

PSIKOLOGI KONSELING

Teori dan Implementasi



prenadamedia
G R O U P



Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, sebagaimana yang telah diatur dan diubah dari Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002, bahwa:

Kutipan Pasal 113

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,- (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,- (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,- (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,- (empat miliar rupiah).

PSIKOLOGI KONSELING

Teori dan Implementasi

Prof. Dr. Hj. Ulfiah, M.Si.

prenadamedia
G R O U P



PSIKOLOGI KONSELING
Teori dan Implementasi
Edisi Pertama
Copyright © 2020

ISBN 978-623-218-493-0
ISBN (E) 978-623-218-494-7
14 x 20,5 cm
xii, 280 hlm
Cetakan ke-1, April 2020

Kencana. 2020.1248

Penulis
Prof. Dr. Hj. Ulfiah, M.Si.

Desain Sampul
Irfan Fahmi

Penata Letak
Wanda & Iam

Penerbit
KENCANA

Jl. Tambah Raya No. 23 Rawamangun · Jakarta 13220
Telp: (021) 478-64657 Faks: (021) 475-4134

Divisi dari PRENADAMEDIA GROUP
e-mail: pmg@prenadamedia.com
www.prenadamedia.com
INDONESIA

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun,
termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin sah dari penerbit.



Sambutan Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Puji dan sukur marilah kita sampaikan ke hadirat Allah Swt. atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga kita masih diberikan kesehatan dan kesempatan untuk mengisi hidup dan kehidupan ini dengan berbagai aktivitas akademik, sosial dan ritual, sehingga mampu mengimplementasikan peran sebagai khalifah di muka bumi ini.

Selaku pribadi dan Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung mengapresiasi terbitnya buku *Psikologi Konseling: Teori dan Implementasi* yang disusun oleh Prof. Dr. Hj. Ulfiah, M.Si. Saya tahu bahwa, penulis buku ini merupakan Guru Besar pertama Bidang Kajian Ilmu Psikologi khususnya pada matakuliah ilmu psikologi konseling pada Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Saya tahu bahwa, penulisnya memiliki wasawan luas, pemahaman dan pengalaman psikologi konseling mumpuni, kinerja sebagai dosen dan salah seorang pejabat pada UIN Sunan Gunung Djati Bandung juga cukup bagus.

Buku yang tengah Anda baca ini sangat penting artinya bagi pemula, bahkan praktisi yang kesehariannya bergumul pada bidang psikologi konseling, sebab teori yang ada sangat dalam dan variatif, apalagi dibarengi dengan contoh dan implementasi dalam paradigma agama pada dunia pendidikan khususnya dan masyarakat umumnya.

Oleh sebab itu, saya apresiasi dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua dosen khususnya penulis buku *Psikologi Konseling* ini sebagai kontribusi pemikiran, pendekatan agama, pengalaman edukasi dan sosialnya yang saya yakini memberikan manfaat yang seluas-luasnya bagi insan akademis dan masyarakat.

Saya turut bangga kepada penulis dan para dosen lainnya yang akhir-akhir ini menunjukkan kinerja edukasi dan penelitian cukup meningkat, yang kemudian dimuat dalam berbagai jurnal dan buku. Hal ini merupakan bagian integral civitas akademika sehingga visi UIN Sunan Gunung Djati Bandung “*Menjadi Universitas Islam Negeri yang Unggul dan Kompetitif Berbasis Wahyu Memandu Ilmu dalam Bingkai Akhlak Karimah di ASEAN Tahun 2025*” dapat diejawantahkan sebagaimana mestinya.

Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Rektor,

Prof. Dr. H. Mahmud, M.Si.

prenadamedia
G R O U P





Kata Pengantar

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Penulisan buku ini berawal dari kebutuhan referensi pada matakuliah Psikologi Konseling. Matakuliah psikologi konseling ini merupakan salah satu matakuliah substantif urgen untuk diajarkan pada Fakultas Psikologi, Fakultas Tarbiyah/Kependidikan, dan di beberapa fakultas lain di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung di mana penulis mengabdikan diri dan/atau perguruan tinggi keagamaan lainnya di mana rata-rata mahasiswa yang mengikuti matakuliah ini memiliki animo, respons dan antusias yang cukup tinggi.

