

IMPLEMENTASI KETERAMPILAN DASAR KONSELING

GURU BK SMK KOTA SEMARANG

Hindun Sri Rahmawati¹, Edy Purwanto², Mulawarman Mulawarman³

¹ Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Pasca Sarjana UNNES, Indonesia

² Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Pasca Sarjana UNNES, Indonesia

³ Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Pasca Sarjana UNNES, Indonesia

E-mail: hindunsmk7@gmail.com, edy.purwanto@mail.unnes.ac.id, mulawarman@mail.unnes.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian : (1) mendeskripsikan tingkat pemahaman dan penerapan dasar komunikasi konseling oleh konselor sekolah, dan (2) untuk mengajukan salah satu alternatif dalam peningkatan keterampilan dasar konseling. Metode yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif. Pengumpulan data menggunakan angket terdiri dari 30 butir pernyataan, dengan skala likert. Angket yang disusun memiliki reliabilitas sebesar 0,846. Analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dengan pengukuran kuartil. Populasi penelitian adalah konselor sekolah SMK Kota Semarang. Teknik sampling dilakukan dengan cara random sederhana melibatkan 104 orang. Lima keterampilan dasar konseling terendah dalam pemahaman dan penerapannya adalah: (1) meningkatkan harga diri klien; (2) merencanakan pada tahap akhir konseling; (3) ikut merasakan apa yang dirasakan klien/konseli, merasa dan berpikir bersama klien; (4) menciptakan suasana yang nyaman pada tahap awal konseling; dan (5) menantang konseli untuk melihat inkonsistensi dalam perkataan dan perbuatan. Perlu upaya peningkatan kompetensi profesional konselor sekolah SMK dalam pemahaman dan penerapan dasar konseling *attending*. Kepada peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk mengembangkan penelitian ini dengan metode yang berbeda dan lebih khusus pada aspek-aspek konseling lainnya.

Kata Kunci: Konselor Sekolah, Keterampilan Dasar Konseling, Attending

ABSTRACT

The research aims: (1) to describe the level of understanding and application of basic counseling communication by school counselors, and (2) to propose an alternative to improve basic skills counseling. This research is a descriptive quantitative research. The data collection method by providing a questionnaire consisting of 30 statements on a Likert scale. Based on the test of reliability with cronbach's alpha calculation the questionnaire that was compiled had a reliability of 0.846. Analysis of the data used is descriptive statistics with quartile measurements. The study population was Semarang City Vocational School counselors, simple random sampling involving 104 people as samples. The results is the five lowest aspects of implementation are: (1) increasing the client's self-esteem; (2) planning for the final stages of counseling; (3) share what the client / counselee feels, feels and thinks with the client; (4) creating a comfortable atmosphere in the initial stages of counseling; and (5) challenge the counselee to see inconsistencies in words and actions. Increasing the professional competence of vocational school counselors in understanding and applying basic attending counseling is important. The next researcher is recommended to develop this research with different methods and more specifically on other aspects of counseling.

Keywords: School Counselor, Basic Skill Counseling, Attending

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember

PENDAHULUAN

Konselor ideal menurut Rogers (Gladding, 2015) memiliki tiga hal utama dalam dirinya yaitu bersikap tulus, empatik dan penuh penerimaan tanpa syarat terhadap konseli. Meskipun demikian, penguasaan konseling tetap menjadi faktor penting dalam proses konseling. Hal ini dikarenakan hubungan baik antar manusia saja tidak selalu cukup kuat untuk memberikan hasil konseling yang efektif. Bagaimanapun penguasaan dan pendekatan aktif, metodis dan pragmatis juga diperlukan (Geldard & Geldard, 2011). Ivey menyatakan dasar konseling sangat penting dalam menunjang keberhasilan proses konseling (Ayu, 2017). Dalam hal ini, dasar konseling akan membawa guru bimbingan dan konseling pada proses konseling yang efektif. Hal ini juga berpengaruh terhadap minat siswa mengikuti konseling individu (Mahadhita dan Kurniawan, 2017) tentang hubungan dasar konseling dengan.

