



Teknik Bimbingan Konseling dalam Mengembangkan Potensi Siswa di Sekolah

Jaja Suteja¹

¹*Jurusan Bimbingan Konseling Islam*

Institut Agama Islam Negeri Syekh Nurjati Cirebon

Jl. Perjuangan By Pass Cirebon, 45132, Indonesia

ABSTRAK

Di sekolah, upaya untuk menangani siswa yang bermasalah, khususnya yang terkait dengan pelanggaran disiplin sekolah dapat dilakukan melalui dua pendekatan yaitu: (1) pendekatan disiplin dan (2) pendekatan bimbingan dan konseling. Penanganan siswa bermasalah melalui pendekatan disiplin merujuk pada aturan dan ketentuan (tata tertib) yang berlaku di sekolah beserta sanksinya. Tetapi yang harus diingat, bahwa sekolah bukan “lembaga hukum” yang harus mengobrol sanksi kepada siswa yang mengalami penyimpangan perilaku sosial. Sebagai lembaga pendidikan, justru kepentingan utamanya adalah bagaimana berusaha menyembuhkan segala penyimpangan perilaku sosial yang terjadi pada para siswanya.

Oleh karena itu, model pendekatan yang kedua perlu digunakan yaitu pendekatan melalui Bimbingan dan Konseling. Pendekatan ini, berbeda dengan pendekatan disiplin yang memungkinkan pemberian sanksi untuk menghasilkan efek jera, penanganan siswa bermasalah melalui Bimbingan dan Konseling justru lebih mengutamakan pada upaya penyembuhan dengan menggunakan berbagai layanan dan teknik yang ada. Penanganan siswa bermasalah melalui Bimbingan dan Konseling sama sekali tidak menggunakan bentuk sanksi apa pun, tetapi lebih mengandalkan pada terjadinya kualitas hubungan interpersonal yang saling percaya di antara konselor dan siswa yang bermasalah, sehingga setahap demi setahap siswa tersebut dapat menyadari kesalahannya.

Kata kunci:

1. Pendahuluan

Pendidikan di sekolah hingga kini masih merupakan sektor yang sangat penting bagi peningkatan kualitas, pengembangan diri, memaksimalkan potensi diri dan perubahan perilaku masyarakat di sebuah bangsa. Ia merupakan sebuah proses untuk menciptakan generasi yang pada awalnya tidak berdaya menjadi berdaya, yang semula tidak tahu menjadi tahu, yang sebelumnya tidak mengerti apa-apa menjadi mengerti terhadap sesuatu. Melalui aktivitas pendidikan itu pula setiap peserta didik diharapkan 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, peserta didik diharapkan memiliki kompetensi terkait dengan kemampuannya beraktualisasi untuk pengembangan dirinya

maupun berbuat untuk kepentingan masyarakat di lingkungan *sekitarnya*. Kompetensi yang mereka peroleh dari hasil belajar di lembaga pendidikan dari mulai SD, SMP, SMA hingga Perguruan Tinggi tersebut diharapkan menjadi modal baginya untuk membantu dirinya dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan sekaligus beraktualisasi demi kepentingan keluarga dan masyarakat sekitarnya.

Menurut Abdurrahman Mas'ud (2002), menyebut pendidikan khususnya pendidikan agama Islam sebagai upaya untuk menciptakan peserta didik agar mampu mewujudkan perannya sebagai hamba dan Khalifatullah. Perannya sebagai hamba, menunjukkan bahwa setiap makhluk Allah wajib belajar dan mencari ilmu setinggi-tingginya dalam memaksimalkan potensi fithrahnya, dan perannya sebagai khalifatullah menunjukkan bahwa setiap orang adalah pemimpin baik bagi dirinya sendiri maupun pemimpin untuk orang lain. Seorang pemimpin kelak akan diminta pertanggung jawaban terhadap apa yang dipimpinya.

Dalam proses pendidikan di sekolah, siswa sebagai subjek didik, merupakan pribadi-pribadi yang unik dengan segala karakteristiknya. Siswa sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan, memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungannya. Sebagai pribadi yang unik, terdapat perbedaan individual antara siswa yang satu dengan lainnya. Di samping itu, siswa sebagai pelajar, senantiasa terjadi perubahan tingkah laku sebagai hasil proses belajar.

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

Apabila ditinjau secara psikologis, hal ini merefleksikan sebuah harapan dan tuntutan betapa pendidikan semestinya mampu memaksimalkan dan mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri peserta didik. Pengembangan potensi-potensi tersebut pada akhirnya diharapkan membuat mereka mampu menjadi manusia yang berkualitas dan berdaya saing sehingga mereka bisa mengaktualisasikan perannya secara individual dan sosial. Dengan demikian, pendidikan tidak hanya dituntut mampu menyiapkan peserta didik yang memiliki kompetensi secara personal akan tetapi juga mempunyai kemampuan dalam berinteraksi dan berperan di tengah lingkungan sosialnya.