Respons dan antusias mereka menjadi motivasi tersendiri dalam menyusun buku yang diberi judul *Psikologi Konseling: Teori dan Implementasi* ini, sebagai salah satu kepedulian dan apresiasi dalam pengembangan materi kuliah sesuai dengan ekspektasi mahasiswa. Penulis berharap agar para pembaca umumnya dan mahasiswa khususnya, memiliki pemahaman komprehensif tentang aspek-aspek terkait dengan konseling dalam paradigma psikologi.

Konseling merupakan proses yang melibatkan perilaku individu partisipan dalam hal mana di dalamnya berkorelasi antara konselor dan klien serta unsur terkait seperti interaksi, situasi

internal dan eksternal yang memengaruhinya. Kajian dan penerapan perilaku terkait dengan konseling merupakan domain cakupan terhadap psikologi konseling itu sendiri.

Berkaitan dengan itu, maka buku ini mengupas hal-hal terkait dengan pengertian dan ruang lingkup psikologi konseling, kajian psikologi konseling, aplikasi psikologi konseling, model-model konseling penyelenggaraan dan teknik konseling, landasan psikologi konseling, konseling dengan pendekatan agama, karakteristik konselor efektif dan konseling rasional emotif perilaku (KREP) sebagai salah satu solusi penanganan masalah dalam konseling.

Buku ini tentu belum memenuhi semua harapan, karena pasti di dalamnya masih memiliki kekurangan, namun demikian setidaknya buku ini memberikan kontribusi bagi dunia akademik untuk menambah khazanah wawasan keilmuan dalam bidang psikologi konseling. Saran dan masukan sangat diperlukan agar buku ini lebih baik dan sempurna. Semoga buku ini ada guna dan manfaatnya bagi pengembangan pengetahuan dan pendidikan.

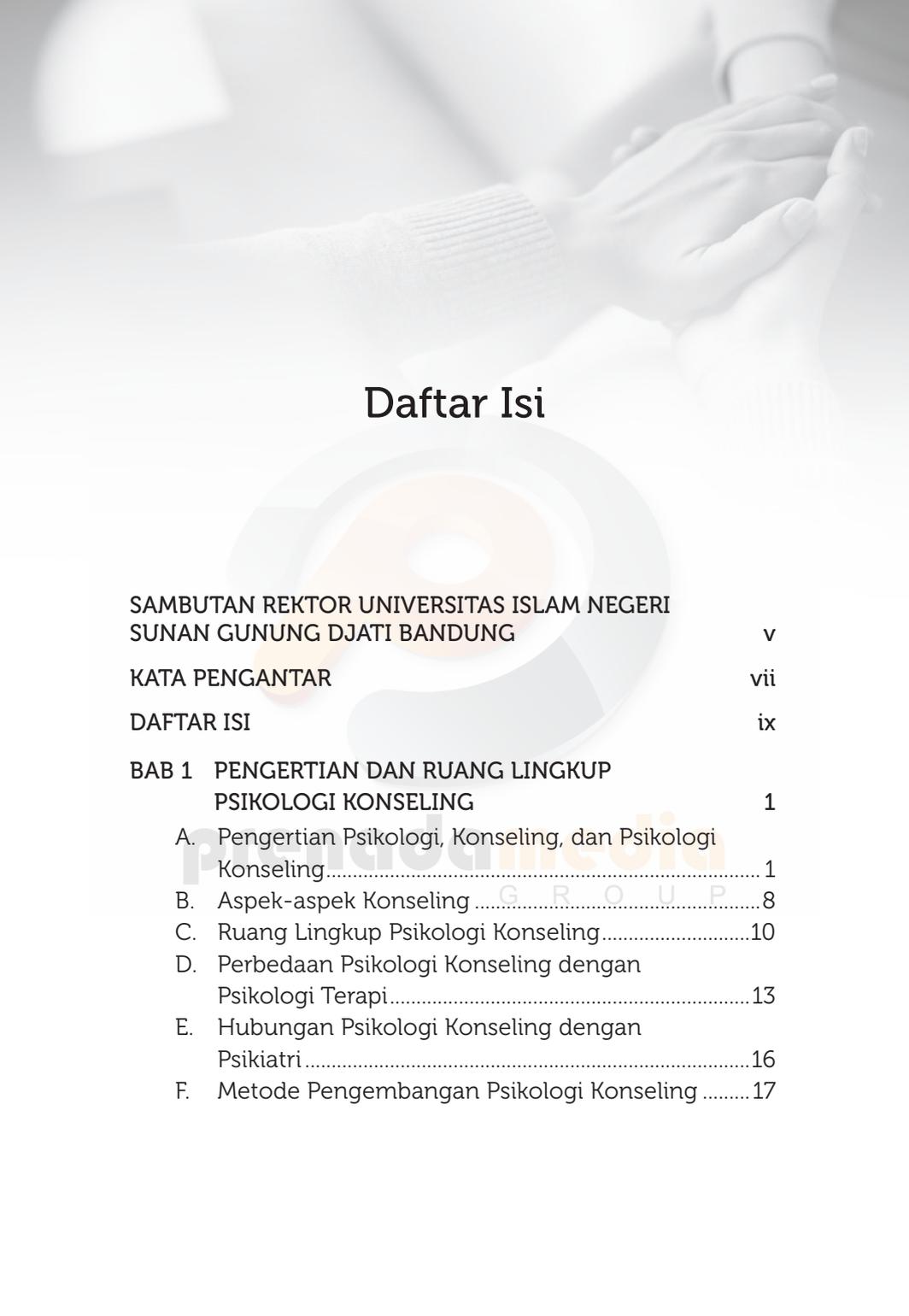
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandung, 13 November 2019

