

RUANG LINGKUP KONSELING

Haryatri

Email : haryatri@gmail.com

Universitas Terbuka

Abstrak : Bimbingan sebagai bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memilih, mempersiapkan diri dan memangku suatu jabatan. Bimbingan membantu individu untuk memahami dan menggunakan secara luas kesempatan-kesempatan pendidikan. Bimbingan adalah bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan anak muda atas kekuatannya dalam menentukan akan mengarahkan hidupnya sendiri. Dan bimbingan sebagai proses layanan yang diberikan kepada individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan dan rencana-rencana.

Kata Kunci: Ruang lingkup konseling, bimbingan

A. PENDAHULUAN

Konseling merupakan hubungan komunikasi antarpribadi sebagai proses yang harus dilalui oleh orang yang dilayani, yang bersifat psikologis. Dari beberapa definisi konseling tersebut kita dapat menyimpulkan bahwa konseling adalah sebuah proses wawancara yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada seseorang sehingga orang yang dilayani dapat lebih berkembang dalam kehidupannya. Pelayanan bimbingan dan konseling disekolah /madrasah dalam proses pendidikan berkaitan erat dengan upaya untuk mencapai tujuan pendidikan bagi peserta didik. pelayanan bimbingan dan konseling dalam proses pendidikan merupakan salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya.

Dalam Undang-undang No 20 Tahun 2003 Bab 1 Pasal 1, tentang Sistem Pendidikan Nasional. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya.

Layanan BK merupakan salah satu segi pendidikan yang mempunyai peran penting dalam upaya mencapai tujuan pendidikan nasional. bantuan yang diberikan dalam layanan BK dalam hal ini diarahkan dalam penguasaan sejumlah

potensi yang digunakan untuk menghadapi tantangan dan masalah-masalah yang dihadapi oleh peserta didik.

Tujuan pendidikan nasional sebagai mana yang telah dicantumkan dalam Undang-undang No 2 Tahun 1989 menjelaskan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti yang luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, sehat jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Bimbingan dan konseling merupakan sejumlah proses pemberian pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dari manusia, untuk manusia dan oleh manusia. Dari manusia artinya pelayanan itu diselenggarakan berdasarkan hakikat keberadaan manusia dengan segenap dimensi kemanusiannya. Untuk manusia, dimaksudkan bahwa penyelenggaraan tersebut diselenggarakan demi tujuan yang agung, mulia dan positif bagi kehidupan kemanusiaan menuju manusia yang seutuhnya, baik manusia sebagai individu maupun kelompok.

Adapun tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran tujuan

umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya itu.

a. Tujuan Konseling

Berikut adalah beberapa tujuan konseling (McLeod, 2008: 13-14)

1. Pemahaman.
Adanya pemahaman terhadap akar dan perkembangan kesulitan emosional
2. Hubungan dengan orang lain.
Menjadi lebih mampu mementuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna dan memuaskan dengan orang lain.
3. Kedararan diri.
Menjadi lebih peka terhadap perasaan dan pemikiran yang selama ini ditahan atau ditolak.
4. Penerimaan diri.
Pengembangan sikap positif terhadap diri, yang ditamndai oleh kemampuan menjelaskan pengalaman.
5. Pemecahan masalah.
Menemukan pemecahan masalah tertentu yang tidak bisa diselesaikan.
6. Aktualisasi diri atau individuasi.
Pergerakan ke arah pemenuhan atau penerimaan integrasi bagian diri.
7. Pendidikan psikologi.
Membuat konseling mampu menangkap ide dan teknik untuk memahami dan mengontrol tingkah laku.
8. Keterampilan sosial.
Mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan interpersonal.
9. Perubahan kognitif.
Mengganti kepercayaan yang irrasional dan pola pemikiran yang tidak dapat diadaptasi.
10. Perubahan tingkah laku.
Mengganti perilaku yang maladaptif.

11. Perubahan sistem.

Memprkenalkan perubahan dengan cara beroperasinya sistem sosial.

12. Penguatan.

Berkenan dengan keterampilan, kesadaran dan pengetahuan.