Atas dasar hal tersebut, maka pendidikan harus diarahkan pada upaya memaksimalkan dan mengembangkan potensi peserta didik agar ia mampu mewujudkan dua peran ganda sekaligus, baik peran individual maupun peran sosial. Dalam upaya memaksimalkan potensi siswa, tidak hanya terbatas pada kemampuan kognitif atau *cognitive domain*, tapi juga harus diarahkan pada terbentuknya keseimbangan dengan *moral and sosial action*. Itu sebabnya dalam implementasinya pendidikan saat ini tidak sekadar mengangkat harkat kemanusiaan seseorang dari sisi intelektualnya, akan tetapi juga memberikan bekal agar ia secara seimbang juga memahami dan mampu mewujudkan nilai-nilai kehidupan atas dasar etika, estetika dan kinestetika.

Untuk bisa mengantarkan pendidikan sesuai dengan harapan tersebut, maka peran guru bimbingan konseling jelas sangat dibutuhkan dalam memaksimalkan potensi siswa. Kemampuan guru dalam mengelola kegiatan belajar mengajar yang efektif dan efisien sangat erat kaitannya dengan pencapaian sejumlah kompetensi peserta didik melalui optimalisasi seluruh potensi yang dimilikinya. Kemampuan guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa pun memiliki peran yang sangat strategis baik dalam aspek psikologis, pembinaan mental maupun dalam pemberian informasi karir maupun penyaluran kerja.

Perkembangan ilmu dan teknologi dan disertai dengan perkembangan sosial budaya yang berlangsung dengan deras dewasa ini menyebabkan peranan guru menjadi meningkat dari sebagai pengajar menjadi sebagai pembimbing. Begitu juga dengan kepala sekolah yang memiliki tanggung

jawab untuk mengkoordinasikan segenap kegiatan yang diprogramkan di sekolah, sehingga kegiatan pengajaran, pelatihan dan bimbingan merupakan suatu kesatuan yang terpadu harmonis dan dinamis.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen dalam keseluruhan sistem pendidikan khususnya di sekolah dan guru sebagai salah satu pendukung unsur pelaksana pendidikan yang mempunyai tanggung jawab sebagai pendukung pelaksana layanan bimbingan pendidikan di sekolah, dituntut untuk memiliki wawasan yang memadai terhadap konsep-konsep dasar bimbingan dan konseling di sekolah.

Bimbingan adalah proses bantuan yang sistematis yang diberikan oleh konselor/pembimbing kepada klien agar klien dapat :

1. memahami dirinya,
2. mengarahkan dirinya,
3. memecahkan masalah yang dihadapinya,
4. menyesuaikan diri dengan lingkungannya (keluarga, sekolah, masyarakat),
5. mengambil manfaat dari peluang-peluang yang dimilikinya dalam rangka mengembangkan diri sesuai dengan potensi-potensinya, sehingga berguna bagi dirinya dan masyarakat. (Anas Sholehudin, 2010 : 13)

Konseling (penyuluhan) adalah hubungan tatap muka antara konselor dan klien dalam rangka membantu klien untuk mencapai tujuan-tujuan di atas. Dalam hal ini, konseling merupakan inti kegiatan dan salah satu teknik utama dalam bimbingan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa semua konseling merupakan kegiatan bimbingan, tetapi tidak semua kegiatan bimbingan termasuk ke dalam konseling.

Dasar pemikiran penyelenggaraan bimbingan dan konseling di Sekolah/Madrasah, bukan semata-mata terletak pada ada atau tidak adanya landasan hukum (perundang-undangan) atau ketentuan dari atas, namun yang lebih penting adalah menyangkut upaya memfasilitasi peserta didik yang selanjutnya disebut konseli, agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya (menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, sosial, dan moral-spiritual).

