

PENDEKATAN BIMBINGAN KONSELING

¹Wiwik Dyah Aryani, ²Iis Salsabila & ³Yeti Suparmika,
⁴Helmi Khalid Syammach, ⁵Nur Azizah

Program Pascasarjana Pendidikan Agama Islam
Universitas Islam Nusantara

Email: ¹Wiwikaryani@gmail.com, ²i.salsabilah.81@gmail.com, ³ikasuparmika@gmail.com,
⁴helmisyammach@gmail.com, ⁵Nurazizahsag1968@gmail.com

RIWAYAT ARTIKEL

Received : 2022-08-28

Revised : 2022-09-05

Accepted : 2022-09-15

KEYWORD

Approach.Guidance, Counseling.

KATA KUNCI

Pendekatan.Bimbingan,
Konseling.

ABSTRACT

This research is motivated by the existence of various problems on this earth, Guidance counseling is present as an institution that provides assistance and therapy for troubled people, provides guidance and counseling and helps solve the problems they face. The purpose of the research is to develop knowledge about various counseling guidance approaches that can be used in the counseling process. The results of the discussion show that the approach in counseling guidance is the basis for a counseling practice, there are 11 counseling guidance approaches that are clearly outlined that can help counselors in the process of providing assistance to counselees. One of the approaches is the behavioral approach which is widely used in counseling guidance in schools. Many counseling techniques are found in the behavioral approach, 3 of which are often used are self-management techniques, homework techniques and funishment techniques.

ABSTRAK

Penelitian ini di latarbelakangi oleh adanya masalah yang bervariasi di muka bumi ini, Bimbingan konseling hadir sebagai lembaga pemberian bantuan dan terapi terhadap insan insan bermasalah, memberikan bimbingan dan konseling serta membantu memecahkan masalah yang dihadapi nya. Tujuan penelitian adalah untuk mengembangkan pengetahuan tentang berbagai pendekatan bimbingan konseling yang dapat digunakan dalam proses konseling. Penelitian menggunakan metode study kepustakaan atau litelature review. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa Pendekatan dalam Bimbingan konseling merupakan dasar bagi suatu praktek konseling, terdapat 11 pendekatan bimbingan konseling yang diuraikan secara jelas yang dapat membantu konselor dalam proses pemberian bantuan terhadap konseli. Salah satu pendekatan dimaksud adalah pendekatan behavioral yang banyak digunakan pada bimbingan konseling di sekolah. Banyak tehnik konseling yang terdapat pada pendekatan behavioral, 3 diantara yang sering digunakan adalah tehnik self manajemen, tehnik pekerjaan rumah dan tehnik funishment.

1. Pendahuluan

Sebagai makhluk sosial tentu setiap individu manusia membutuhkan keberadaan orang lain atas keadaan yang sedang merundungnya. Setiap manusia pasti pernah memiliki kesulitan dan masalah hidup dalam setiap langkah perjalanannya, baik masalah yang mudah diatasi maupun yang sulit diatasi. Rata - rata permasalahan yang dihadapi itu akan dibicarakan dengan keluarga, guru atau teman bahkan ahli agama, walaupun tidak semua dapat menyelesaikannya. Dan terkadang manusia juga pernah berada pada posisi dimana dihadapkan pada lebih dari satu masalah dalam waktu yang bersamaan sehingga banyak yang mengalah pada keadaan dan terpuruk dalam keputusan.

Dalam kondisi itu perlu adanya proses pemulihan dengan bantuan bimbingan konseling. Bimbingan Konseling ini merupakan langkah efektif yang dapat digunakan oleh setiap individu yang memiliki satu atau banyak masalah. Karena konseling merupakan proses bantuan untuk menuntaskan masalah dalam bentuk tatap muka antara dua individu yang terdiri dari konselor atau pemberi konseling yang memiliki bakat dan memenuhi kualifikasi yang disyaratkan dengan seorang klien/konseli yang menghadapi masalah. Proses Bimbingan konseling ini dimaksudkan agar konselor dapat membantu mengarahkan klien/konseli untuk memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga klien/konseli dapat Kembali menata hidupnya dan berkembang kearah yang lebih baik serta dapat meningkatkan kualitas kehidupan sehari hari nya menjadi lebih efektif (effective daily living).