13. Restitusi.

Membantu konseling membuat perubahan kecil terhadap perilaku yang merusak

14. Reproduksi dan aksi sosial.

Menginspirasi dalam diri seseorang hasrat dan kapasitas untuk peduli kepada orang lain.

b. Konseling Berbeda dengan Konsultan

Pada suatu hari ada orangtua siswa datang kesekolah untuk bertemu dengan guru BK/guru Konselor/wali kelas. Tujuan kedatangan orangtua siswa tersebut adalah untuk menanyakan perkembangan anaknya selama disekolah. Kasus ini menjelaskan bahwa orangtua datang kesekolah untuk mengonsultasikan perkembangan anaknya selama disekolah.

c. Siapa Yang Harus Dilayani

Tugas pokok seorang guru adalah pelayanan total kepada seluruh siswa. Berbagai macam karakter, suku, tingkat ekonomi yang berbeda, usia, penampilan, dan tingkat kemampuan dalam hal akademik maupun nonakademik siswa akan guru temukan disekolah, guru wajib melayani seluruh siswa secara pribadi. Guru tidak boleh pilih kasih dalam pelayanannya.

d. Syarat-Syarat Konseling

Menurut Winkell (1989: 87-88), beberapa syarat yang dimaksud adalah sebagai berikut

1. Di pihak Konselor

- a) Tiga sikap pokok, yaitu menerima (acceptance), memahami (understanding), dan sikap bertidak dan berkata secara jujur.
- b) Kepekaan terhadap apa yang ada dibalik kata-kata yang diungkapkan konseling.
- c) Kemampuan dalam hal komunikasi yang tepat (rapport).

2. Di pihak Konseli
 - a) Motivasi yang mengandung keisyafan akan adanya suatu masalah.
 - b) Keberanian untuk mengungkapkan data-data yang ada dalam dirinya sehingga konselor akan lebih mudah memahami.
- e. Asas-Asas Dalam Konseling
 1. Bermakna.
 2. Mengandung unsur kognitif dan efektif.
 3. Berdasarkan sikap saling percaya dan saling terbuka.
 4. Berlangsung atas dasar saling memberi persetujuan
 5. Terdapat suatu kebutuhan dipihak konseli
 6. Terdapat komunikasi dua arah
 7. Mengandung strukturalisasi berazaskan kerelaan dan usaha bekerja sama
 8. Mengarah pada suatu perubahan
 9. Mengarah pada satu perubahan pada diri konseli
 10. Terdapat jaminan bahwa semua partisipan mereka aman.

B. TEKNIK KONSELING VERBAL

Teknik-teknik konseling secara verbal adalah sebagai berikut (Winkell, 1991:316):

1. Ajakan untuk memulai (invitation to talk)
2. Penerimaan / pengertian (acceptance/understanding)
3. Perumusan pikiran-gagasan / refleksi pikiran (reflection of content)
4. Perumusan perasaan/ refleksi perasaan (refleksi of feeling)
5. Penjelasan pikiran-gagasan/ refleksi pikiran (clarification of content)
6. Penjelasan perasaan/ klasifikasi perasaan (clarification of feelings)
7. Pengulangan satu-dua kata (accent)
8. Ringkasan/ rangkuman (summary)

9. Pertanyaan mengenai hal tertentu (PHT, Questioning/probing)
10. Pemberian umpan balik (feedback)
11. Pemberian informasi (information giving)
12. Penyajian alternatif (forking response)
13. Penyelidiki (investigation)
14. Pemberian struktur (stucturing)
15. Permintaan untuk melanjutkan (general lead)
16. Interpretasi (interpretation)
17. Konfrontasi (confrontation)
18. Diagnosis
19. Dukungan / bombongan (reassurance/support)
20. Usul /saran suggestion/advice)
21. Penolakan (criticism)

C. TEKNIK KONSELING NON-VERBAL

Berikut adalah teknik-teknik konseling nonverbal.

1. Anggukan kepala
2. Senyum
3. Tatapan mata
4. Intonasi
5. Ekspresi
6. Diam
7. Gerakan tangan
8. Gerakan bibir
9. Pakaian
10. Jarak tempat duduk

Ada beberapa alasan yang mendasari mengapa teknik-teknik nonverbal sangat penting untuk dilakukan.