Konseli sebagai seorang individu yang sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*on becoming*), yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan tersebut, konseli memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Di samping itu terdapat suatu keniscayaan bahwa proses perkembangan konseli tidak selalu berlangsung secara mulus, atau bebas dari masalah. Dengan kata lain, proses perkembangan itu tidak selalu berjalan dalam alur linier, lurus, atau searah dengan potensi, harapan dan nilai-nilai yang dianut. (Anas Sholehudin, 2010 : 24)

Perkembangan konseli tidak lepas dari pengaruh lingkungan, baik fisik, psikis maupun sosial. Sifat yang melekat pada lingkungan adalah perubahan. Perubahan yang terjadi dalam lingkungan dapat mempengaruhi gaya hidup (*life style*) warga masyarakat. Apabila perubahan yang terjadi itu sulit diprediksi, atau di luar jangkauan kemampuan, maka akan melahirkan kesenjangan perkembangan perilaku konseli, seperti terjadinya stagnasi (kemandegan) perkembangan, masalah-masalah pribadi atau penyimpangan perilaku. Perubahan lingkungan yang diduga mempengaruhi gaya hidup, dan kesenjangan perkembangan tersebut, di antaranya: pertumbuhan jumlah penduduk yang cepat, pertumbuhan kota-kota, kesenjangan tingkat sosial ekonomi masyarakat, revolusi teknologi informasi, pergeseran fungsi atau struktur keluarga, dan perubahan struktur masyarakat dari agraris ke industri.

Iklim lingkungan kehidupan pelajar yang kurang sehat, seperti : maraknya tayangan pornografi di televisi dan VCD; penyalahgunaan alat kontrasepsi, minuman keras, dan obat-obat terlarang/narkoba yang tak terkontrol; ketidak harmonisan dalam kehidupan keluarga; dan dekadensi moral orang dewasa sangat mempengaruhi pola perilaku atau gaya hidup konseli (terutama pada usia remaja) yang cenderung menyimpang dari kaidah-kaidah moral (akhlak yang mulia), seperti: pelanggaran tata tertib Sekolah/Madrasah, tawuran, meminum minuman keras, menjadi pecandu Narkoba atau NAPZA

(Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya, seperti: ganja, narkotika, *ectasy*, putau, dan sabu-sabu), kriminalitas, dan pergaulan bebas (*free sex*). (Jaja Suteja, 2007 : 5)

Penampilan perilaku pelajar seperti di atas sangat tidak diharapkan, karena tidak sesuai dengan sosok pribadi manusia Indonesia yang dicita-citakan, seperti tercantum dalam tujuan pendidikan nasional (UU No. 20 Tahun 2003), yaitu: (1) beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, (2) berakhlak mulia, (3) memiliki pengetahuan dan keterampilan, (4) memiliki kesehatan jasmani dan rohani, (5) memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri, serta (6) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Tujuan tersebut mempunyai implikasi imperatif (yang mengharuskan) bagi semua tingkat satuan pendidikan untuk senantiasa memantapkan proses pendidikannya secara bermutu ke arah pencapaian tujuan pendidikan tersebut.

Upaya menangkal dan mencegah perilaku-perilaku yang tidak diharapkan seperti disebutkan, adalah mengembangkan potensi konseli dan memfasilitasi mereka secara sistematis dan terprogram untuk mencapai standar kompetensi kemandirian. Upaya ini merupakan wilayah garapan bimbingan dan konseling yang harus dilakukan secara proaktif dan berbasis data tentang perkembangan konseli beserta berbagai faktor yang mempengaruhinya.

Dengan demikian, pendidikan yang bermutu, efektif atau ideal adalah yang mengintegrasikan tiga bidang kegiatan utamanya secara sinergi, yaitu bidang administratif dan kepemimpinan, bidang instruksional atau kurikuler, dan bidang bimbingan dan konseling. Pendidikan yang hanya melaksanakan bidang administratif dan instruksional dengan mengabaikan bidang bimbingan dan konseling, hanya akan menghasilkan konseli yang pintar dan terampil dalam aspek akademik, tetapi kurang memiliki kemampuan atau kematangan dalam aspek kepribadian.

Pada saat ini telah terjadi perubahan paradigma pendekatan bimbingan dan konseling, yaitu dari pendekatan yang berorientasi tradisional, remedial, klinis, dan terpusat pada konselor, kepada pendekatan yang berorientasi perkembangan dan preventif. Pendekatan bimbingan dan konseling perkembangan (*Developmental Guidance and Counseling*), atau bimbingan dan konseling komprehensif (*Comprehensive Guidance and Counseling*). Pelayanan bimbingan dan konseling komprehensif didasarkan kepada upaya pencapaian tugas perkembangan, pengembangan potensi, dan pengentasan masalah-masalah konseli. Tugas-tugas perkembangan dirumuskan sebagai standar kompetensi yang harus dicapai konseli, sehingga pendekatan ini disebut juga bimbingan dan konseling berbasis standar (*standard based guidance and counseling*). Standar dimaksud adalah standar kompetensi kemandirian. (Gerald Corey, 2005 : 16)

Dalam pelaksanaannya, pendekatan ini menekankan kolaborasi antara konselor dengan para personal Sekolah/ Madrasah lainnya (pimpinan Sekolah/Madrasah, guru-guru, dan staf administrasi), orang tua konseli, dan pihak-pihak terkait lainnya (seperti instansi pemerintah/swasta dan para ahli : psikolog dan dokter). Pendekatan ini terintegrasi dengan proses pendidikan di Sekolah/Madrasah secara keseluruhan dalam upaya membantu para konseli agar dapat mengembangkan atau mewujudkan potensi dirinya secara penuh, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir.