Pada proses Bimbingan konseling, seorang konselor harus dapat menggunakan pendekatan – pendekatan yang tepat terhadap klien/konseli sehingga dapat membantu mengatasi masalah dengan cepat dan tepat tanpa menemui hambatan apapun. Dalam proses penanganan masalah klien/konseli tentu seorang konselor akan menggunakan pendekatan yang berbeda- beda disesuaikan dengan tingkat permasalahan yang dihadapi klien itu sendiri. Untuk itu pada makalah ini akan kami uraikan tentang berbagai pendekatan bimbingan konseling.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan tiga masalah, yaitu (1) Apa pengertian pendekatan bimbingan konseling dan (2) Apa saja jenis - jenis pendekatan bimbingan konseling (3) Bagaimana bimbingan konseling di sekolah. Adapun tujuan penelitiannya adalah untuk mengetahui dan memahami pengertian dari

pendekatan bimbingan konseling dan untuk mengetahui jenis jenis pendekatan bimbingan konseling serta untuk mengetahui bagaimana bimbingan konseling di sekolah dan memahami pendekatan apa yang cocok digunakan di sekolah.

Dari rumusan masalah dan tujuan penelitian diatas dapat diperkirakan akan banyak materi pembahasan tentang teori teori pendekatan bimbingan konseling yang disajikan dalam bentuk pembahasan, dengan melakukan penelitian terlebih dahulu melalui metode study literatur dengan mempelajari beberapa buku, e-book dan karya ilmiah tentang bimbingan dan konseling.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau literatur review. Literatur review merupakan ikhtisar komprehensif tentang penelitian yang sudah dilakukan mengenai topik yang spesifik untuk menunjukkan kepada pembaca apa yang sudah diketahui tentang topik tersebut dan apa yang belum diketahui, untuk mencari rasional dari penelitian yang sudah dilakukan atau untuk ide penelitian selanjutnya (Denney & Tewksbury, 2013). Jenis penulisan yang digunakan adalah studi literatur review yang berfokus pada hasil penulisan yang berkaitan dengan topik atau variabel penulisan. Penulis melakukan studi literatur ini setelah menentukan topik penulisan dan ditetapkannya rumusan masalah.

3. Hasil dan Pembahasan

a. Pengetian Pendekatan Bimbingan Konseling

Pendekatan diambil dari kata dalam Bahasa Inggris yaitu “Approach” dimana salah satu arti dari kata “Approach” ini adalah “Pendekatan. Dalam arti yang lebih luas pendekatan dapat diartikan sebagai seperangkat asumsi mengenai cara atau strategi dalam segala hal. Sedangkan dalam Bahasa Indonesia, Menurut Depdikbud (1990: 180) Pendekatan artinya cara, proses, perbuatan mendekati (hendak berdamai, bersahabat dan sebagainya). Dan secara Istilah Antropologi Pendekatan dapat diartikan sebagai usaha dalam rangka aktivitas meneliti untuk mengadakan hubungan dengan orang yang di teliti.

Bimbingan konseling berasal dari dua kata, yaitu bimbingan dan konseling. Bimbingan secara harfiah merupakan terjemah dari “guidance” dalam bahasa inggris, yang di dalamnya mengandung beberapa makna. Sertzer dan stone (dalam Salaahudin: 2010) mengemukakan bahwa “guidance” dari akar kata “guide” berarti:

mengarahkan (to direct), memandu (to pilot), mengelola (to manage), dan menyetir (to steer). Sedangkan menurut WS. Winkel (dalam Masdudi: 2012) istilah “guidance” mempunyai hubungan dengan “gunding” yang berarti showing a way (menunjukkan jalan), Leading (memimpin), according (menuntun) giving instructions (memberikan petunjuk) giving advice (memberikan nasehat).