Kenyataan yang terjadi di lapangan belum didapatkan suatu gambaran yang memuaskan dari kualitas kompetensi Konselor. Masih banyak penelitian-penelitian yang menyimpulkan tentang tidak kompetennya konselor dalam melaksanakan bimbingan dan konseling di sekolah mengenai lemahnya kompetensi konselor dapat dilihat dari aspek ketrampilan konseling individual (Heriyanti, 2013). Seorang konselor diharapkan dapat memanfaatkan konseling yang dimiliki dalam tahap-tahap konseling baik tahap awal, tahap kegiatan maupun tahap akhir konseling.

Terdapat dua kategori utama konseling yaitu komunikasi dan bertindak

serta pikiran (Nelson, 2008). komunikasi dan bertindak melibatkan perilaku eksternal, dan pikiran melibatkan perilaku internal konselor. komunikasi merupakan salah satu utama yang harus dikuasai oleh konselor sekolah untuk penyelenggaraan praktik konseling. Dalam hal ini, konselor dituntut mampu berkomunikasi secara efektif, dan keberhasilan konseling sangat ditentukan oleh keefektifan komunikasi di antara keduanya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survei. Pengambilan data dilakukan dengan dengan metode non tes dengan menggunakan angket Keterampilan Dasar Konseling sebagai instrumen. Instrumen terdiri dari 30 butir pernyataan menggunakan skala likert dengan empat alternatif jawaban. Populasi penelitian adalah Guru BK SMK Kota Semarang dengan melibatkan 104 orang Guru BK SMK Kota Semarang baik dari sekolah negeri maupun swasta sebagai sampel. Sampling dilakukan dengan teknik simple random sampling. Analisis data dilakukan dengan korelasi product moment. Berdasarkan uji reliabilitas dengan perhitungan cronbach's alpha angket yang disusun memiliki reliabilitas sebesar 0,846. Berdasarkan uji validitas dengan korelasi product momen (Pearson) terdapat tiga item tidak valid dan kemudian diabaikan. Analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dengan pengukuran kuartil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data numerik yang diperoleh, diolah dengan metode statistika menggunakan distribusi frekuensi bergolong (Hadi, 2015).

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember

Berdasarkan perhitungan kuartil data yang diperoleh, diketahui bahwa terdapat 26% Guru BK baik dalam implementasi keterampilan dasar konseling, 23% diantaranya cukup, 23% kurang, dan 26% kurang sekali. Adapun lima aspek terendah dalam pemahaman dan pelaksanaannya adalah: (1) meningkatkan harga diri klien; (2) Mengosongkan perasaan dan pikiran

egoistik (E); (3) ikut merasakan apa yang dirasakan klien / konseli, merasa dan berpikir bersama klien (A/E); (4) Menciptakan suasana yang nyaman pada tahap awal konseling (A); dan (5) menantang konseli untuk melihat inkonsistensi dalam perkataan dan perbuatan (Cf). Secara lebih rinci temuan tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Lima Aspek Terendah Implementasi Keterampilan Dasar Konseling

Pernyataan	PM	PTM	TPM	TPTM
Meningkatkan harga diri konseli (2)	31%	51%	18%	0%
Mengosongkan perasaan dan pikiran egoistik (4)	42%	43%	10%	3%
Ikut merasakan apa yang dirasakanklien/konseli, merasa dan berpikir bersama klien (A/E) (3)	54%	18%	28%	0%
Menciptakan suasana yang nyaman pada tahap awal konseling (A) (1)	54%	31%	15%	0%
Menantang konseli untuk melihat inkonsistensi dalam perkataan dan perbuatan (Cf) (16)	64%	26%	10%	0%

Keterangan :

PM : Paham Melaksanakan

PTM: Paham Tidak Melaksanakan

TPM: Tidak Paham Melaksanakan

TPTM : Tidak Paham Tidak Melaksanakan

Tiga diantaranya merupakan aspek penting dalam *attending*, baik meningkatkan harga diri konseli, menciptakan suasana nyaman dan ikut merasakan apa yang dirasakan konseli.