Atas dasar itu, maka implementasi bimbingan dan konseling di Sekolah/Madrasah diorientasikan kepada upaya memfasilitasi perkembangan potensi konseli, yang meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karir; atau terkait dengan pengembangan pribadi konseli sebagai makhluk yang berdimensi *biopsikososiospiritual* (biologis, psikis, sosial, dan spiritual).

A. Teknik Bimbingan Konseling dalam Membantu Masalah Siswa

Pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting di dalam pembinaan dan pembangunan suatu bangsa. Oleh karena itu maka tujuan pendidikan nasional dari suatu bangsa merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari tujuan nasional dan filsafat hidup dari suatu bangsa tersebut.

Secara jelas tujuan pendidikan nasional tertera dalam Undang Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 2 Tahun 2003 adalah :

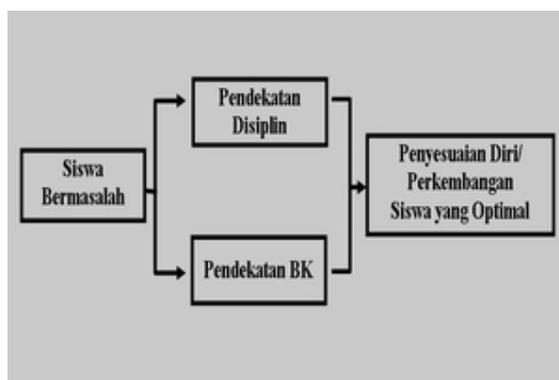
“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk watak serta peradaban bangsa yang bernartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab” (UU RI, No. 20 Th. 2003, Sisdiknas).

Di sekolah sangat banyak ditemukan siswa yang yang bermasalah, dengan menunjukkan berbagai gejala penyimpangan perilaku. yang merentang dari kategori ringan sampai dengan berat. Upaya untuk menangani siswa yang bermasalah, khususnya yang terkait dengan pelanggaran disiplin sekolah dapat dilakukan melalui dua pendekatan yaitu: (1) pendekatan disiplin dan (2) pendekatan bimbingan dan konseling.

Penanganan siswa bermasalah melalui teknik pendekatan disiplin merujuk pada aturan dan ketentuan (tata tertib) yang berlaku di sekolah beserta sanksinya. Sebagai salah satu komponen organisasi sekolah, aturan (tata tertib) siswa beserta sanksinya memang perlu ditegakkan untuk mencegah sekaligus mengatasi terjadinya berbagai penyimpangan perilaku siswa. Kendati demikian, harus diingat sekolah bukan “lembaga hukum” yang harus mengobral sanksi kepada siswa yang mengalami gangguan penyimpangan perilaku. Sebagai lembaga pendidikan, justru kepentingan utamanya adalah bagaimana berusaha menyembuhkan segala penyimpangan perilaku yang terjadi pada para siswanya.

Oleh karena itu, disinilah teknik pendekatan yang kedua perlu digunakan yaitu pendekatan melalui Bimbingan dan Konseling. Berbeda dengan pendekatan disiplin yang memungkinkan pemberian sanksi untuk menghasilkan efek jera, penanganan siswa bermasalah melalui Bimbingan dan Konseling justru lebih mengutamakan pada upaya penyembuhan dengan menggunakan berbagai layanan dan teknik yang ada. Penanganan siswa bermasalah melalui Bimbingan dan Konseling sama sekali tidak menggunakan bentuk sanksi apa pun, tetapi lebih mengandalkan pada terjadinya kualitas hubungan interpersonal yang saling percaya di antara konselor dan siswa yang bermasalah, sehingga setahap demi setahap siswa tersebut dapat memahami dan menerima diri dan lingkungannya, serta dapat mengarahkan diri guna tercapainya penyesuaian diri yang lebih baik.