Pengertian bimbingan oleh para ahli memberikan pengertian yang saling melengkapi satu sama lain. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:99) mengemukakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa. Tujuannya adalah agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. Sejalan dengan pendapat tersebut Djumhur dan Moh. Surya (dalam 9 Salahuddin: 2010) mengemukakan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis kepada individu untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Dengan demikian individu tersebut akan memiliki kemampuan untuk memahami dirinya (self understanding), kemampuan untuk menerima dirinya (self acceptance), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (self direction) dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya. (self realization) sesuai dengan kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah dan masyarakat.

Konseling secara etimologis berasal dari bahasa Latin, yaitu “consilium” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “sellan” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan” (Prayitno dan Erman Amti, 2008: 99). Konseling berdasarkan The New Grollier Webster International Dictionary (dalam Aip Badrujaman: 2014) merupakan alih bahasa dari bahasa Inggris counseling yang berasal dari bahasa Latin consilium yang berarti memberi saran, informasi, opini, dialog atau pertimbangan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain dalam rangka membuat keputusan atau tindakan yang akan datang. Menurut Juntika (2006: 10) konseling merupakan upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu

memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya. Sejalan dengan itu Winkel (2005:34) mendefinisikan konseling sebagai serangkaian kegiatan paling pokok dari bimbingan dalam usaha membantu konseli/ klien secara tatap muka dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus.

Yang di maksud bimbingan dan konseling adalah suatu proses bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang ahli yang telah mendapatkan latihan khusus untuk itu, dengan tujuan agar individu dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta dapat mengarahkan dan menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat

Menurut Sofyan Willis (2004: 55) Pendekatan dalam Bimbingan konseling atau pendekatan konseling juga dikenal dalam istilah asing yaitu “Counseling Approach” atau dikenal dengan teori konseling adalah merupakan dasar bagi suatu praktek konseling. Pendekatan itu dirasakan penting karena jika dapat dipahami berbagai pendekatan atau teori-teori konseling, akan memudahkan dan menentukan arah proses konseling. Akan tetapi, untuk kondisi Indonesia memilih pendekatan salah satu atau fanatik tidaklah bijaksana. Hal ini disebabkan suatu pendekatan konseling biasanya dilatar belakangi oleh paham filsafat tertentu mungkin saja tidak sesuai sepenuhnya dengan faham filsafat di Indonesia. Disamping itu mungkin layanan konseling yang dilaksanakan berdasar aliran tertentu kurang sesuai dengan kebutuhan masyarakat serta kondisi sosial, budaya, dan agama. Dunia konseling memilih berbagai macam pendekatan yang dapat dijadikan acuan dasar pada semua praktek konseling. Masing-masing teori tertentu dapat dikemukakan oleh ahli yang berbeda. Memahami berbagai pendekatan yang ada dalam konseling adalah kewajiban bagi tenaga profesional yang mengatas namakan dirinya konselor. Karena tidak bisa disangkal lagi bahwa teori konseling merupakan landasan dasar terbentuknya konseling yang efektif.

b. Jenis Jenis Pendekatan Bimbingan Konseling

Pendekatan bimbingan konseling secara umum terdiri dari 11 jenis pendekatan yaitu: a)

Psikoanalisis Counseling Approach, b) Eksistensial Humanistik Counseling Approach, c) Person Centered Counseling Approach, d) Behavioral Counseling Approach, e) Rational Emotive Behavioral Counseling Approach, f) Gestalt Counseling Approach, g) Analisis Transaksional Counseling Approach, h) Realitas Counseling Approach, i) Naratif Counseling Approach, j) Solution Focused Brief Counseling Approach, k) Feminist Counseling Approach.

Pendekatan - pendekatan ini digunakan oleh konselor diseluruh lapisan dunia, sebagai ciri khas dari setiap jenis pendekatan ini menjadi penanda bahwa bimbingan konseling kaya akan jenis pendekatan. Setiap jenis pendekatan dilahirkan dan dikembangkan oleh seorang tokoh dengan sepeggal pemikiran yang dilahirkan nya.

