

Bimbingan Konseling Dalam Praktek Mengembangkan Potensi dan Kepribadian Siswa

1Iis Salsabila²Deden Badrusalam,³Tatang Abdul Basir,⁴Yayan

Program Pascasarjana Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Nusantara Email: i.salsabilah.81@gmail.com,
syafii_aaaden@yahoo.com, tatangabdulb72@gmail.com, yanalfatah@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL

Received : 2022-03-09

Revised : 2022-03-14

Accepted : 2022-03-31

KEYWORD

*Guidance and Counseling,
Potential and Personality
Development, Interpersonal
Approach.*

KATA KUNCI

Bimbingan dan Konseling,
Pengembangan potensi dan
Kepribadian, Pendekatan
Interpersonal.

ABSTRACT

This research aims to explore and improve and strengthen the potential that exists in students so that it becomes an essential personality, so that later it can become a life goal that can trigger enthusiasm in seeking and improving knowledge. Guidance and counseling is an interpersonal approach to students who have problems in terms of discipline. Enforcement of discipline against students does not always have to be by means of sanctions that refer to an act of violence. It must always be remembered that, an educational institution is not a legal institution that always sells sanctions against its residents. An educational institution must always strive to cure all forms of social behavioral deviations by optimizing the quality of the interpersonal relationship between the counselor and the problematic counselee/client, so that step by step, the counselee/client can realize his mistakes and can correct them.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggali dan meningkatkan serta mengukuhkan potensi yang ada pada diri siswa sehingga menjadi sebuah kepribadian yang hakiki, sehingga nantinya dapat menjadi sebuah tujuan hidup yang dapat memicu semangat dalam mencari dan meningkatkan ilmu pengetahuan. Bimbingan dan konseling merupakan penanganan secara pendekatan interpersonal terhadap siswa yang bermasalah dalam hal kedisiplinan. Penegakan kedisiplinan terhadap siswa tidak harus selalu dengan cara pemberian sanksi yang mengacu terhadap suatu tindakan kekerasan. Hal yang harus selalu diingat bahwa, sebuah lembaga pendidikan bukanlah sebuah lembaga hukum yang senantiasa mengobrol sanksi terhadap penghuninya. Sebuah lembaga pendidikan harus senantiasa berupaya melakukan penyembuhan segala bentuk penyimpangan perilaku social dengan mengoptimalkan kualitas hubungan interpersonal antara konselor dengan konseli/klien yang bermasalah, sehingga setahap demi setahap, konseli/klien dapat menyadari kesalahannya serta dapat memperbaikinya.

1. Pendahuluan

Pendidikan disekolah hingga saat ini masih merupakan sektor yang sangat penting bagi peningkatan kualitas pengembangan diri, memaksimalkan potensi diri, dan perubahan perilaku masyarakat pada sebuah bangsa. Pendidikan merupakan sebuah proses untuk menciptakan generasi penerus cita-cita demi kemajuan agama, bangsa, dan negara. Melalui aktifitas pendidikan diharapkan setiap peserta didik mampu mendapatkan sejumlah pengetahuan dan kemampuan yang dibutuhkan untuk kelangsungan hidupnya sesuai dengan potensi, minat, dan bakat yang dimilikinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa, melalui proses pendidikan, setiap peserta didik diharapkan memiliki kompetensi terkait dengan kemampuannya beraktualisasi untuk pengembangan dirinya maupun untuk kepentingan masyarakat yang ada dilingkungan sekitarnya. Kompetensi yang mereka dapatkan dari hasil belajar, diharapkan menjadi bekal dalam menyongsong masa depan yang lebih baik dalam kehidupannya.