Secara visual, kedua pendekatan dalam menangani siswa bermasalah dapat dilihat dalam bagan berikut ini:

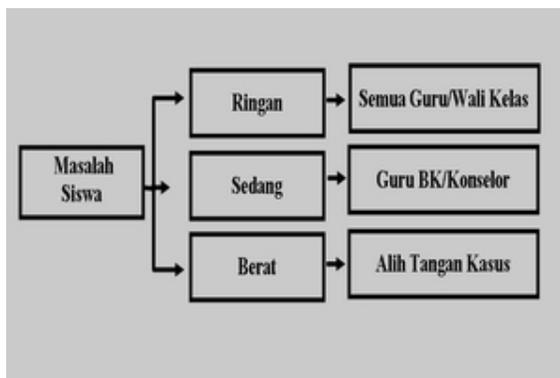


Dengan melihat gambar di atas, dapat dipahami bahwa di antara kedua pendekatan penanganan siswa bermasalah tersebut, meski memiliki cara yang berbeda tetapi jika dilihat dari segi tujuannya pada dasarnya sama yaitu tercapainya penyesuaian diri atau perkembangan yang optimal pada siswa yang bermasalah. Oleh karena itu, kedua pendekatan tersebut seyogyanya dapat berjalan sinergis dan saling melengkapi.

Sebagai ilustrasi, misalkan di suatu sekolah ditemukan kasus seorang siswi yang hamil akibat pergaulan bebas, sementara tata tertib sekolah secara tegas menyatakan untuk kasus demikian, siswa yang bersangkutan harus dikeluarkan. Jika hanya mengandalkan pendekatan disiplin, mungkin tindakan yang akan diambil sekolah adalah berusaha memanggil orang tua/wali siswa yang bersangkutan dan ujung-ujungnya siswa dinyatakan dikembalikan kepada orang tua (istilah lain dari dikeluarkan). Jika tanpa intervensi Bimbingan dan Konseling, maka sangat mungkin siswa yang bersangkutan akan meninggalkan sekolah dengan dihindangi masalah-masalah baru yang justru dapat semakin memperparah keadaan. Tetapi dengan intervensi Bimbingan dan Konseling di dalamnya, diharapkan siswa yang bersangkutan bisa tumbuh perasaan dan pemikiran positif atas masalah yang menimpa dirinya, misalnya secara sadar menerima resiko yang terjadi, keinginan untuk tidak berusaha menggugurkan kandungan yang dapat membahayakan dirinya maupun janin yang dikandungnya, keinginan untuk melanjutkan sekolah, serta hal-hal positif lainnya, meski akhirnya siswa yang bersangkutan tetap harus dikeluarkan dari sekolah.

Perlu digarisbawahi, dalam hal ini bukan berarti Guru BK/Konselor yang harus mendorong atau bahkan memaksa siswa untuk keluar dari sekolahnya. Persoalan mengeluarkan siswa merupakan wewenang kepala sekolah, dan tugas Guru BK/Konselor hanyalah membantu siswa agar dapat memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya. (I.Djumhar dan Moh. Surya, 1975 : 18)

Lebih jauh, meski saat ini paradigma pelayanan Bimbingan dan Konseling lebih mengedepankan pelayanan yang bersifat pencegahan dan pengembangan, pelayanan Bimbingan dan Konseling terhadap siswa bermasalah tetap masih menjadi perhatian. Dalam hal ini, perlu diingat bahwa tidak semua masalah siswa harus ditangani oleh guru BK (konselor). Dalam hal ini, Sofyan S. Willis (2004) mengemukakan tingkatan masalah beserta mekanisme dan petugas yang menanganinya, sebagaimana dalam bagan berikut :



1. *Masalah (kasus) ringan*, seperti: membolos, malas, kesulitan belajar pada bidang tertentu, berkelahi dengan teman sekolah, bertengkar, minum minuman keras tahap awal, berpacaran, mencuri kelas ringan. Kasus ringan dibimbing oleh wali kelas dan guru dengan berkonsultasi kepada kepala sekolah (konselor/guru pembimbing) dan mengadakan *kunjungan rumah*.
2. *Masalah (kasus) sedang*, seperti: gangguan emosional, berpacaran, dengan perbuatan menyimpang, berkelahi antar sekolah, kesulitan belajar, karena gangguan di keluarga, minum minuman keras tahap pertengahan, mencuri kelas sedang, melakukan gangguan sosial dan asusila. Kasus sedang dibimbing oleh guru BK (konselor), dengan berkonsultasi dengan kepala sekolah, ahli/profesional, polisi, guru dan sebagainya. Dapat pula mengadakan *konferensi kasus*.
3. *Masalah (kasus) berat*, seperti: gangguan emosional berat, kecanduan alkohol dan narkotika, pelaku kriminalitas, siswa hamil, percobaan bunuh diri, perkelahian dengan senjata tajam atau senjata api. Kasus berat dilakukan referal (alih tangan kasus) kepada ahli psikologi dan psikiater, dokter, polisi, ahli hukum yang sebelumnya terlebih dahulu dilakukan kegiatan *konferensi kasus*.