Pendekatan psikoanalisis dikembangkan oleh tokoh bernama Sigmund Freud (1856-1939), dimana pendekatan psikoanalisis ini memiliki teori struktur kepribadian yang terdiri dari 3 system yaitu "Id, Ego, dan Superego". Id, merupakan system utama kepribadian dan sumber utama dan merupakan penggerak ego dan superego yang erat kaitan nya dengan aktivitas jasmani. Ego, berfungsi sebagai eksekutif yang mengatur, mengontrol id dan superego dan meregulasi kepribadian untuk mengeseksekusi kebutuhan pada dunia nyata. Superego, merupakan wewenang moral dari kepribadian dan perwujudan internal dari nilai nilai dan prinsip moral dan cita cita tradisional masyarakat. System Id, Ego dan Superego saling berinteraksi, jika ego gagal menyalurkan kehendak Id menurut batasan realita dan nilai nilai moral, ia kan dihukum dengan kecemasan. Menurut Freud terdapat tiga kecemasan yang dapat di alami individu yaitu kecemasan realitas, kecemasan moral, dan kecemasan neurotic. (Akhmad Sugianto: 2018).

Pendekatan Eksistensial Humanistik adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Viktor Frankl dan Abraham Maslow, berfokus pada sifat dan kondisi manusia dimana hakikat konselingnya menekankan renungan filosofi tentang apa artinya menjadi manusia. Terapi eksistensial bertujuan agar klien mengalami keberadaan secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensipotensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya. Tujuan terapi eksistensial humanistik adalah meluaskan kesadaran diri klien, dan karenanya meningkatkan kesianggupan pilihannya, yakni menjadi bebas dan bertanggungjawab atas arah hidupnya. Terapi eksistensial juga bertujuan membantu klien agar mampu menghadapi kecemasan sehubungan

dengan tindakan memilih diri dan menerima kenyataan bahwa dirinya lebih dari sekedar korban kekuatan-kekuatan deterministik di luar dirinya. (Mahamaul.2015)

Pendekatan person cintered counseling dikembangkan oleh Carl Rogers pada tahun 1940-an, semula pendekatan ini bernama non-directive counseling yang hadir sebagai reaksi kontra terhadap pendekata psikoanalisis yang bersifat direktif dan tradisional. Pada tahun 1951 Rogers merubah nama pendekatannya menjadi Client-directive therapy (Pemusatan terapi pada diri klien) dimana memberikan kebebasan kepada konseli untuk mengungkapkan perasaan nya lebih jauh lagi. Perkembangan selanjutnya yaitu pada tahun 1957-1970-an yang menekankan pada pentingnya pemenuhan syarat untuk memulai suatu terapi. Dan perkembangan terakhir dimulia pada tahun 1980-an sampai pada tahun 1990-an yang berubah nama kembali menjadi Person Cintered Therapy yang disesuaikan dengan aplikasinya untuk semua pribadi menurut pandangan humanistic dan eksistensialisme.

Pendekatan Behavioral dikembangkan oleh Albert Bandura pada tahun 1970-an tokoh lainnya yang membantu adalah Skinner. Konseling behavior muncul sebagai kekuatan utama dalam psikologi dan memiliki pengaruh yang berarti dalam pendidikan, psikologi, psikoterapi, psikiatri, dan kerja sosial. Hakikat konseling menurut behavioral adalah proses membantu orang dalam situasi kelompok belajar tertentu dalam menyelesaikan masalah- masalah interpersonal, emosional dan pengambilan keputusan dalam mengontrol kehidupan mereka sendiri untuk mempelajari tingkah laku baru yang sesuai. Prosedur konseling dalam pendekatan behavior adalah penyusunan kontrak, asesmen, penyusunan, tujuan, implementasi, startegi dan evaluasi perilaku. Dengan prosedur konseling tersebut maka orientasi konseling behavior adalah pada perubahan tingkah laku yang maladatif menjadi adaptif.

pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), telah diciptakan dan dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1955, Ellis adalah seorang psikoterapis yang terinspirasi oleh ajaran-ajaran filsuf Asia, Yunani, Romawi dan modern yang lebih mengarah pada teori belajar kognitif. Teori REBT dari Ellis merupakan filsafat rasional yang diekspresikan lewat beberapa tingkah laku dalam bentuk tingkah laku emosional neurotik Manusia dapat menyusun kembali pemikiran rasionalnya, yang dikuti selanjutnya dengan pola tingkah laku. Konselng rasional emotif dilakukan

dengan menggunakan prosedur yang bervariasi dan sistematis yang secara khusus dimaksudkan untuk mengubah tingkah laku dalam batas-batas tujuan yang disusun secara bersama-sama oleh konselor dan klien.