Menurut Abdurahman Mas'ud (202) mengatakan bahwa pendidikan, khususnya pendidikan agama Islam sebagai upaya untuk menciptakan peserta didik agar mampu mewujudkan perannya sebagai hamba dan Kholifatulloh. Perannya sebagai hamba menunjukkan bahwa setiap makhluk Allah swt, khususnya manusia diwajibkan untuk mencari ilmu sepanjang hayatnya untuk memaksimalkan potensi fitrahnya. Perannya sebagai Kholifatulloh menunjukkan bahwa setiap orang adalah pemimpin baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain, sehingga pada akhirnya menyadari bahwa setiap pemimpin akan diminta pertanggung jawaban terhadap kepemimpinannya.

Pendidikan adalah salah satu bentuk pertanggungjawaban dalam memberikan asuhan terhadap proses perkembangan individu. Bimbingan dan konseling merupakan bantuan individu dalam memperoleh penyesuaian diri sesuai dengan tingkat perkembangannya. Pelayanan dalam bimbingan dan konseling merupakan komponen pendidikan yang dapat membantu para siswa dalam proses perkembangannya. Pemahaman terhadap masalah perkembangan dengan prinsip-prinsipnya yang akan menjadi kebutuhan yang mendasar bagi pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling.

2. Pembahasan

Siswa merupakan subjek didik dalam proses pendidikan, setiap siswa memiliki kepribadian yang unik dengan segala karakteristik yang berbeda-beda.

Sebagai individu yang dinamis dengan segala karakternya yang unik, siswa menjadi rentan terhadap segala perubahan karakter dan tingkah laku yang diakibatkan oleh interaksi dengan lingkungan sekitarnya dan juga merupakan salah satu dampak dari proses belajar. Jika dilihat dari sisi psikologis, hal tersebut merefleksikan sebuah harapan dan tuntutan bahwa semestinya pendidikan mampu memaksimalkan dan mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri siswa, sehingga pada akhirnya mereka mampu menjadi manusia yang berkualitas serta dapat mengaktualisasikan peranannya, baik secara individual maupun social. Dengan demikian, sebuah lembaga pendidikan harus mampu mencetak peserta didik yang memiliki kompetensi bukan hanya secara personal akan tetapi peserta didik harus mampu berinteraksi dan berperan di tengah lingkungan sosialnya.

Pada dasarnya, pendidikan harus bisa mengembangkan dan memaksimalkan potensi siswa agar mampu mewujudkan dua peran ganda sekaligus, yaitu peran individual dan peran social. Dalam upaya memaksimalkan potensi siswa, tidak hanya terbatas pada kemampuan kognitif saja, akan tetapi harus diseimbangkan dengan moral dan social action. Maka dari itu, dalam implementasi pendidikan saat ini tidak hanya sekedar mengangkat harkat dan derajat seseorang dari sisi intelektualnya saja, akan tetapi harus diimbangi dengan moral dan kepribadian yang mempuni, sehingga dapat tercipta siswa yang berakhlakul karimah, yang akan mejadi suri tauladan dilingkungan masyarakat sekitarnya.

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu komponen dalam keseluruhan system pendidikan. Guru adalah salah satu unsur pendukung pelaksana pendidikan yang mempunyai tanggung jawab sebagai pendukung dan pelaksana layanan bimbingan dan konseling. Guru sebagai konselor, dituntut agar memiliki wawasan yang memadai terhadap konsep-konsep dasar bimbingan dan konseling.

a. Pengertian Bimbingan

Bimbingan adalah "Proses bantuan sistematis yang diberikan oleh pembimbing kepada kliennya" dengan tujuan:

- 1) Klien dapat memahami dirinya.
- 2) Klien dapat mengarahkan dirinya
- 3) Klien dapat memecahkan masalah yang ada pada dirinya.
- 4) Klien dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.
- 5) Klien dapat mengambil manfaat dari peluang-peluang yang dimilikinya

6) Klien dapat mengembangkan diri sesuai dengan bakat dan potensi yang ada pada dirinya.

b. Pengertian Konseling (Penyuluhan)

Konseling (penyuluhan) adalah “Hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dalam rangka membantu konseli untuk mencapai tujuan-tujuan dalam hidupnya”. Dalam hal ini, konseling merupakan inti kegiatan dan salah satu teknik utama dalam bimbingan. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa, semua konseling merupakan kegiatan bimbingan, akan tetapi tidak semua bimbingan termasuk dalam kegiatan konseling. Dasar pemikiran kegiatan bimbingan dan konseling, bukan semata-mata tergantung pada adanya landasan hukum (Perundang-undangan) yang berlaku, akan tetapi yang lebih penting adalah upaya memfasilitasi konseli agar mampu mengembangkan potensi dirinya.