Dengan melihat penjelasan di atas, tampak jelas bahwa penanganan siswa bermasalah melalui pendekatan Bimbingan dan Konseling tidak semata-mata menjadi tanggung jawab guru BK/konselor di sekolah tetapi dapat melibatkan pula berbagai pihak lain untuk bersama-sama membantu siswa agar memperoleh penyesuaian diri dan perkembangan pribadi secara optimal.

B. Teknik Pendekatan Bimbingan Konseling dalam Mengembangkan Potensi Siswa

Menurut Shertezer dan Stone (1982) Bimbingan adalah proses membantu orang-perorangan untuk memahami dirinya sendiri dan lingkungan hidupnya. Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada inividu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. (Prayitno dan Erman Amti, 2004: 105)

Jadi, Teknik-teknik atau pendekatan bimbingan dan konseling dalam memaksimalkan potensi siswa 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.

Konseling merupakan salah satu teknik dalam pelayanan bimbingan dimana proses pemberian bantuan itu berlangsung melalui wawancara dalam serangkaian pertemuan langsung dan tatap muka antara guru/konselor dengan klien itu mampu memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu mengarahkan dirinya untuk mengembangkan potensi yang dimiliki ke arah perkembangan yang optimal, sehingga ia dapat mencapai kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial.

Pada umumnya teknik-teknik atau pendekatan yang dipergunakan dalam bimbingan konseling mengambil dua model pendekatan, yaitu pendekatan secara kelompok (*group guidance*) dan pendekatan secara individual (*Individual Guidance Counseling*). Model tersebut antara lain:

a. Bimbingan Kelompok (*Group Guidance*)

Teknik ini dipergunakan dalam membantu siswa atau sekelompok siswa memecahkan masalah-masalah dengan melalui kegiatan kelompok, yaitu yang dirasakan bersama oleh kelompok atau bersifat individual yaitu dirasakan oleh individu sebagai anggota kelompok.

Tehnik ini membawa keuntungan pada diri siswa diantaranya;

- 1) Menghemat waktu dan tenaga.
- 2) Menciptakan kesempatan bagi semua siswa untuk berinteraksi dengan konselor, yang memungkinkan siswa lebih berkeinginan membicarakan perencanaan masa depan atau masalah pribadi-social.
- 3) Menyadarkan siswa bahwa kenyataan yang sama juga dihadapi oleh teman-temannya, sehingga mereka terdorong untuk berusaha menghadapi kenyataan itu bersama-sama dan saling mendiskusikannya.

Ada beberapa teknik dalam bimbingan kelompok, antara lain seperti:

1). *Home room programe*

Yaitu suatu program kegiatan yang dilakukan dengan tujuan agar guru dapat mengenal peserta didiknya lebih baik, sehingga dapat membantunya secara efisien. Kegiatan ini dilakukan dalam kelas dalam bentuk pertemuan antara guru dengan siswa diluar jam-jam pelajaran untuk membicarakan beberapa hal yang dianggap perlu.

Dalam program home room ini hendaknya diciptakan suatu situasi yang bebas dan menyenangkan, sehingga murid-murid dapat mengutarakan perasaannya seperti dirumah.

2). Karyawisata/ field trip

Kegiatan rekreasi yang dikemas dengan metode mengajar untuk bimbingan kelompok dengan tujuan siswa dapat memperoleh penyesuaian dalam kelompok untuk dapat kerjasama dan penuh tanggungjawab.

3). Kegiatan kelompok

Kegiatan kelompok merupakan teknik yang baik dalam bimbingan, karena kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi dengan sebaik-baiknya. Banyak kegiatan tertentu yang lebih berhasil jika dilakukan dalam kelompok. Untuk mengembangkan bakat-bakat dan menyalurkan dorongan-dorongan. Juga dapat menembangkan tanggungjawab. Teknik sosiometri dapat banyak menolong dalam pembentukan kelompok.

4). Organisasi Siswa

Keorganisasian baik dalam lingkungan pendidikan maupun dilingkungan masyarakat. Melalui organisasi ini banyak masalah individual maupun kelompok dapat diselesaikan. Dalam organisasi murid mendapat kesempatan untuk belajar mengenal berbagai aspek kehidupan sosial. Mengaktifkan murid dalam mengembangkan bakat kepemimpinan disamping memupuk rasa tanggungjawab dan harga diri.

5). Sociodrama

Sociodrama dipergunakan sebagai suatu teknik didalam memecahkan masalah-masalah sosial dengan melalui kegiatan bermain peranan. Di dalam sociodrama ini individu akan memerankan suatu peranan tertentu dari suatu masalah sosial.