Pendekatan gestlat dikembangkan oleh Federick Pearls yang dibantu oleh Laura Pearls. Dalam teori Gestlat Manusia dipandang memiliki kesanggupan memikul tanggung jawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai pribadi yang terpadu. Konseli terdorong ke arah keseluruhan dan integrasi pemikiran perasaan serta perilaku. Pandangannya anti deterministik dalam arti individu dipandang memiliki kesanggupan untuk menyadari bagaimana pengaruh masa lampau berkaitan dengan kesulitan-kesulitan sekarang. Konseling Gestalt membantu konseli agar berani menghadapi berbagai macam tantangan maupun kenyataan yang harus dihadapi. Tujuan ini mengandung makna bahwa konseli haruslah dapat berubah dari ketergantungan terhadap lingkungan/orang lain menjadi percaya pada diri, dapat berbuat lebih banyak untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya.

Pendekatan Analisis transaksional dikembangkan oleh Eric Berne pada tahun 1910-1970. Analisis Transaksional (AT) adalah salah satu pendekatan Psychotherapy yang menekankan pada hubungan interaksional. Transaksional maksudnya ialah hubungan komunikasi antara seseorang dengan orang lain. Adapun hal yang dianalisis yaitu meliputi bagaimana bentuk cara dan isi dari komunikasi mereka. Dari hasil analisis dapat ditarik kesimpulan apakah transaksi yang terjadi berlangsung secara tepat, benar dan wajar. Bentuk, cara dan isi komunikasi dapat menggambarkan apakah seseorang tersebut sedang mengalami masalah atau tidak (Gantina, 2011: 30). Pendekatan ini memiliki Struktur Ego yang terdiri dari 3 jenis ego, yaitu

- 1) Ego orang tua; Terdapat dua jenis ego orang tua, sebagai berikut: a. Orang tua yang membimbing ;yakni empatik dan penuh pengertian,peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain,serta menilai dan memberi batasan benar dan salah yang tegas b. Orang tua yang mengkritik;Hal ini cenderung mengkritik dan menggurui.Nada suara tinggi dan keras.Sering mengatakan “Tidak”jangan”biasanya kalau bicara sambil menunjuk (Thompson,et:al,2004,p.109:Corey,1986,p.109)
- 2) Ego dewasa; Ciri-cirinya berpikir logis “beidasaikan: fakta-fakta obyektif dalam mengambil keputusan,nalar,tidak. emosional

dan bersifat rasional.Kata-kata yang ditampilkan netral diplomatis,jelas dan tidak tergesa-gesa.Ekspresi wajah tenang dan nada suara datar (Thompson, et:al. 1,2004,p1 10::Corey. 1986,p1 10).

- 3) Ego Anak anak Ada 3 jenis ego anak anak yaitu (a) Anak yang alamiah (spontan: mengungkapkan perasan dan keinginan nya baik positif /negatif. (b) Profesor kecil: adalah menunjukkan kebijaksanaan, Ciri-cirinya adalah egosentris, manipulatif,dan kreatif. (c) Anak yang menyesuaikan diri: Melakukan penyesuaian diri terdapat ego orangtua yang dimainkan orang lain.Jenis ego state anak yang menyesuaikan diri adalah anak yang penurut dan anak yang pemberontak.