Klien atau konseli sebagai seorang individu yang sedang berada dalam proses perkembangan yang mengarah pada kematangan dan kemandirian sangat membutuhkan bimbingan untuk dapat memahami dirinya sendiri serta peningkatan wawasan dan pengetahuan tentang lingkungan sosialnya. Perkembangan konseli tidak terlepas dari pengaruh lingkungan baik fisik, psikis, maupun social. Sifat yang melekat pada lingkungan adalah perubahan yang mempengaruhi gaya hidup (*Lifestyle*). Apabila perubahan yang terjadi di luar jangkauan maka akan melahirkan kesenjangan social yang signifikan. Perubahan lingkungan yang diduga mempengaruhi gaya hidup dan kesenjangan social diantaranya:

- 1) Peningkatan jumlah penduduk.
- 2) Pertumbuhan wilayah perkotaan.
- 3) Kesenjangan tingkat social ekonomi masyarakat.
- 4) Revolusi teknologi informasi.
- 5) Pergeseran fungsi atau struktur keluarga.
- 6) Perubahan struktur dari masyarakat agraris ke masyarakat industri.

c. Bentuk Permasalahan.

Permasalahan yang harus mendapatkan perhatian serius dari semua kalangan masyarakat adalah permasalahan yang terjadi di kalangan muda atau remaja baik itu pelajar maupun non pelajar. Permasalahan yang sering timbul diantaranya:

- 1) Pelanggaran tata tertib
- 2) Tawuran.
- 3) Kriminalitas.
- 4) Pergaulan bebas.

- 5) Pornografi.
- 6) Miras/NAFZA.

Hal-hal tersebut diatas sangatlah menghambat bahkan merusak tatanan masa depan agama, bangsa, dan negara. Penampilan prilaku kalangan muda, khususnya pelajar seperti tersebut diatas sangatlah tidak diharapkan, karena sangatlah tidak sesuai dengan apa yang diharapkan dan dicita-citakan sebagaimana tercantum dalam pendidikan nasional (UU No 20 tahun 2003) yaitu:

- 1) Beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan YME.
- 2) Berakhlak mulia.
- 3) Memiliki pengetahuan dan keterampilan.
- 4) Memiliki kesehatan jasmani dan rohani.
- 5) Memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri.
- 6) Memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Upaya menangkal dan mencegah prilaku-prilaku yang tidak diharapkan seperti hal tersebut diatas adalah dengan mengembangkan potensi konseli, dan memfasilitasi mereka secara sistemik dan terprogram untuk mencapai standar kompetensi kemandirian, serta harus dilakukan secara proaktif dan berbasis data tentang perkembangan konseli dan berbagai faktor yang mempengaruhinya.

d. Paradigma Bimbingan dan Konseling.

Pada saat ini telah terjadi perubahan paradigma pendekatan bimbingan dan konseling dari yang berorientasi tradisional, remedial, klinis, dan terpusat pada konselor, menjadi pendekatan yang berorientasi pada perkembangan dan preventif. Pendekatan bimbingan dan konseling melalui perkembangan (Developmental Guidance and Counseling), atau bimbingan dan konseling komprehensif (Comprehensive Guidance and Counseling). Pelayanan bimbingan dan konseling komprehensif didasarkan pada upaya pencapaian perkembangan, pengembangan potensi, dan pengentasan masalah-masalah konseli. Tugas-tugas perkembangan dirumuskan sebagai standar kompetensi yang harus dicapai, sehingga pendekatan seperti ini disebut juga bimbingan konseling berbasis standar (Standar Based Guidance and Counseling). Standar yang dimaksud adalah standar kompetensi kemandirian (Gerald Corey 2005:16) Dalam pelaksanaannya, pendekatan ini menekankan kolaborasi antara konselor dengan para personil lainnya, pihak keluarga konseli, serta pihak-pihak terkait lainnya. Pendekatan ini