Ulfiah

prenadamedia
G R O U P





Daftar Isi

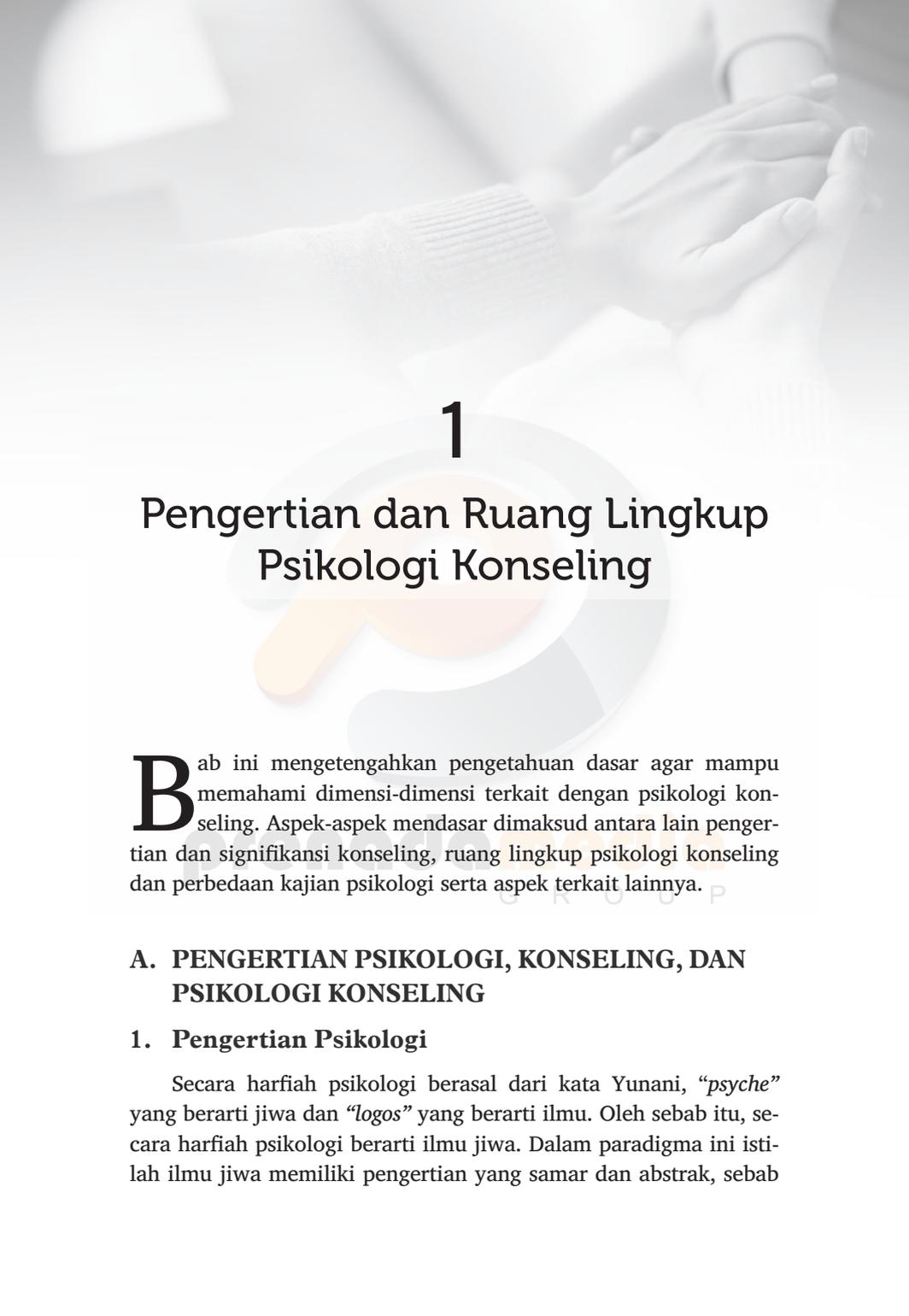
SAMBUTAN REKTOR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB 1 PENGERTIAN DAN RUANG LINGKUP PSIKOLOGI KONSELING	1
A. Pengertian Psikologi, Konseling, dan Psikologi Konseling.....	1
B. Aspek-aspek Konseling G R O U P	8
C. Ruang Lingkup Psikologi Konseling.....	10
D. Perbedaan Psikologi Konseling dengan Psikologi Terapi.....	13
E. Hubungan Psikologi Konseling dengan Psikiatri.....	16
F. Metode Pengembangan Psikologi Konseling	17

BAB 2	KAJIAN PSIKOLOGI KONSELING	21
	A. Tujuan Konseling.....	21
	B. Fungsi dan Perspektif Psikologi Konseling.....	27
BAB 3	IMPLEMENTASI PSIKOLOGI KONSELING	37
	A. Langkah-langkah Konseling.....	37
	B. Tahapan Konseling.....	42
	C. Konseling/Treatment (Perlakuan)	47
BAB 4	PENDEKATAN DAN MODEL-MODEL KONSELING	55
	A. Pendekatan Psikoanalisis.....	55
	B. Pendekatan Humanistik	59
	C. Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy (REBT)	62
	D. Pendekatan Behavioristik	68
	E. Pendekatan Terapi Realistik.....	74
	F. Pendekatan Gestalt	78
	G. Pendekatan Analisis Transaksional.....	82
BAB 5	PROSES DAN TEKNIK KONSELING	87
	A. Keterampilan Konseling	87
	B. Tahapan Proses Konseling.....	93
	C. Teknik-teknik Konseling.....	97
BAB 6	LANDASAN PSIKOLOGI KONSELING	113
	A. Motif dan Motivasi.....	113
	B. Pembawaan dan Lingkungan.....	116
	C. Perkembangan Individu.....	117
	D. Belajar, Balikan, dan Penguatan.....	119
	E. Kepribadian	121