1. Faktor nonverbal sangat menentukan makna komunikasi interpersonal.
2. Perasaan dan emosi lebih dicermati jika disampaikan lewat pesan nonverbal daripada pesan verbal.
3. Pesan nonverbal menyampaikan makna dan maksud yang relatif bebas dari penipuan, distorsi dan kerancuan.
4. Pesan nonverbal menyampaikan fungsi mekomunitif yang sangat diperlukan untuk mencapai

- komunikasi yang berkualitas tinggi.
5. Pesan nonverbal merupakan cara berkomunikasi yang lebih efisien daripada pesan verbal.
 6. Pesan nonverbal merupakan sarana sugesti yang paling tepat.

Dalam proses konseling, pengalaman nyata konseli dibiarkan muncul secara alamiah dan pengalaman yang diungkapkan tersebut merupakan hal yang memang harus disadarinya sehingga akan tampak/muncul dalam konsep dirinya.

D. KONSELING SIFAT DAN FAKTOR (TRAIT - FAKTOR COUNSELING)

Sifat (trait) adalah predisposisi untuk merespons secara sama kelompok stimulus yang mirip, suatu struktur neuropsikis yang memiliki kemampuan untuk menjadikan banyak stimulus berfungsi ekuivalen dan memulai serta membimbing bentuk-bentuk tingkah laku yang adaptif dan ekspresif (Allport, dalam Alwison, 2004: 276.) Allport menjelaskan ciri-ciri yang terpenting dalam sifat, yaitu.

1. Nyata sifatnya bukan konsep abstrak, tetapi objek nyata, yakni struktur neuropsikis.
2. Membuat banyak stimulus berfungsi ekuivalen.
3. Mengubah/menentukan tingkah laku.
4. Empiris dapat disimpulkan melalui berbagai pembuktian empiris.
5. Kemandirian yang relatif.

Sifat dimiliki seseorang melalui kerja sama antara aspek-aspek keturunan dengan aspek lingkungan belajar. Williamson (dalam Winkell, 1991: 349) merumuskan sejumlah asumsi yang mendasar mengenai konseling sifat dan faktor, yaitu.

1. Setiap individu mempunyai sejumlah kemampuan dan potensi, seperti taraf intelegensi, bakat khusus, dan taraf kreativitas serta taraf minat dan keterampilan.

2. Pola kemampuan dan potensi yang tampak pada seseorang menunjukkan hubungan yang berlainan dengan kemampuan dan keterampilan yang dituntut pada seorang pekerja di berbagai bidang pekerjaan.
3. Di institut pendidikan, program studi menuntut kurikulum dengan kualifikasi tertentu.
4. Setiap orang mampu, berkeinginan, dan berkecenderungan untuk mengenal diri sendiri serta memanfaatkan pemahaman diri dengan berfikir baik-baik.

Secara praktis, data dan fakta yang dibutuhkan adalah sebagai berikut:

1. Data tentang diri sendiri
2. Data tentang keluarga dekat
3. Data tentang lingkungan hidup

Pendekatan ini dapat digunakan pada kasus-kasus konseling yang mengandung unsur-unsur jabatan dan akademik dimana konseli harus menghadapi keharusan untuk memilih diantara beberapa alternatif.

E. KONSELING BEHAVIORISTIK

Behavioristik adalah pandangan ilmu tentang tingkah laku manusia. Setiap manusia dipandang memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama. (Corey, 1988). Menurut Haag dan David (Meleod, 2008), teknik-teknik yang biasa digunakan untuk mendapat sasaran perilaku dengan konseli adalah sebagai berikut.

1. Menentang keyakinan irasional.
2. Membingkai kembali isu, menerima emosi internal sebagai suatu yang menarik daripada sesuatu yang menakutkan.
3. Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan dari dalam bermain peran (role play) dengan konselor.
4. Mencoba menggunakan berbagai pernyataan diri yang berbeda dengan situasi riil.
5. Mengukur perasaan konseli.

6. Melatih keterampilan sosial dan asertivitas.
7. Menugaskan pekerjaan rumah. Mempraktikkan perilaku baru dan strategi kognitif.