Attending merupakan yang penting dalam proses konseling mengingat tersebut merupakan yang berpengaruh sejak tahap awal konseling hingga pada tahap konseling selanjutnya. *Attending* adalah keterampilan

yang pertama digunakan konselor sekolah, yaitu kemampuan untuk hadir (*attend*) secara aktif untuk klien. Kemampuan ini lebih dari sekedar telinga yang mendengar, melainkan berkomunikasi dengan penuh perhatian. Perhatian konselor disampaikan melalui empat aspek yaitu ekspresi wajah, kontak mata, posisi dan gerakan badan, serta respon verbal yang diberikan (Cormier, 2017). Keterampilan *attending* dapat juga

dikatakan sebagai penampilan konselor yang menampilkan komponen-komponen perilaku nonverbal, bahasa lisan dan kontak mata. Karena komponen-komponen tersebut tidak mudah maka perlu dilatihkan bertahap dan terus menerus.

Berkaitan dengan peningkatan keterampilan *attending*, Egan (Gladding, 2015) menyatakan terdapat lima keahlian nonverbal dalam perhatian awal yang meliputi 1) *square*; konselor diharapkan dapat menghadapi klien atau konseli secara langsung 2) *open*; konselor diharapkan menggunakan postur terbuka tidak menunjukkan sikap defensif, 3) *lean*; diharapkan konselor mencondongkan tubuhnya pada konseli tanpa menimbulkan rasa takut 4) *eye*; memberikan kontak mata yang tepat dan 5) *relax*; yaitu konselor diharapkan juga merasa nyaman ketika berhadapan dengan konseli.

Attending diperlukan untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif sehingga klien bebas mengekspresikan / mengungkapkan tentang apa saja yang ada dalam pikiran, perasaan ataupun tingkah lakunya. Terdapat beberapa hal yang menjadi hambatan dalam proses *attending*, yaitu sikap menghakimi, bias pemikiran, mengkategorikan klien, terlalu memperhatikan fakta, bersimpati dan menyela.

Standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor dikembangkan dan dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang menegaskan konteks tugas dan ekspektasi kinerja konselor, termasuk dalam implementasi keterampilan dasar konseling. Untuk memenuhi standar tersebut, tampaknya sebagian Guru BK SMK Kota

Semarang masih mengalami kesulitan. Hal ini tidak mengherankan khususnya untuk Guru BK di SMK karena beberapa faktor, antara lain latar belakang pendidikan, pengalaman kerja dan tidak berimbangnya rasio perbandingan guru BK dengan jumlah siswa ampunan.

Tidak semua Guru BK SMK berlatar belakang pendidikan sarjana Bimbingan dan Konseling, sehingga harus merangkap mata pelajaran lain. Selain berlatar belakang psikologi ada pula pendidikan sarjana bahasa Inggris, Olah Raga Fisika, dan Agama.

Pada umumnya jumlah Guru BK SMK Kota Semarang di satu sekolah tidak berimbang, pada umumnya masih kurang. Namun demikian ada pula yang terpaksa mengajar di lain sekolah. Hal ini dapat menimbulkan *burnout* dikarenakan beban kerja yang melebihi batas. Hal-hal tersebut menjadi faktor penghambat bagi guru BK untuk melaksanakan konseling sebagaimana mestinya. Untuk dapat melaksanakan konseling efektif Guru BK harus betul-betul meluangkan waktu untuk bisa hadir (*attend*) di hadapan siswanya sebagai konseli.

Dengan banyaknya jumlah siswa ampunan seringkali konseling tidak dapat terlaksananya secara efektif karena berkejaran dengan siswa berikutnya. *Attending* sebagai perilaku konselor menghampiri konseli dengan sapa dan senyum mungkin sudah dilakukan namun kurang pada perilaku *attending* yang lebih dalam seperti menunjukkan empati dan meningkatkan harga diri siswa sebagai konseli.

Namun demikian penguasaan keterampilan semestinya tetap diupayakan dengan mengasah keterampilan dan peningkatan kompetensi Guru BK. Menurut

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Islam Jember

Jones (2012) keterampilan konseling yang digunakan Guru BK / konselor sekolah dapat menjadi jauh lebih efektif jika konselor sekolah dapat mengontrol potensi pikiran yang dimiliki. Salah satu keterampilan berpikir yang memiliki peran penting dalam kinerja seseorang adalah *self-talk* (Bervoets, 2013). Terdapat korelasi antara puncak kinerja, kesadaran dan *self-talk* dan bahkan *self-talk* memegang peran kunci untuk mempengaruhi dua faktor yang lainnya. Hal tersebut dikarenakan, salah satu fungsi potensial dari *inner speech* adalah fungsinya dalam pembentukan kesadaran diri dan perolehan informasi diri (Morin, 2005).