Pendekatan konseling Realitas

dikembangkan oleh William Glasser pada tahun 1962. Terapi Realitas muncul dari ketidakpuasan Glasser terhadap psikiatri psikoanalitik yang menitikberatkan fokus pada masa lalu. Terapi realitas adalah system yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Menurut Glasser ketika identitas sukses. tepat. kebutuhannya, orang tersebut Pencapuran identitas sukses ini terkait pada konsep 3R, yaitu keadaan telah mencapai dimana individu dapat menerima kondisi yang dihadapinya, dicapai dengan menunjukkan total behavior (perilaku total), yakni tindakan (acting), pikiran (thinking), perasaan (feeling), dan fisik (physiology) secara bertanggungjawab (responsibility), sesuatu realita (reality), dan benar (right), adapun konsep 3R yaitu: a). Tanggung jawab (Responsibility); Merupakan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhannya tanpa harus merugikan orang lain. b). Kenyataan (Reality); Merupakan kenyataan yang akan menjadi tantangan bagi individu untuk memenuhi kebutuhannya. Setiap individu harus memahami bahwa ada dunia nyata, dimana mereka harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam rangka mengatasi masalahnya. Realita yang dimaksud adalah sesuatu yang tersusun dari kenyataan yang ada dan apa adanya. c). Kebenaran (Right); Merupakan ukuran atau norma-norma yang diterima secara umum, sehingga tingkah laku dapat diperbandingkan. Individu yang melakukan hal ini mampu mengevaluasi diri sendiri bila melakukan sesuatu melalui perbandingan tersebut ia merasa nyaman bila mampu bertingkah laku dalam tata cara yang diterima secara umum.

Pendekatan Naratif Konseling Terapi

dikembangkan oleh Michael White dan David Epton pada tahun 1990, Terapi naratif mempunyai

pandangan konstruktionist sosial, naratif, postmodern yang menyoroti bagaimana kekuatan, pengetahuan dalam keluarga dan kebenaran serta sosial lainnya. Hakikat konseling naratif ini adalah untuk Menekankan konselor untuk mendengarkan tanpa menghakimi atau menyalahkan, menengaskan dan menghargai konseli. Konselor naratif melakukan upaya tanpa memaksakan sistem nilai mereka dan interpretasi. Berdasarkan konsep perilaku manusia, prinsip kerja konseling berdasarkan konseling naratif ini didasarkan atas asumsi Sebagai berikut:

- 1) Perspektif Naratif berfokus pada kemampuan manusia untuk berpikir kreatif dan imajinatif Praktisi Naratif tidak pernah menganggap bahwa ia tahu lebih banyak tentang kehidupan klien daripada yang mereka lakukan.
- 2) Klien adalah penafsir utama pengalaman mereka sendiri. 3 .Praktisi Naratif melihat orang sebagai agen aktif yang mampu memperoleh makna keluar dari duna pengaaman mereka.

Pendekatan SFBC/SFBT dikembangkan oleh Steve deShazer didukung oleh Insoo kim Berg. Pendekatan ini merupakan terapi singkat yang berfokus solusi. Prinsip dasar dari terapi smgkat berfokus solusi sebagai berikut: Manusia pada dasarnya sehat, memiliki kekuatan atau kelebihan. Insoo Kim Berg dan Steve de Shazer mengatakan bahwa kekuatan-kekuatan tersebut aktif dalam membantu klien/manusia menangani situasi mereka. Masalahnya bukan pada klien tidak dapat menyeksakan masalahnya tanpa pelatihan tambahan atau kepatuhan terhadap pandangan/nasihat konselor tentang masalah tersebut. Melainkan kekuatan yang melekat pada mereka lah yang pada akhirnya akan mereka gunakan dalam memecahkan masalah. 1. Manusia memiliki kemampuan (kompetensi) 2. Manusia memilki keberdayaan (kapasitas) untuk membangun (mengkontruksi) solusi 3. Manusia tidak terpaku pada masalah tetapi berfokus pada solusi 4. Perubahan terjadi sepanjang waktu 5. Manusia tidak bisa mengubah masa lalunya.