BAB 7 KONSELING DENGAN PENDEKATAN AGAMA	125
A. Pengertian Konseling Islam	126
B. Landasan Konseling Islam	129
C. Ruang Lingkup Konseling Islami.....	130
D. Tujuan Konseling Islami	130
E. Para Tokoh Konseling Islam	130
F. Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islami	133
G. Manusia dalam Perspektif Islam.....	134
H. Langkah dan Tahapan Konseling Islami	144
I. Metode Bimbingan Konseling Islam	147
J. Peran Agama dalam Konseling	148
K. Landasan Filosofis dan Operasional Konseling Islami	152
L. Metode dan Prinsip Konseling Islami.....	156
M. Analisis Konsep Konseling Islami.....	162
N. Implementasi Konseling Islami.....	163
 BAB 8 KARAKTERISTIK KONSELOR EFEKTIF	 193
A. Pengertian Konselor Efektif	193
B. Karakteristik Konselor Efektif.....	197
C. Keterampilan Konselor	209
 BAB 9 KONSELING RASIONAL EMOTIF PERILAKU	 219
A. Poblematika Sosial	219
B. Teori Konseling Rasional Emotif Perilaku.....	222
C. Pedoman Umum KREP.....	241
 DAFTAR PUSTAKA	 263
TENTANG PENULIS	277





1

Pengertian dan Ruang Lingkup Psikologi Konseling

Bab ini menyetengahkan pengetahuan dasar agar mampu memahami dimensi-dimensi terkait dengan psikologi konseling. Aspek-aspek mendasar dimaksud antara lain pengertian dan signifikansi konseling, ruang lingkup psikologi konseling dan perbedaan kajian psikologi serta aspek terkait lainnya.

A. PENGERTIAN PSIKOLOGI, KONSELING, DAN PSIKOLOGI KONSELING

1. Pengertian Psikologi

Secara harfiah psikologi berasal dari kata Yunani, “*psyche*” yang berarti jiwa dan “*logos*” yang berarti ilmu. Oleh sebab itu, secara harfiah psikologi berarti ilmu jiwa. Dalam paradigma ini istilah ilmu jiwa memiliki pengertian yang samar dan abstrak, sebab

kata jiwa sampai dengan saat ini masih mengandung misteri sebab tidak seorang pun mengetahui secara detail apa sejatinya tentang jiwa dimaksud.

Psikologi sesungguhnya tidak mempersoalkan apa itu jiwa, namun mempelajari fenomena atau gejala-gejala terhadap jiwa itu sendiri. Gejala ini antara lain terkait dengan, kenapa seseorang harus gembira, kenapa seorang anak harus menangis, tersenyum, dan sejumlah fenomena sejenis lainnya.

Para ahli memberikan pengertian yang beragam terkait dengan pengertian psikologi, tergantung pada latar belakang dan aspek atau dimensi dalam meninjaunya. Hal ini diakui oleh James Drever dalam Khairani (2014: 6) dengan mengatakan, “Psikologi sebagai salah satu cabang ilmu pengetahuan yang dapat didefinisi dalam berbagai variasi, menurut metode khusus atau lapangan ilmu yang dipelajari oleh ahli psikologi yang memberikan definisi itu.” Namun demikian, berikut ini dikemukakan beberapa pendapat para pakar untuk memperkaya pengetahuan dan referensi terhadap pengertian psikologi itu sendiri sebagai sebuah pegangan awal dalam memahami psikologi itu sendiri.

Robert S. Woodworth and Donald G. Marques dalam Khairani (2014) mengatakan bahwa, psikologi dapat didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari aktivitas individu. Adapun Garden Murphy, Psikologi adalah ilmu yang mempelajari respons yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya. Adapun, Ernes Hilgart menyatakan bahwa, psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dan makhluk lainnya.

Sarlito Wirawan Sarwono (2005) mengemukakan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dengan lingkungannya. Adapun Ngalim Purwanto menyatakan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia.

Beberapa pakar lain seperti Plato dan Aristoteles mengemukakan pengertian psikologi sebagaimana dikutip dalam <https://www.zonareferensi.com>, berpendapat bahwa, psikologi adalah il-



mu pengetahuan yang mempelajari tentang hakikat jiwa serta prosesnya sampai akhir. Wilhem Wundt (1829), psikologi adalah ilmu yang mempelajari pengalaman-pengalaman yang timbul pada diri manusia, seperti perasaan pancaindra, pikiran, *feeling*, dan kehendak. Kurt Koffka (1925), psikologi adalah studi ilmiah mengenai perilaku makhluk hidup dalam hubungan mereka dengan dunia luar.