terintegrasi dengan proses pendidikan disekolah/Madrasah secara keseluruhan dalam upaya mewujudkan potensi diri yang menyangkut aspek pribadi, social, belajar, maju pun karir secara penuh. Dengan demikian implementasi bimbingan dan konseling disekolah/madrasah diorientasikan kepada upaya memfasilitasi perkembangan potensi konseli yang meliputi aspek pribadi, social, belajar, dan karir. Terkait dengan pengembangan pribadi konseli sebagai mahluk yang berdimensi “biopsikososiospiritual” (biologis, psikis, social, dan spiritual).

e. Teknik Bimbingan dan Konseling

Pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting di dalam pembinaan dan pembangunan suatu bangsa. Tujuan pendidikan nasional dari suatu bangsa merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari tujuan nasional dan filsafat hidup suatu bangsa. Secara jelas, tujuan pendidikan nasional tertera dalam UU sisdiknas No 20 tahun 2003 yaitu: “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UU- RI No 20 Tahun 2003. Sisdiknas).

3. Teknik Menanggulangi Masalah Kedisiplinan di Sekolah.

a. Teknik pendekatan kedisiplinan. Teknik pendekatan kedisiplinan mengacu pada aturan dan ketentuan tata tertib disekolah/madrasah, berikut dengan sanksinya.

Sebagai salah satu komponen organisasi disekolah/madrasah, aturan tata tertib sangat perlu di tegakan untuk mencegah dan mengatasi penyimpangan perilaku peserta didik. Akan tetapi walaupun demikian, kita harus selalu ingat bahwa, sekolah/madrasah bukanlah sebuah lembaga hukum yang senantiasa mengobrol sanksi dan hukum fisik terhadap penghuninya. Penerapan sanksi dan hukum fisik, di khawatirkan peserta didik akan mengalami stres dan depresi, sehingga pada akhirnya peserta didik akan memberontak terhadap aturan tata tertib yang telah ditentukan disekolah/madrasah.

b. Teknik Bimbingan dan Konseling.

Teknik pendekatan bimbingan dan konseling, berbeda dengan teknik pendekatan kedisiplinan yang identik dengan penerapan sanksi dan hukum fisik agar menghasilkan efek jera bagi si pelanggar kedisiplinan. Penanganan siswa bermasalah dengan teknik bimbingan dan konseling, lebih mengutamakan pada upaya penyembuhan dengan cara memberikan saran, ajakan, arahan, dan masukan tentang suatu hal yang baik, sehingga terbentuk kualitas hubungan interpersonal yang solid antara konselor dan konseli, sehingga pada akhirnya, konseli dapat menyadari bahwa sifat dan perilaku yang ada pada dirinya, merupakan sifat dan perilaku yang salah dimata masyarakat.

Paradigma pelayanan bimbingan dan konseling, saat ini masih terorientasi pada pelayanan yang bersifat pencegahan dan pengembangan. Bimbingan dan konseling terhadap siswa yang bermasalah, hingga saat ini masih menjadi topik utama dalam system pendidikan disekolah/madrasah sehingga, Guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting. Sofyan S Willis (2004) mengemukakan tingkatan masalah beserta mekanisme dan petugas yang menanganinya, yaitu:

1) Kasus ringan.