Pendekatan Feminist adalah terapi konseling yang berfokus pada isu gender dan kekuatan (power) sebagai inti dari proses terapi. Pendekatan ini dikembangkan oleh Mary Putman Jacobi pada tahun 1960. Hakikat manusia menurut teori Feminist ini adalah bahwa Perempuan dan laki laki bersosialisasi dengan cara yang berbeda, Ekspektasi peran gender sangat berpengaruh besar pada laki laki dan perempuan. Femininitas adalah kebalikan dari kekuatan, asertivitas dan kompeten, sedangkan

maskulinitas adalah kebalikan dari rasa takut, ketergantungan, emosionalitas atau kelemahan.

c. Pendekatan Behavioral Pada Bimbingan Konseling di Sekolah

Bimbingan Konseling merupakan salah satu instansi yang memegang peranan penting di lembaga pendidikan. Layanan bimbingan dan konseling ini hadir dan dikenal sebagai tempat para anak nakal yang memerlukan konseling di sekolah. Seperti halnya guru umum yang mengajar dan membimbing siswa di sekolah, maka guru BK mempunyai tugas yang lebih spesifik yaitu membimbing dan membina sikap dan perilaku siswa. Menjadi seorang guru BK tentu harus memenuhi standarisasi tertentu seperti kualifikasi pendidikan sarjana jurusan bimbingan konseling, memiliki dan menguasai 4 standar kompetensi BK dan sebagainya. Walaupun begitu pada praktiknya banyak ditemukan guru kelas yang terkadang melakukan bimbingan dan konseling terhadap murid nya di kelas, Maka hal itu dipandang wajar dan sah saja dilakukan selama guru tersebut memiliki dan memahami 4 standar kompetensi dalam melaksanakan bimbingan dan konseling di kelas.

Sebagaimana telah diuraikan pada pembahasan materi sebelumnya, terdapat 11 pendekatan bimbingan konseling yang dapat digunakan sebagai metode dalam proses bimbingan dan konseling yang dapat membantu guru yang bertindak sebagai konselor agar memberikan metode bimbingan dan terapi yang tepat bagi siswa sebagai konselinya. salah satu pendekatan bimbingan konseling yang banyak digunakan di sekolah adalah pendekatan Behavioral.

Pendekatan Behavioral dikembangkan oleh Albert Bandura pada tahun 1970-an tokoh lainnya yang membantu adalah Skinner. Konseling behavior muncul sebagai kekuatan utama dalam psikologi dan memiliki pengaruh yang berarti dalam pendidikan, psikologi, psikoterapi, psikiatri, dan kerja sosial. Hakikat konseling menurut behavioral adalah proses membantu orang dalam situasi kelompok belajar tertentu dalam menyelesaikan masalah- masalah interpersonal, emosional dan pengambilan keputusan dalam mengontrol kehidupan mereka sendiri untuk mempelajari tingkah laku baru yang sesuai. Prosedur konseling dalam pendekatan behavior adalah penyusunan kontrak, Secara umum pendekatan behavioral terdiri dari 17 tehnik konseling yaitu: a) Desentisasi Sistematis, b)Tehnik Relaksasi, c) Tehnik Flooding, d) Reinforcement

teknik, e) Modelling, f) Cognitive restructuring, g) Assertive Training, h) Self Management, i) Behavioral Rehearsal, j) Kontrak, k) Pekerjaan Rumah, l) Role Playing, m) Extinction (Penghapusan), n) Satiation (Penjenuhan), o) Punishment (Hukuman), p) Time-out, q) Terapi Aversi.

Teknik-teknik pendekatan behavioral di atas memiliki orientasi konseling yang terletak pada perubahan tingkah laku dari yang maladaptif menjadi adaptif. Dimana hakikat konseling menurut behavioral adalah proses membantu orang dalam situasi kelompok belajar tertentu dalam menyelesaikan masalah-masalah interpersonal, emosional dan pengambilan keputusan dalam mengontrol kehidupan mereka sendiri untuk mempelajari tingkah laku baru yang sesuai.