Konseling behavioristik berpangkal pada keyakinan martabat manusia yang sebagian bersifat filosofis dan bercorak psikologis, yaitu.

1. Manusia pada dasarnya tidak berakhlak baik dan buruk, bagus dan jelek.
2. Manusia mampu berefleksi atas tingkah lakunya dan mengatur serta mengontrol perilakunya sendiri.
3. Manusia mampu memperoleh dan membentuk sendiri pola tingkah lakunya yang baru memulai proses belajar.
4. Manusi dapat memengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh perilaku orang lain.

Beberapa teknik yang ditawarkan dalam terapi tingkah laku (Coray,1988) adalah sebagai berikut:

1. Desensitisasi
2. Terapi implosif
3. Latihan asertif
4. Terapi aversi
5. Pengondisian operan

Bagi konselor behavioristik perilaku konseli merupakan hasil dari pengalaman-pengalaman hidupnya dalam interaksi dengan lingkungan.

F. TERAPI EMOTIF RASIONAL (RATIONAL - EMOTIVE THERAPY [RET])

Terapi emotif rasional (rational-emotive therapy) adalah aliran yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Corak konseling RET berpangkal pada keyakinan tentang martabat manusia dan proses manusia mengubah diri:

1. Manusia adalah makhluk yang manusiawi, artinya bukan

manusia super. Manusia kekurangan dan keterbatasan, yang dapat mereka atasi sampai taraf tertentu.

2. Perilaku manusia sangat berpengaruh oleh bekal bawaan, tetapi sekaligus juga tergantung pa pilihan-pilihan yang dibuat sendiri.
3. Hidup secara rasional berarti berfikir, berperasaan, dan berperilaku sedemikian rupa sehingga kebahagiaan hidup dapat dicapai secara efektif dan efisien.
4. Manusi memiliki kecenderungan kuat untuk hidup secara rasional sekaligus irasional.
5. Orang kerap berpegangan pada keyakinan yang sebenarnya kurang masuk akal (irasional belief) yang ditanamkan sejak kecil dalam lingkungan kebudayaan atau diciptakan sendiri.
6. Pikiran-pikiran manusia biasanya menggunakan lambang-lambang verbal dan dituangkan dalam bentuk bahasa.
7. Bilamana seseorang mersa tidak bahagia dan mengalami gejala-gejolak pereraan yang tidak menyenangkan serta me bunuh semangat hudup.
8. Untuk membantu konseli mencapai taraf kebahagiaan hidup yang lebih baik secara lebih rasional.
9. Mengubah diri untuk berfikir rasional bukanlah perkara mudah karena oarang memiliki kecenderungan untuk mempertahankan keyakinan – keyakinan yang sebenarnya tidak masuk akal.

Ellis (Corey, 1988: 250) memberikan gambaran tentang apa yang harus dilakukan konselor ketika mempraktekkan RET.

1. Mengajak konseli untuk berfikir tentang beberpa gagasan dasar

yang irasional yang telah termotivasi oleh banyak gangguan tingkah laku.

2. Menentang konseli untuk menguji gagasan-gagasannya.
3. Menunjukkan kepada konseli ketidak logisan pemikirannya.
4. Menggunakan suatu analisis logika untuk meminimalkan keyakinan-keyakinan irasional konseli.
5. Menunjukkan bahwa keyakinan-keyakinan itu tidak ada gunanya dan bagaimana keyakinan-keyakinan itu akan mengakibatkan gangguan emosional dan tingkah laku masa depan.
6. Menggunakan absurditas dan humor untuk menghadapi keyakinan irasional konseli.
7. Menerangkan bagaimana gagasan-gagasan yang irasional bisa diganti dengan gagasan-gagasan yang rasional.
8. Mengajari konseli bagaimana menerapkan pendekatan ilmiah pada cara berfikir sehingga konseli bisa mengamati dan meminimalkan gagasan yang irasional dan kesimpulan-kesimpulan yang tidak logis sekarang maupun masa yang akan datang.

G. EKLEKTIK

Konseling eklektik, menurut Thorne (Winkell, 1991: 372), bermaksud mengembangkan dan memanfaatkan kemampuan konseli untuk berfikir benar dan tepat sehingga konseli menjadi mahir dalam memecahkan persoalan-persoalan yang dihadapinya (problem solving).