Contoh kasus ringan diantaranya: membolos, malas, kesulitan belajar pada mata pelajaran tertentu, bertengkar, berkelahi, minum minuman keras, berpacaran, mengutil, dll. Untuk kasus ringan seperti hal tersebut, upaya penanggulangannya adalah dengan cara memberikan bimbingan yang continue, sedangkan petugas yang menanganinya cukup oleh wali kelas dan guru yang kemudian berkonsultasi dengan kepala sekolah dan BK untuk melakukan kunjungan ke rumah konseli.

2) Kasus sedang.

Contoh kasus sedang diantaranya: Gangguan emosional, berpacaran dengan perbuatan menyimpang, tawuran, narkoba, mengganggu ketertiban masyarakat, perbuatan asusila, dll. Untuk kasus seperti hal tersebut, penanggulangannya dengan cara memberikan bimbingan yang dilakukan oleh guru BK/konselor, yang kemudian berkonsultasi dengan kepala sekolah agar mengadakan konferensi dengan staf ahli/profesional.

3) Kasus berat.

Contoh kasus berat diantaranya: Gangguan emosional tinggi, kecanduan narkoba/ NAFZA, kriminalitas berulang- ulang, sex bebas, harakiri, perkelahian dengan sajam/senpi, dll.

Untuk kasus seperti hal tersebut, dilakukan alih tangan kasus (Referral) kepada ahli psikologis/psikiater, Dokter, Polisi, atau ahli hukum dengan catatan, sebelum mengalih tangankan kasus, hendaknya dilakukan konferensi atau mediasi dengan pihak keluarga konseli dan staf ahli yang akan diberikan pengalihan kasus.

Mengamati apa yang dikemukakan oleh Sofyan S Willis (2004) tentang contoh-contoh kasus ringan, sedang, dan berat, beserta cara dan petugas yang menanganinya seperti tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa, bimbingan dan konseling bukan hanya menjadi tanggung jawab guru BK saja akan tetapi, dapat melibatkan berbagai pihak untuk bersama-sama membantu konseli agar memperoleh penyesuaian dan pengembangan diri secara optimal.

c. Teknik Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan potensi siswa.

Menurut Shertezzer dan Stoon (1982). Bimbingan adalah membantu orang perorangan untuk memahami dirinya sendiri serta lingkungan hidup di sekitarnya. Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor terhadap individu yang sedang mengalami masalah (klien/konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien/konseli. (Prayitno dan Erman anti, 2004).

Pada umumnya, teknik-teknik atau pendekatan yang dipergunakan dalam bimbingan dan konseling, diantaranya:

1) Bimbingan kelompok (Group Guidance)

Teknik bimbingan kelompok (group guidance) dipergunakan dalam membantu sekelompok siswa untuk memecahkan masalah-masalah melalui kegiatan kelompok sehingga segala sesuatunya dapat dirasakan bersama oleh kelompok maupun oleh individu yang menjadi anggota kelompok. Keuntungan melaksanakan teknik ini antara lain:

- Dapat menghemat waktu
- Menciptakan kesempatan bagi semua siswa untuk berinteraksi dengan konselor, yang memungkinkan siswa lebih berkeinginan membicarakan masalah pribadi atau perencanaan masa depan.
- Menyadarkan siswa bahwa kenyataan yang sama juga dihadapi oleh teman-temannya, sehingga mereka termotivasi untuk berusaha menghadapi kenyataan secara bersama-sama serta saling mendiskusikannya.

Ada beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam menerapkan pendekatan bimbingan kelompok, diantaranya:

- a) Hoom Room Programe.
Hoom Room Programe adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan tujuan agar guru dapat mengenal peserta didiknya dengan lebih baik sehingga, dapat membantunya secara efisien. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk pertemuan antara guru dan siswa di dalam kelas di luar jam pelajaran dengan maksud untuk membicarakan terkait masalah-masalah yang dihadapi.
- b) Karya Wisata (Field trip)
Kegiatan rekreasi yang dikemas dengan metode mengajar untuk bimbingan kelompok dengan tujuan agar siswa dapat memperoleh penyesuaian dalam kelompok untuk dapat bekerja sama dengan penuh rasa tanggung jawab.
- c) Kegiatan kelompok.
Kegiatan kelompok merupakan teknik yang baik dalam bimbingan. Sebab kelompok dapat memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi dengan sebai-baiknya. Banyak kegiatan-kegiatan tertentu yang lebih berhasil jika dilakukan dalam kelompok. Bimbingan dengan metode kegiatan kelompok, dapat mengembangkan bakat dan menyalurkan motivasi, serta menumbuhkan rasa tanggung jawab.
- d) Organisasi Siswa.
Dalam berorganisasi, peserta didik akan mendapatkan kesempatan untuk belajar mengenal berbagai macam aspek kehidupan social, sehingga dapat mengaktifkan peserta didik dalam mengembangkan bakat kepemimpinan, dan juga dapat memupuk rasa tanggung jawab dan harga diri.
- e) Sosiodrama.
Sosio drama dipergunakan sebagai salah satu teknik dalam memecahkan masalah-masalah social melalui kegiatan bermain peran. Dalam kegiatan ini, seorang individu akan memainkan suatu peran tertentu dari suatu masalah social.
- f) Psikodrama.
Psiko drama adalah teknik untuk memecahkan masalah psikis yang dialami oleh individu, dengan memerankan suatu peran tertentu. Konflik atau ketegangan yang ada dalam dirinya dapat dikurangi bahkan dihindari. Kepada sekelompok siswa dibuatkan suatu cerita yang di dalamnya tergambar adanya ketegangan pischis yang dialami individu.

g) Remedial Teaching.

Remedial teaching adalah bentuk penambahan pembelajaran, pengulangan kembali, latihan-latihan, serta penekanan aspek-aspek tertentu. Hal ini tergantung dari jenis dan tingkatan kesulitan belajar yang dialami oleh siswa.

2) Bimbingan Konseling Individu (Individual Guidance Counseling)

Bimbingan konseling individu adalah bimbingan konseling yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan yang bersifat pribadi. Dalam hal ini konselor hendaknya, bersikap penuh simpati dan empati. Dengan demikian klien, akan memberikan kepercayaan penuh terhadap konselor. Hal demikian akan sangat membantu dalam keberhasilan seorang konselor dalam melaksanakan tugasnya. Ada beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam bimbingan dan konseling individu, diantaranya:

- Latihan Asertif.

Teknik latihan asertif dilakukan untuk melatih siswa yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakan yang dilakukannya itu layak. Latihan ini berguna untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya.

- Desensitisasi sistematis.

Desensitisasi sistematis merupakan teknik konseling behaviorial yang memfokuskan bantuan untuk menenangkan klien dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan klien untuk relax. Esensi teknik ini adalah menghilangkan perilaku yang diperkuat secara negatif dan menyatakan respon yang berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan.

- Pengkondisian Aversi.

Teknik ini dapat digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Teknik ini dimaksudkan untuk meningkatkan kepekaan klien agar mengamati respon pada stimulus yang disenanginya dengan kebalikan stimulus tersebut. Stimulus yang tidak menyenangkan diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak dikehendaki kemunculannya. Pengkondisian ini diharapkan agar terbentuk asosiasi antara perilaku yang tidak dikehendaki dengan stimulus yang tidak menyenangkan.

- Pembentukan Prilaku Model.

Teknik ini dapat digunakan untuk membentuk perilaku positif baru pada klien, dan memperkuat perilaku positif yang sudah terbentuk. Dalam hal ini konselor dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup, dan atau lainnya yang teramati dan dapat difahami jenis perilaku yang hendak dicontohnya. Perilaku yang berhasil dicontoh akan mendapatkan apresiasi dari konselor. Apresiasi dapat berupa pujian sebagai apresiasi social.

- Permainan Dialog.