Singgih Dirgagunarsa, mengemukakan psikologi secara umum adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia. Hilgert psikologi adalah mempelajari tingkah laku manusia dan hewan lainnya. Adapun Chaplin (1972) psikologi merupakan ilmu pengetahuan mengenai perilaku manusia dan hewan, juga penyelidikan terhadap organisme dalam segala ragam kerumitannya ketika bereaksi arus dan perubahan alam sekitar dan peristiwa-peristiwa kemasyarakatan yang mengubah lingkungan.

Jhon Locke, mengemukakan bahwa, psikologi adalah semua pengetahuan, tanggapan, dan perasaan jiwa manusia. Diperoleh karena pengalaman melalui alat-alat indranya. John Broadus Watson (1919), psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku tampak (lahiriah) dengan menggunakan metode observasi yang objektif terhadap rangsangan dan jawaban (respon). Adapun Clifford T. Morgan dalam www.zonareferensi.com, mengatakan bahwa, psikologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan. George Berkeley, psikologi secara singkat adalah ilmu tentang penginderaan (persepsi).

Ruch dalam www.zonareferensi.com berpendapat psikologi adalah studi tentang manusia. Adapun secara luas, pengertian psikologi adalah sebagian ilmu biologi dan sebagian merupakan ilmu sosial. Saling tumpang-tindih dengan dua bidang utama dan menghubungkan keduanya. Muhibbin Syah (2010) psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku terbuka dan tertutup pada manusia, baik selaku individu maupun kelompok, dalam hubungannya dengan lingkungan.

Berdasarkan berbagai definisi di atas maka dapat ditarik



benang merah sebagai kesimpulan bahwa, psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mengkaji secara komprehensif mengenai tingkah laku manusia, baik secara pribadi maupun kelompok dalam kehidupan sosial dan lingkungannya.

2. Pengertian Konseling

Konseling merupakan kristalisasi terhadap keseluruhan proses dan sistem pada suatu kegiatan bimbingan. Mortem dalam Surya (2003: 1) mengemukakan, konseling sebagai proses antarpribadi, di mana seseorang dibantu oleh seseorang lainnya untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan menemukan masalahnya.

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang (Tolbert dalam Prayitno, 2004: 101).

Jones dalam Insano (2004: 11) menyebutkan bahwa, konseling merupakan suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Hubungan ini biasanya bersifat individual atau seorang-seorang, meskipun kadang-kadang melibatkan lebih dari dua orang dan dirancang untuk membantu klien memahami dan memperjelas pandangan terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga dapat membuat pilihan yang bermakna bagi dirinya.

Popinsky & Pepinsk dalam Shertzer & Stone (1974) mengemukakan, konseling adalah interaksi antara dua orang individu, yaitu konselor dan klien. Interaksi yang terjadi dalam suasana yang profesional, dilakukan dan dijaga sebagai alat untuk memudahkan perubahan-perubahan dalam tingkah laku klien. Pietrofesa menge-



mukakan seseorang profesional berusaha membantu orang lain dalam mencapai pemahaman dirinya (*self-understanding*), membuat keputusan dan pemecahan masalah.

Menurut Berdnard & Fullmer (1969) konseling meliputi mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan, motivasi membantu individu yang bersangkutan untuk mengekspresikan hal tersebut. Adapun Carl Rogers mengemukakan bahwa, konseling merupakan hubungan terapis dengan klien yang bertujuan untuk melakukan perubahan diri (*self*) pada pihak klien.

Saefudin & Abdul Bari (2002), konseling merupakan proses pemberian informasi objektif dan lengkap, dilakukan secara sistematis dengan panduan komunikasi antarpribadi (komunikasi interpersonal), teknik bimbingan dan penguatan pengetahuan klinik, yang bertujuan untuk membantu seseorang mengenali kondisinya saat ini, masalah yang sedang dihadapi dan menentukan jalan keluar atau upaya mengatasi masalah tersebut.