Menurutnya, hukum perubahan universal menyatakan bahwa perilaku adalah hasil.

1. Status organisme
2. Status situasi dalam perubahan lingkungan interpersonal
3. Situasi atau kondisi umum.

Menurut eklektik, kebutuhan dasar konseli adalah mencapai level tertinggi

dari integritasnya sepanjang waktu. Dalam konseling eklektik peran konselor sangat fleksibel.ada kemungkinan pada satu masalah konselor berperan sebagai psikoanalisis dan pada masalah lain berperan sebagai klien. Untuk itu, konselor harus peka dengan pendekatan yang harus digunakan untuk membantu masalah konseli.

Dari lima teori konseling tersebut, selanjutnya kita dapat mengembangkan model pendekatan untuk wawancara konseling. Berikut adalah pemahaman masing-masing teori konseling beserta contoh kasusnya sehingga konselor bisa menggunakan pendekatan yang tepat untuk membantu memecahkan masalah konseli.

1. Konseling berpusat klien

Digunakan untuk menangani konseli yang menentukan pilihan-pilihan yang terkait dengan kehidupannya sehari-hari.

2. Konseling sifat dan faktor

Digunakan untuk menangani masalah konseli terkait dengan pilihan-pilihan hidup berhubungan dengan karir/jabatan.

3. Konseling behavioristik

Digunakan untuk membantu masalah konseli yang terkait dengan pelaku-pelaku maladaptif.

4. Terapi emotif rasional

Dapat digunakan untuk membantu konseli yang berpandangan irasional.

5. Eklektik

Digunakan untuk membantu konseli yang kurang bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sekitar.

H. LANGKAH KERJA WAWANCARA KONSELING

Untuk melakukan wawancara konseling, konselor menggunakan langkah kerja/fase agar apa yang akan dibicarakan dan diselesaikan bersama konseli dapat tersusun secara sistematis. Berikut adalah beberapa langkah dalam proses konseling menurut para ahli.

1. Mears dan Thorne (dalam Mcleod,2008:366)

Ada tiga fase dalam proses konseling, yaitu.

- a. Fase awal
 - b. Fase tengah
 - c. Fase akhir
2. Williamson (koestoer, 1984:58)
 - a. Analisis
 - b. Sintesis
 - c. Diagnosis
 - d. Prognosis
 - e. Tindak lanjut
 3. Winkell (1991:277)
 - a. Fase pembukaan,
 - b. Fase penjelasan masalah
 - c. Fase panggilan masalah
 - d. Fase penyelesaian masalah
 - e. Fase penutup

Hal yang dilakukan konselor dalam hubungan awal adalah sebagai berikut.

1. Menyambut kedatangan klien
2. Mempersilahkan klien duduk
3. Konselor mengajak klien berbasa-basi
4. Konselor wajib menjelaskan alasan klien dipanggil
5. Konselor mempersilahkan klien untuk mengungkapkan masalahnya.

Konseli mengungkapkan hal yang ingin dibicarakan dengan konselor. Inisiatif berada dipihak konseli. Konseli bebas mengutarakan apa yang akan diungkapkan. Sambil mendengar ungkapan masalah konseli, konselor mulai menentukan pendekatan yang tepat terhadap masalah konseli tersebut.

Di dalam penjelasan masalah biasanya konseli hanya mengungkapkan hal-hal pokok yang menjadi beban pikiran dan perasaan. Menurut Winkell (1991: 339-370), beberapa strategi yang bisa dilakukan untuk melakukan penggalian masalah terhadap masing-masing pendekatan adalah sebagai berikut.

1. Behavioristik
2. Konseling terapi emotif
3. Wawancara pengambilan keputusan
4. Konseling sifat dan faktor
5. Konseling wawancara untuk penyesuaian diri

Konselor dan konseli membahas pilihan-pilihan yang akan dibuat oleh konseli. Konselor akan menentukan konseli agar semakin terbuka untuk berani mengambil keputusan terhadap masalah. Menurut Winkell (1991: 339-370), beberapa strategi yang bisa digunakan untuk melakukan panggilan masalah yang bisa digunakan untuk melakukan penggalian masalah pada masing-masing pendekatan adalah sebagai berikut.