6). Psikodrama

Psikodrama adalah teknik untuk memecahkan masalah-masalah *psychis* yang dialami oleh individu. Dengan memerankan suatu peranan tertentu, konflik atau ketegangan yang ada dalam dirinya dapat dikurangi atau dihindari. Kepada sekelompok murid dikemukakan suatu cerita yang didalamnya tergambar adanya ketegangan *psychis* yang dialami individu

7). Remedial teaching

Bentuk penambahan pelajaran, pengulangan kembali, latihan-latihan, penekanan aspek-aspek tertentu. Hal ini tergantung dari jenis dan tingkat kesulitan belajar yang dialami siswa.

b. Individual Guidance Counseling (Bimbingan Konseling Individu)

Bimbingan konseling individu yaitu bimbingan konseling yang memungkinkan klien mendapat layanan langsung tatap muka dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan yang sifatnya pribadi yang dideritanya.

Dalam konseling ini hendaknya konselor bersikap penuh simpati dan empati. Simpati artinya menunjukkan adanya sikap turut merasakan apa yang sedang dirasakan oleh klien. Dan empati artinya berusaha menempatkan diri dalam situasi diri klien dengan segala masalah-masalah yang dihadapinya. Dengan sikap ini klien akan memberikan kepercayaan sepenuhnya kepada konselor. Dan ini sangat membantu keberhasilan konseling. (Arintoko, 2011 : 6)

Selain tehnik-tehnik yang dilakukan sebagai pendekatan terhadap permasalahan-permasalahan sosial siswa di sekolah, harus dilakukan juga tehnik-tehnik sebagai upaya memaksimalkan potensi siswa antara lain dapat dilakukan dengan cara:

1. Latihan Asertif

Teknik ini digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna di antaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor.

2. Desensitisasi Sistematis

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

pengkondisian klasik respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Jadi desensitisasi sistematis hakekatnya merupakan teknik relaksi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara negatif biasanya merupakan kecemasan, dan ia menyertakan respon yang berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan.

3. 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 yang disajikan tersebut diberikan secara bersamaan dengan munculnya perilaku yang tidak dikehendaki kemunculannya. Pengkondisian ini diharapkan terbentuk asosiasi antara perilaku yang tidak dikehendaki dengan stimulus yang tidak menyenangkan

4. Pembentukan Perilaku Model

Teknik ini dapat digunakan untuk membentuk Perilaku baru pada klien, dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk. Dalam hal ini konselor menunjukkan kepada klien tentang perilaku model, dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup atau lainnya yang teramati dan dipahami jenis perilaku yang hendak dicontoh. Perilaku yang berhasil dicontoh memperoleh ganjaran dari konselor. Ganjaran dapat berupa pujian sebagai ganjaran sosial.

5. 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 lawan kecenderungan anak. Kecenderungan bertanggung jawab lawan kecenderungan masa bodoh.

Kecenderungan “anak baik” lawan kecenderungan “anak bodoh”. Kecenderungan otonom lawan kecenderungan tergantung. Kecenderungan kuat atau tegar lawan kecenderungan lemah. Melalui dialog yang kontradiktif ini, menurut pandangan Gestalt pada akhirnya klien akan mengarahkan dirinya pada suatu posisi di mana ia berani mengambil resiko. Penerapan permainan dialog ini dapat dilaksanakan dengan menggunakan teknik “kursi kosong”.

6. Latihan Saya Bertanggung Jawab

Merupakan teknik yang dimaksudkan untuk membantu klien agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya dari pada memproyeksikan perasaannya itu kepada orang lain. Dalam teknik 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 jenuh, dan saya bertanggung jawab atas kejenuhan itu” “Saya tidak tahu apa yang harus saya katakan sekarang, dan saya bertanggung jawab atas ketidaktahuan itu”. “Saya malas, dan saya bertanggung jawab atas kemalasan itu” Meskipun tampaknya mekanis, tetapi menurut Gestalt akan membantu meningkatkan kesadaran klien akan perasaan-perasaan yang mungkin selama ini diingkarinya.

7. Bermain Proyeksi

Teknik ini yaitu memantulkan kepada orang lain perasaan-perasaan yang ada dalam dirinya sendiri dan tidak mau melihat atau menerimanya. Mengingkari perasaan-perasaan sendiri dengan cara memantulkannya kepada orang lain. Sering terjadi, perasaan-perasaan

yang dipantulkan kepada orang lain merupakan atribut yang dimilikinya. Dalam teknik bermain proyeksi konselor meminta kepada klien untuk mencobakan atau melakukan hal-hal yang diproyeksikan kepada orang lain.

8. Teknik Pembalikan

Gejala-gejala dan perilaku tertentu sering kali mempresentasikan pembalikan dari dorongan-dorongan yang mendasarinya. Dalam teknik ini konselor meminta klien untuk memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan-perasaan yang dikeluarkannya. Misalnya : konselor memberi kesempatan kepada klien untuk memainkan peran “*ekshibisionis*” bagi klien pemalu yang berlebihan.

