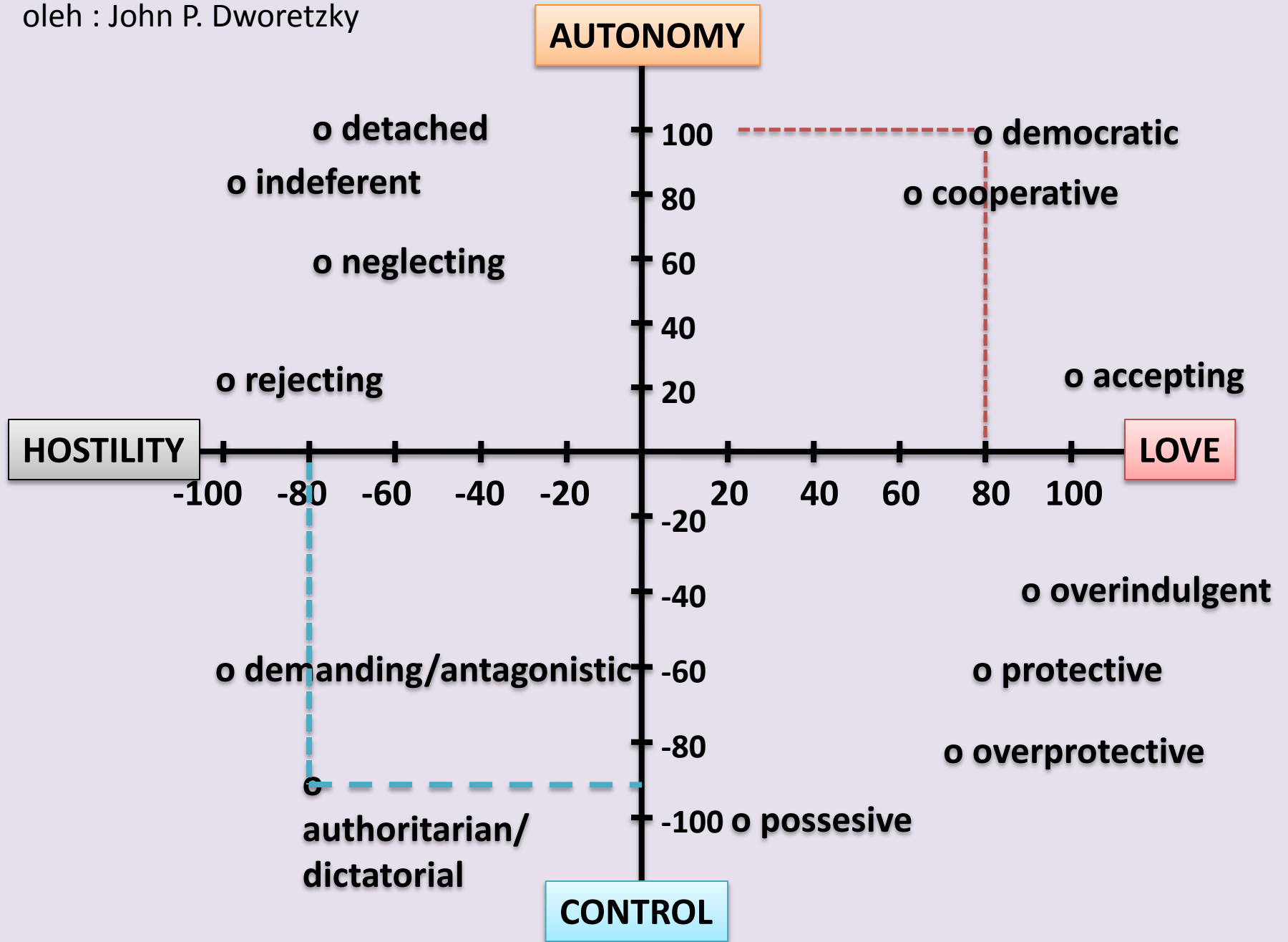
PETA KONSEP TEORI DAN PENDEKATAN KONSELING



PETA KOGNITIF KONSELING



Parenting Menurut **Shaefer** dalam bukunya yang berjudul *Introduction to Child Development* oleh : John P. Dworetzky



Rangkuman Konseling Gestalt

- Tujuan konseling
 - Memperoleh kesadaran dari satu peristiwa ke peristiwa lainnya. Mendorong mereka memiliki tanggung jawab atas dasar dukungan pribadi, bukan dukungan orang lain
- Hubungan Konseling
 - Konselor tidak menginterpretasi buat konseli, melainkan membantu mereka mengembangkan alat-alat agar konseli membuat interpretasi sendiri. Mereka diharapkan mengidentifikasi dan bekerja pada persoalan yang tak terselesaikan (*unfinished business*) dari masa lalu yang berpengaruh pada tingkah laku sekarang. Mereka juga mengalami kembali situasi traumatic masa lalu.

Rangkuman Konseling Gestalt

- Teknik-teknik Konseling
 - Konfrontasi, dialog dengan polaritas, bermain peran, tetap pada perasaannya, menghidupkan dan mengalami kembali masalah yang tak terselesaikan, analisis mimpi (mimpi sebagai bagian hidup, bukan sebagai gambaran nyata)

Rangkuman Konseling Behavioral

- Tujuan konseling
 - Membatasi pola-pola tingkah laku yang salah sesuai dan membantu mempelajari pola yang benar.
 - Untuk mengubah tingkah laku.
- Hubungan Konseling
 - Konselor aktif, direktif dan berfungsi sebagai guru atau pelatih dalam membantu konseli mempelajari tingkah laku yang lebih efektif.
 - Konseli harus aktif dalam mencoba tingkah laku baru.
 - Hubungan baik antara konselor dengan konseli tidak terlalu dipentingkan, namun diakui bahwa hubungan kerja yang baik merupakan latar kerja dalam menerapkan prosedur tingkah laku.

Rangkuman Konseling Behavioral

- Teknik-teknik Konseling
 - Data dikumpulkan dengan pertanyaan apa, bagaimana, dan dimana, menghindari pertanyaan bagaimana.
 - Dipakai teknik seperti desensitisasi sistematis, percontohan, latihan asertif, pengelolaan diri, dan kesemuanya didasarkan pada prinsip-prinsip belajar.

Rangkuman Konseling RET

- Tujuan konseling
 - Membatasi pandangan hidup yang merusak diri dan membantu mereka memperoleh pandangan hidup yang lebih rasional dan lebih toleran
- Hubungan Konseling
 - Fungsi konselor sebagai guru dan konseli sebagai murid. Hubungan pribadi tidak esensial.
 - Konseli memperoleh pemahaman mengenai masalah mereka dan selanjutnya melakukan perubahan tingkah laku yang merugikan diri secara aktif.

Rangkuman Konseling RET

- Teknik-teknik Konseling
 - Mengajar, membaca, tugas rumah dan menerapkan metode ilmiah dalam memecahkan masalah.
 - Teknik dirancang untuk mendorong konseli melakukan evaluasi kritis terhadap falsafah hidupnya. Konselor menginterpretasikan, bertanya, mendorong dan mengkonfrontasi konseli.

Workshop Pendekatan Konseling

- Konseling Gestalt
- Konseling Behavioral
- Konseling Terapi Rasional Emitif

Worksheet Peta Kognitif Konseling