1. Behavioristik
2. Konseling terapi emotif
3. Wawancara pengambilan keputusan
4. Konseling sifat dan faktor
5. Konseling wawancara untuk penyesuaian diri.

Jika konseli sudah merasa mantap dengan keputusan selama konseling, pertemuan dapat diakhiri. Konselor memberikan ringkasan dari apa yang sudah dibicarakan sejak awal sampai akhir. Ringkasan ini dapat dilakukan oleh konseli atau konselor. Jika pertemuan dirasa belum selesai, konselor dan konseli dapat membuat janji lagi sesuai dengan jadwal dan waktu yang telah disepakati bersama.

Meskipun wawancara konseling sudah berakhir, konselor wajib memantau konseli untuk melihat perkembangan yang sudah terjadi dalam dirinya. Kegiatan ini juga bisa dilakukan secara terjadwal sesuai waktu yang telah disepakati. Hal yang dilakukan adalah mengevaluasi keberhasilan konseli dalam melaksanakan alternatif pilihan/keputusan yang telah disepakatinya.

Langkah-langkah kerja dan skema untuk menyelesaikan permasalahan dengan pendekatan konseling behavioristik:

1. Hubungan awal

Konselor membangun hubungan yang hangat dengan konseli

Contoh:

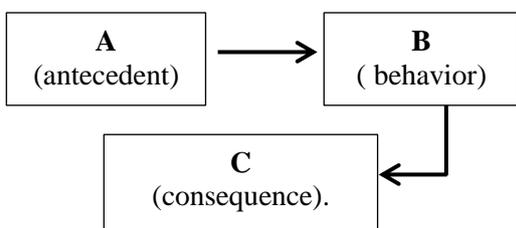
- a. Konselor menyambut kedatangan klien
- b. Konselor mengajak klien berbasa-basi
- c. Konselor mempersiapkan klien untuk mengungkapkan masalahnya.

2. Penjelasan masalah

Konselor mengajak konseli untuk mengungkapkan apa yang menjadi kebingungan, kesulitan atau masalah yang dihadapi.

3. Penggalan masalah

Konselor menggali informasi yang lebih dalam dari konseli. Data-data yang akan digali terkait dengan kejadian pada masa sekarang, pengalaman-pengalaman negatif yang pernah dialami pada masa lalu, perasaan-perasaan sekarang, perasaan - perasaan yang tidak menyenangkan pada kejadian masa lalu ketika mengalami kejadian yang kurang meyenangkan dan konsekuensi yang telah dilakukan setelah kejadian.



4. Penyelesaian masalah

5. Hubungan akhir

6. Tindak lanjut

Sementara langkah-langkah kerja dan skema untuk menyelesaikan permasalahan dengan pendekatan konseling terapi emotif rasional:

1. Hubungan awal

Konselor membangun hubungan yang hangat dengan konseli

Contoh:

- Konselor menyambut kedatangan klien
- Konselor mengajak klien berbasi-basi
- Konselor mempersiapkan klien untuk mengungkapkan masalahnya.

2. Penjelasan masalah

Konselor mengajak konseli untuk mengungkapkan apa yang menjadi kebingungan,kesulitan atau masalah yang dihadapi.

3. Penggalan masalah

Konselor menggali informasi yang lebih dalam dari konseli. Data-data yang akan digali terkait dengan kejadian

tertentu. (activating event, activating exsperience) tanggapan terhadap kejadian yang dialami konseli (belief) yang menimbulkan pikiran irasional dari setelah kejadian itu direpson, akibat pandangan irasional (consequence).

4. Penyelesaian masalah

5. Hubungan akhir

6. Tindak lanjut.

Pada Langkah-langkah kerja dan skema untuk menyelesaikan permasalahan dengan pendekatan konseling wawancara pengambilan keputusan:

1. Hubungan awal

Konselor membangun hubungan yang hangat dengan konseli

Contoh:

- Konselor menyambut kedatangan klien
- Konselor mengajak klien berbasi-basi
- Konselor mempersiapkan klien untuk mengungkapkan masalahnya.