9. Bertahan dengan Perasaan

Teknik ini dapat digunakan untuk klien yang menunjukkan perasaan atau suasana hati yang tidak menyenangkan atau ia sangat ingin menghindarinya. Konselor mendorong klien untuk tetap bertahan dengan perasaan yang ingin dihindarinya itu.

Kebanyakan klien ingin melarikan diri dari stimulus yang menakutkan dan menghindari perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan. Dalam hal ini konselor tetap mendorong klien untuk bertahan dengan ketakutan atau kesakitan perasaan yang dialaminya sekarang dan mendorong klien untuk menyelam lebih dalam ke dalam tingkah laku dan perasaan yang ingin dihindarinya itu.

Untuk membuka dan membuat jalan menuju perkembangan kesadaran perasaan yang lebih baru tidak cukup hanya mengkonfrontasi dan menghadapi perasaan-perasaan yang ingin dihindarinya tetapi membutuhkan keberanian dan pengalaman untuk bertahan dalam kesakitan perasaan yang ingin dihindarinya itu.

10. 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 atau menghilangkan ide-ide dan perasaan-perasaan yang tidak rasional dan tidak logis, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek-aspek kognisinya yang keliru, mengadakan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan. Pelaksanaan home work assignment yang diberikan konselor dilaporkan oleh klien dalam suatu pertemuan tatap muka dengan konselor. Teknik ini dimaksudkan untuk membina dan mengembangkan sikap-sikap tanggung jawab, kepercayaan pada diri sendiri serta kemampuan untuk pengarahan diri, pengelolaan diri klien dan mengurangi ketergantungannya kepada konselor.

11. Adaptive

Teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri klien.

12. Bermain peran

Teknik untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan negatif) melalui suatu suasana yang dikondisikan sedemikian rupa sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri melalui peran tertentu.

13. Imitasi

Teknik untuk menirukan secara terus menerus suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif. (Gerald Corey, 2005 : 36-38)

C. 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 dapat dilakukan dengan cara antara lain melalui: Bimbingan Kelompok (*Group Guidance*) yaitu *Home room programe*, karyawisata/ field trip, diskusi kelompok, kegiatan kelompok, organisasi murid, sosiodrama, psikodrama, remedial teaching. Dan *Individual Guidance Counseling* (Bimbingan Konseling Individu).

Kelebihan dari pendekatan bimbingan kelompok adalah antara klien yang satu dengan yang lainnya bisa saling memberikan motivasi, sehingga seorang siswa yang sedang memiliki masalah akan merasa terbantu oleh teman-teman di kelompoknya. Sedangkan dalam bimbingan konseling individu, konselor dapat mengarahkan klien untuk dapat mengatasi permasalahannya secara mandiri dan dapat lebih fokus membantu dalam memaksimalkan potensi yang dimiliki siswa tersebut.

Daftar Pustaka

- Abdurrahman Mas'ud: *Menggagas Format Pendidikan Non-Dikotomik: (Humanisme Religius Sebagai Paradigma Pendidikan Islam)*, Yogyakarta : Gama Media, 2002.
- Anas Salahudin. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV. Pustaka Setia. 2010.
- Arintoko : *Wawancara Konseling di Sekolah* : Andi Press. 2011.
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : Refika Aditama, 2005.
- I.Djumhar dan Moh. Surya. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance & Counseling)*. Bandung: CV Ilmu. 1975.
- Jaja Suteja, Tesis . *Pendidikan Seks Bagi Remaja dalam Tinjauan Psikologi Pendidikan Islam*, Cirebon, 2007.
- Prayitno dan Erman Amfi. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.1995.
- Shertzer B. & Stone S.C. *Fundamental of Guedance*. Boston:HMC.1976
- Sofyan S.Willis. *Konseling Individual, Teori dan Parktek*. Bandung:Alfabeta.2009.
- W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*. Jakarta : Grasindo, 1989.
- W.S.Winkel. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Edisi Revisi. Jakarta:Gramedia.2005.
- UU RI, No. 20 Th. 2003, tentang *Sistem Penddidikan Nasional*. Jakarta : 2003.

Media Online

Ahmad Sudrajat, dalam : *http ://www.psb-psma.org/content/blog/landasan bimbingan-dan konseling*

Internet : <http://www.perkuliahan.com/pengertian-bimbingan-dan-konseling-islam>.

Internet : <http://arf88.blogspot.com/2009/11/bimbingan-dan-konseling-islam.html>.

Internet : *Pendidikan Anak*, 20 April 2006 tersedia dalam <http://www.beranda.blogsome.com>