SIMPULAN

Guru BK SMK kota Semarang masih perlu peningkatan kompetensi profesional dalam khususnya implementasi keterampilan dasar konseling *attending*. Peningkatan *attending* dan empati, khususnya pada aspek meningkatkan harga diri konseli, memberikan rasa nyaman dan dapat mengosongkan perasaan dan pikiran egoistik. Dengan keterampilan inilah seorang konselor dapat tampil menjadi konselor yang dinyatakan oleh Rogers sebagai konselor yang tulus, empatik dan penuh penerimaan pada setiap konseli.

Pengelolaan *self-talk* oleh Guru BK di sekolah dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterampilan-keterampilan konseling tersebut agar mencapai kondisi puncak kinerja yang diharapkan sebagai konselor efektif. Peningkatan kompetensi profesional Guru BK SMK dalam pemahaman dan penerapan dasar konseling *attending* adalah penting dilakukan. Rekomendasi kepada Guru BK adalah untuk lebih meningkatkan aspek-aspek dasar konseling

yang diteliti perlu peningkatan. Kepada peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk mengembangkan penelitian ini dengan metode yang berbeda dan lebih khusus pada aspek-aspek konseling lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Baikuni, Ahmad. 2015, Meningkatkan Keterampilan Konseling dengan Mind skills. Jurnal Ulumuna. Vol 1. No.1.Hlm.108-119.
<http://ejournal.kopertais4.or.id/madura/index.php/ulumuna/article/download/146/54/>
- Bervoets, Joachim. 2013. Exploring The Relationships Between Flow, Mindfulness, And Self-Talk: A Correlational Study. Master's Thesis in Sport and Exercise Psychology. Spring. Department of Sport Sciences. University of Jyväskylä. <https://pdfs.semanticscholar.org/c52c/638de8162c6c9ba07c4e3058553f70950b04.pdf>
- Cormier, S. 2017. Strategi dan Intervensi Konseling bagi Konselor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Geldard.K & Geldard.D. 2011. Keterampilan Praktik Konseling. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gladding, Samuel T. 2015. Konseling: Profesi yang Menyeluruh. Jakarta: Indeks.
- Jones. 2012. Pengantar Keterampilan Konseling. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Jumail. 2013. Kompetensi Profesional Dalam Perspektif Konselor Sekolah Dan Peranannya Terhadap Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Di SMA Negeri Se-Kota Padang. Konselor. Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 Februari 2013. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/1075/933>.

- McLeod, John. 2015. Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus. Jakarta: Prenadamedia Group
- Morin, Alain. 2005. Possible Links Between Self-Awareness and Inner Speech Theoretical background, underlying mechanisms, and empirical evidence. *Journal of Consciousness Studies*, 12, No. 4-5, 2005, pp. 115-134. <https://www.researchgate.net/publication/28764114>
- Morin, Alain. 2013. Inner speech: A window into consciousness. <https://www.researchgate.net/publication/240024225>
- Mulawarman, Mulawarman. 2017. Buku Ajar Keterampilan Dasar Konseling. <https://www.researchgate.net/publication/318743506>
- Mulawarman dkk. 2018. Peningkatan Keterampilan Dasar Konseling Berbasis Nilai Humanis Melalui Teknik OARS Bagi Konselor Pendidikan/ Guru BK di SMA <https://proceeding.unnes.ac.id/index.php/snkppm>
- Purwanto, Edy. 2016. Metodologi Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Radjah, Carolina. 2016. Metakognisi Konselor dalam Kegiatan Layanan Konseling di Sekolah. Tesis. Universitas Negeri Malang. Tidak diterbitkan.
- Radjah, Carolina. 2016. Keterampilan Konseling Berbasis Metakognisi. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Vol1, No.3, 2016, hlm.90-94. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/613/380>
- Hadi, Sutrisno. (2015). Statistik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.