Teknik ini dilakukan dengan cara klien dikondisikan untuk mendialogkan dua kecenderungan yang saling bertentangan, yaitu kecenderungan top dog dan kecenderungan under dog. Misalnya kecenderungan “orang tua” melawan kecenderungan “anak”, kecenderungan “bertanggung jawab” melawan kecenderungan “masabodoh”, kecenderungan “anak baik” melawan kecenderungan “anak bodoh”, Kecenderungan “otonom” melawan kecenderungan “ketergantungan”, kecenderungan “kuat/ tegar” melawan kecenderungan “lemah”.

Melalui dialog yang kontradiktif ini, menurut pandangan *Gestalt* pada akhirnya klien akan mengarahkan dirinya pada suatu posisi dimana ia berani mengambil resiko. Penerapan permainan dialog ini dapat dilaksanakan dengan menggunakan teknik “Kursi kosong”.

- Latihan saya bertanggung jawab Latihan saya bertanggung jawab

merupakan teknik yang dimaksudkan untuk membantu klien agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya daripada memproyeksikannya terhadap orang lain. Dalam hal ini konselor meminta klien untuk membuat suatu pernyataan dan kemudian klien menambahkan dalam pernyataan itu dengan kalimat: “...dan saya bertanggung jawab atas hal itu”. Misalnya “Saya merasa bodoh, dan saya bertanggung jawab atas kebodohan itu”. Meskipun tampak mekanis tetapi, menurut Gestalt hal demikian akan membantu meningkatkan kesadaran klien akan perasaan-perasaan yang mungkin selama ini diinginkannya.

- Bermain proyeksi.

Bermain proyeksi yaitu teknik memantulkan perasaan-perasaan yang ada dalam dirinya sendiri terhadap orang lain, padahal sebenarnya ia sendiri pun tidak mau melihat ataupun

menerimanya. Mengingkari perasaan-perasaan sendiri dengan cara memantulkannya terhadap orang lain, sedangkan yang sebenarnya perasaan-perasaan yang dipantulkan terhadap orang lain itu merupakan atribut yang dimilikinya. Dalam teknik bermain proyeksi, konselor meminta kepada klien untuk mencoba melakukan hal-hal yang diproyeksikannya terhadap orang lain.

- Teknik pembalikan.
Gejala-gejala dan perilaku tertentu sering kali mempresentasikan pembalikan dari dorongan-dorongan yang mendasarinya. Dalam hal ini konselor meminta klien untuk memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan-perasaan yang dikeluhkannya. Misalnya konselor memberi kesempatan kepada klien untuk memainkan peran “ekshibisionis” terhadap klien pemalu yang berlebihan.
- Bertahan dengan Perasaan.
Teknik ini dapat diterapkan terhadap klien yang menunjukkan perasaan atau suasana hati yang tidak menyenangkan sedangkan ia sangat ingin menghindarinya. Dalam hal ini, konselor mendorong klien untuk tetap bertahan terhadap perasaan yang ingin di hindarinya tersebut. Kebanyakan klien ingin melarikan diri dari stimulus yang menakutkan dan perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan. Dalam hal ini konselor tetap mendorong klien untuk bertahan dengan perasaan yang dialaminya, bahkan klien didorong lebih dalam untuk menyelami tingkah laku dan perasaan yang ingin dihindarinya.
Untuk membuka dan membuat jalan menuju perkembangan kesadaran perasaan yang lebih baru tidak cukup hanya dengan mengkonfrontasi perasaan tersebut, akan tetapi membutuhkan pengalaman dan keberanian untuk bertahan dalam kesakitan perasaan yang ingin dihindari.
- Home Work Assignments
Teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola perilaku yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, klien diharapkan dapat mengurangi bahkan menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang tidak rasional dan tidak logis, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek-aspek yang keliru, mengadakan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan. Pelaksanaan

home work assignment yang diberikan konselor dilaporkan oleh klien dalam satu pertemuan tatap muka. Teknik ini dimaksudkan untuk membina dan mengembangkan sikap-sikap tanggung jawab, kepercayaan pada diri sendiri, kemampuan untuk pengarahan diri, serta pengelolaan diri klien untuk mengurangi ketergantungan terhadap konselor.