Burks dan Steffire (1979) konseling merupakan hubungan profesional antara konselor terlatih dengan konseli. Adapun Rogers (1971) mengartikan bahwa, konseling sebagai hubungan yang membantu (*helping relation*).

American Psychological Association, Division of Counseling Psychology Committee on Definition (1956) mendefinisikan konseling sebagai sebuah proses membantu individu untuk mengatasi masalah-masalahnya dalam perkembangan dan membantu mencapai perkembangan yang optimal dengan menggunakan sumber-sumber dirinya.

Walgito (2010: 8) mengemukakan bahwa, konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu yang memecahkan masalah kehidupannya dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.

Merujuk pada beberapa pengertian di atas, maka dapat dikatakan bahwa, konseling adalah suatu layanan profesional yang dilakukan konselor terlatih terhadap klien (konseli). Layanan konseling dilakukan secara tatap muka dan direncanakan un-



tuk membantu orang lain dalam memahami dirinya, membuat keputusan dan memecahkan masalah. Oleh karena itu, keberhasilan konseling sebagian besar ditentukan oleh kualitas hubungan konseling (konselor dan konseli).

3. Pengertian Psikologi Konseling

Brammer dan Shostrom dalam Hartono (2012: 2) mendefinisikan psikologi konseling adalah sintesis dari berbagai kecenderungan yang berkaitan dalam gerakan bimbingan, kesehatan mental, psikometri, kasus-kasus sosial, dan psikoterapi. Sintesis adalah paduan berbagai hal sehingga merupakan kesatuan yang selaras.

Psikologi konseling adalah suatu kegiatan yang dibangun melalui adanya interaksi antara klien dengan psikolog/konselor untuk mengidentifikasi persepsi, kebutuhan, nilai, perasaan, pengalaman, harapan, serta masalah yang dihadapi klien. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk memecahkan masalah-masalah psikologis klien dengan menyadarkan klien terhadap akar masalah yang sebenarnya dihadapi hingga akhirnya klien dapat menemukan sendiri solusi dan alternatif penyelesaian masalah yang dihadapinya (Yundarika, 2014).

Seorang yang menghadapi permasalahan dalam hidupnya, sering kali dirasakan begitu berat atau dapat mengganggu kehidupan dalam aktivitas kesehariannya. Mereka acap kali menghadapi masalah tersebut tanpa disadari, apa sebenarnya akar masalah mereka yang sedang dihadapinya. Melalui proses konseling inilah bersama-sama antara konselor dengan klien menemukan akar masalah yang ada dan menyadarkan klien akan apa yang harus dilakukannya untuk memecahkan masalahnya tersebut.

Berkaitan dengan itu perlu disimak firman Allah Swt. dalam QS. *al-Israa'* [17]: 26 sebagai berikut:

وَأْتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تَبْذُرْ تَبْذِيرًا

Dan berikanlah kepada keluarga-keluarga yang dekat akan haknya,



kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros. (QS. al-Israa' [17]: 26)

Berdasarkan ayat di atas dapat diketahui bahwa sesama manusia harus saling peduli, saling memperhatikan dan saling bergantung, berempati sehingga mengedepankan sikap sosial yang humanistik. Ini adalah salah satu dasar Al-Qur'an yang menjadi landasan konseling untuk memberikan bantuan terhadap seseorang yang sedang menghadapi masalah.

Di antara berbagai disiplin ilmu, yang memiliki kedekatan hubungan dengan konseling adalah psikologi, bahkan secara khusus dapat dikatakan bahwa konseling merupakan aplikasi dari psikologi, terutama jika dilihat dari tujuan, teori yang digunakan, dan proses penyelenggaraannya. Oleh karena itu, telaah atau kajian mengenai konseling dapat disebut sebagai psikologi konseling (*counseling psychology*).