2. Penjelasan masalah

Konselor mengajak konseli untuk mengungkapkan yang menjadi kebingungan,kesulitan, atau maslah yang dihadapinya.

- Konsentrasi belajar agak terganggu
- Nilai rapornya sudah beberapa kali turun
- Ia cemas nilai ulangnya turun
- Ia takut tidak lulus ujian akhir nasional (UAN)

3. Menggali masalah

Konselor menggali informasi yang lebih dalam dari konseli, unsur penting (pokok) yang mendukung munculnya konflik konseli, perasaan dan fikiran konseli, orang-orang yang terlibat sehingga ikut memunculkan konflik konseli.

- Asal usul maslah
 - Unsur-unsur pendukung kemunculan konflik
 - Orang-orang yang terlibat
 - Pikiran dan perasaan
- #### 4. Penyelesaian masalahnya
- Norma
 - Keuntungan dan kerugian
 - Pertanyaan-pertanyaan pembanding

- d. Penyesuaian.
5. Hubungan akhir
6. Tindak lanjut.

Pada langkah-langkah kerja dan skema untuk menyelesaikan permasalahan dengan pendekatan konseling sifat dan faktor:

1. Hubungan awal

Konselor membangun hubungan yang hangat dengan konseli

Contoh:

- a) Konselor menyambut kedatangan klien
- b) Konselor mengajak klien berbasi-basi
- c) Konselor mempersiapkan klien untuk mengungkapkan masalahnya.

2. Penjelasan masalah

Konselor mengajak konseli untuk mengungkapkan yang menjadikan kebingungan, kesulitan atau masalah yang dihadapi.

3. Panggilan masalah

Konselor menggali informasi yang lebih dalam dari konseli. Contoh

- a. Asal usul masalah
- b. Data diri heri
- c. Unsur-unsur pokok yang mendukung konflik
- d. Perasaan heri
- e. Pikiran heri
4. Penyelesaian masalah
5. Hubungan akhir
6. Tindak lanjut

I. DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2004. Psikologi kepribadian. Malang:UMM
- Borg, james.2009. Bahasa tubuh. Yogyakarta: Think.
- Branden,N.2001.The psychologi of self estreem:A Revolusioner Approach to self Understanding that launced a new era in Modern psychology(computer file)Boulde.CO:Netlibrary
- Burn,R,B(1993).Konsep Diri:Teori, pengukuran perkembangan dan perilaku,Alih bahasa oleh Eddy.jakarta:Arcan.
- Capuzzi,D,& Gross R.D,2007. Caunseling and psychotherapy,theories and

intervention.New jersey columbus ohio: person prentice Hall.

Choiruman,U.2010. Bina Mental Remaja Akibat Self Esteem Rendah. Malang:Makalah.

Cobb,B,Sample,L.P,ALWELL M,& Johns,N.R,2006.Cognitive Behavioral interventions,Dropout and Youth With disabilities, Asystematic review.jurnal remedial spacial education.27(5):259-275.

Coon,D. 1985. Essentials of psychology.USA:West publishing company

Coopersmith,s.(1967).The Antecedents of self Esteem san fransisco:W.H. Freeman and company.

Daunic,P,A, Smith W.S,Brank,M,E. Penfield,D.R.2006. CLASROOM – Based cognitive behavioral intervention to prevent Agression:Efficacy and social validity. Journal of social psychology.44:123-139

Daw,G.2008. Increasing self esteem Through art therapy,montreal, quebec,canada:Research paper.

Field,l.2001. creating self esteem,a practical guide to realizing your true worth vermilon:Imprint of ebuty press.

Corey. Gerald. 1988. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung:Eresco.

Hall. Calvin S. Dan Gardner Lindzay. 1993. Teori-Teori Holistik (Organismik-Fenomenologis). Yogyakarta: Kanisius.

Munandir. 1996. Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Ditjen Dikti P2TA.

Prayitno. 2004. Seri Kegiatan Pendukung Konseling. Padang: Jurusan BK FIP UNP.

Buku III : Pelayanan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Umum (SMU). Jakarta: Penebar Aksara.