4. Kesimpulan

Secara umum, bimbingan dan konseling pada sebuah lembaga pendidikan adalah membantu semua peserta didik melalui pelayanan pribadi agar mencapai tahap perkembangan optimal, baik secara akademis, psikologis, maupun social. Sejalan dengan perkembangannya konsepsi bimbingan dan konseling maka, tujuan bimbingan dan konseling pun mengalami perubahan dari yang sederhana sampai ke yang lebih komprehensif. Individu atau siswa yang dibimbing, merupakan individu yang sedang dalam proses perkembangan. Oleh sebab itu maka tujuan bimbingan dan konseling adalah agar tercapai perkembangan yang optimal pada individu yang dibimbing. Dengan kata lain, agar individu dapat mengembangkan dirinya secara optimal sesuai dengan potensi dan kapasitasnya, serta agar individu dapat berkembang sesuai lingkungannya.

5. Penutup

Teknik-teknik atau model pendekatan dalam bimbingan dan konseling adalah cara atau metode yang dilakukan untuk membantu, mengarahkan atau memandu seseorang atau sekelompok orang agar menyadari dan mengembangkan potensi-potensi dirinya, serta mampu mengambil sebuah keputusan dan menentukan tujuan hidupnya dengan cara berinteraksi atau bertatap muka.

Teknik-teknik bimbingan dan konseling dalam upaya membantu memaksimalkan potensi siswa ataupun dalam mengatasi permasalahan siswa antara lain dengan cara: Bimbingan kelompok (Group Guidance) yaitu hoom room programe, karya wisata (Field trip), diskusi kelompok, kegiatan kelompok, organisasi siswa, sosiodrama, psikodrama, remedial teaching, dan individual guidance. Dengan dilakukannya bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu memecahkan permasalahan individu yang berdampak negatif terhadap lingkungan social masyarakat, dan juga diharapkan dapat menggali potensi sisi positif dari individu yang berperilaku negatif, sehingga dapat memaksimalkan potensi yang ada pada individu yang bermasalah menjadi

sesuatu yang berdampak positif, baik untuk dirinya sendiri ataupun untuk social masyarakat dilingkungannya.

6. Referensi

- Abdurahman, M. (2002). *Menggagas format pendidikan non-dikotomik (Humanisme religius sebagai paradigma pendidikan Islam)*. Yogyakarta: Gama Media.
- Annas, S. (2010). *Bimbingan dan konseling*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Arintoko. (2011). *Wawancara konseling di sekolah*. Yogyakarta: Andi Press.
- Corey, G. (2005). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Djumhar, I., & Surya, M. (1975). *Bimbingan dan penyuluhan di sekolah (Guidance & Counseling)*. Bandung: CV Ilmu.
- Suteja, J. (2007). *Tesis, Pendidikan seks bagi remaja dalam tinjauan psikologi pendidikan Islam*. Cirebon.
- Prayitno, & Erman, A. (1995). *Dasar-dasar bimbingan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Shertzer, B., & Stone, S. C. (1976). *Fundamentals of guidance*. Boston: HMC.
- Willis, S. S. (2009). *Konseling individual: Teori & praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W. S. (1989). *Bimbingan dan konseling di sekolah menengah*. Jakarta: Grasindo.
- Winkel, W. S. (2005). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Gramedia.
- UU RI No. 20 Tahun 2003. (2003). *Tentang sistem pendidikan nasional*. Jakarta.
- Sudrajat, A. (n.d.). *Landasan bimbingan dan konseling*. Retrieved from <http://www.psb-psma.org>
- Pengertian bimbingan dan konseling Islam*. Retrieved from <http://www.perkuliahan.com>
- Bimbingan dan konseling Islam*. Retrieved from <http://arf88.blogspot.com>
- Pendidikan anak*. (2006, April 20). Retrieved from <http://www.branda.blogsome.com>



© 2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).