Adapun untuk bimbingan konseling di sekolah pendekatan behavioral dapat menggunakan teknik modelling. Dimana teknik ini berfungsi untuk memfasilitasi perubahan tingkah laku konseli/peserta didik dengan menggunakan model yang menampilkan figur positif di mata konseli. Selanjutnya teknik konseling behavioral yang dapat digunakan adalah teknik Self Management yaitu teknik yang dirancang untuk membantu konseli mengendalikan dan mengubah perilaku sendiri melalui pantau diri, kendali diri, dan ganjar diri. Kemudian dapat digunakan teknik Pekerjaan Rumah yakni teknik yang digunakan dengan cara memberikan tugas / aktivitas yang dirancang agar dilakukan konseli antara pertemuan konseling seperti mencoba perilaku baru, meniru perilaku tertentu, atau membaca bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapinya. Dan yang terakhir yang paling cenderung mudah untuk dilakukan dalam konseling behavioral di sekolah adalah teknik Punishment (Hukuman). Dimana Hukuman (Punishment) merupakan intervensi operant-conditioning yang digunakan konselor untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan sehingga konseli /peserta didik mendapat bimbingan sekaligus efek jera, dalam hal ini hukuman diarahkan ke dalam hal yang sifatnya mendidik bukan fisik. (Akhmad Sugianto 2018)

4. Simpulan

Pertama, konsep Pendekatan adalah merupakan sebuah metode bagi seorang konselor dalam menangani kliennya. melalui beberapa metode atau jenis pendekatan yang dipilih kemudian digunakan untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah maka sesungguhnya konselor telah berupaya meringankan beban pekerjaannya

sendiri, karena dengan menggunakan sebuah metode pendekatan dalam bimbingan konseling maka konselor tahu bagaimana harus melakukan terapi kepada kliennya melalui teknik-teknik konseling yang disarankan pada tiap-tiap metode pendekatan. Jenis metode pendekatan pun akan dipilih sesuai dengan jenis konseli yang berlatar belakang permasalahan yang cenderung berbeda.

Kedua, Mempelajari teori pendekatan bimbingan konseling menjadi sangat penting dilakukan dan urgensi ini memberi banyak kebermanfaatan terutama bagi seorang guru yang bekerja sebagai seorang pengajar dan pembimbing siswa di sekolah. Bimbingan konseling di sekolah dilakukan dengan memperhatikan standarisasi yang berlaku yang telah ditetapkan oleh lembaga pemerintah. Adapun salah satu jenis pendekatan yang dapat digunakan pada bimbingan konseling di sekolah adalah Pendekatan Behavioral, merupakan jenis pendekatan BK yang memiliki teknik-teknik konseling tertentu di antara teknik-teknik yang bisa digunakan dalam bimbingan konseling di sekolah menurut teori pendekatan behavioral yaitu teknik Self Management, teknik Pekerjaan Rumah dan teknik Punishment. Tiga teknik ini dapat menjadi sebuah terapi yang diberikan kepada siswa di sekolah.

Ketiga, penelitian yang membahas teori pendekatan bimbingan konseling ini tentu belum dapat memenuhi standar keilmuan yang berlaku. Kekurangan dan kelemahan akan sangat berpotensi dalam penulisan hasil dan pembahasan materi di atas, maka kritik dan saran yang membangun senantiasa kami harapkan demi kebaikan dan perbaikan pada penelitian lain mendatang.

5. Referensi

- Akhmad Sugianto. (2018). *Pendekatan dalam bimbingan dan konseling: Suatu kompilasi pendekatan dalam bimbingan konseling*. Banjarmasin: CV IRDH.
- Anas Salahudin. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.
- Syarifuddin Dahlan. (2014). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Zainal Aqib. (2012). *Bimbingan & Konselling Di Sekolah*. Bandung: Rama Widya.
- Syamsu Yusuf & A. Juntika Nurihsan. (2011). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya dan UPI.
- Muhammad Irham & Novan Ardy Wiyani. (2014). *Bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.

Abdurrahman Mas'ud. (2002). *Menggagas Format Pendidikan Non-Dikotomik: Humanisme Religius Sebagai Paradigma Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Gama Media.

Corey, G. (1975). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Prayitno & Erman Amfi. (1995). *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sofyan S. Willis. (2009). *Konseling Individual, Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.



© 2023 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/>).