Dalam perspektif proses, psikologi konseling adalah cabang khusus atau *lex specialis* dari psikologi yang mengkaji berbagai aspek yang terlibat dalam proses konseling. Aspek-aspek itu meliputi karakteristik terkait dengan konseling, konselor, konseli dan masalahnya, berbagai kondisi yang menunjang dan menghambat konseling, serta metode atau pendekatan-pendekatan dalam konseling. Di dalam proses konseling, semua aspek tersebut saling terkait. Sehingga tidak dapat dilepaskan satu sama lain. Seorang konselor yang profesional akan lebih berhasil dalam memberikan pelayanan konseling kepada konselinya, ketimbang mereka yang hanya memahaminya secara dangkal dan pas-pasan.

Keprofesionalan seorang konselor didukung oleh pemahaman psikologinya yang luas. Karena dengan pemahaman terhadap psikologi akan sangat membantu seorang konselor dalam memahami tingkah laku dan proses mental dari seorang klien. Tanpa psikologi maka ia tidak akan mampu menciptakan suasana konseling yang efektif, sebab dalam proses konseling konselor diharapkan mampu memanfaatkan segala kondisi dan faktor diterminan menunjang



kesuksesan proses konseling dan menghindari faktor-faktor yang dapat menghambat konseling.

Pemahaman terhadap psikologi juga akan membantu konselor dalam memilih metode dan pendekatan-pendekatan konseling yang tepat dan mampu menerapkannya dalam layanan konseling, sehingga ia dapat membawa konseli atau klien ke arah jalan menuju individu yang memiliki kemandirian, tanggung jawab, dan memiliki pola pikir (*mindset*) positif.

B. ASPEK-ASPEK KONSELING

Konseling adalah proses bantuan yang diberikan kepada klien dalam bentuk hubungan terapeutik antara konselor dan klien agar klien dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penyesuaian diri, atau berperilaku baru sehingga memperoleh kebahagiaan. Aspek-aspek penting dalam konseling dapat dikemukakan sebagai berikut.

- a. Konseling sebagai suatu proses.
Berkaitan dengan aspek ini bahwa dalam konseling terdapat adanya proses yang dilakukan oleh klien dengan konselor dalam mencapai tujuan yang diharapkan oleh klien. Proses tersebut diwujudkan dalam beberapa pertemuan atau tatap muka sesuai dengan kebutuhan.
- b. Konseling sebagai hubungan terapeutik.
Hubungan terapeutik adalah hubungan interpersonal bukan hubungan yang impersonal. Dalam hubungan terapeutik adanya keterbukaan, kepercayaan, kelulusan, penghargaan, dan empati.
- c. Konseling merupakan usaha bantuan.
Konseling adalah proses pemberian bantuan kepada klien yang berupa pemahaman diri, penyesuaian diri, peningkatan kepercayaan diri, pembentukan perilaku dasar, dan peningkatan keterampilan tertentu.
- d. Konseling mengarahkan pada tercapainya tujuan klien.
Tujuan konseling bagi klien adalah terselesaikannya masalah yang dihadapi seorang klien. Tujuan akhir konseling adalah



kebahagiaan hidup atau terhindarnya seseorang dari masalah-masalah yang mengganggu, tersolusinya persoalan yang mengganggu pikiran dan perasaan, atau mengganggu seseorang dalam hidupnya.

e. Konseling mengarahkan kemandirian klien.

Setelah tujuan konseling tercapai atau diperoleh solusi masalah yang dihadapinya, klien diharapkan dapat mandiri dalam menyelesaikan masalah selanjutnya. Kemandirian klien ditandai dengan adaptif atau penyesuaian diri dengan lingkungan, dan berinteraksi sosial secara wajar seorang klien.

Tujuan utama psikologi konseling adalah agar dapat memperlakukan orang/klien secara tepat. Psikologi konseling bertujuan agar dapat memahami diri, mengekspresikan perasaan dan pikiran, menemukan elan atau semangat dan kekuatan diri, mencoba berperilaku baru yang lebih prospektif, menguasai keterampilan baru, dan melakukan inovasi diri.

Psikologi konseling adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku dan psikis klien dalam proses konseling. Psikologi konseling merupakan psikologi khusus yang fokus mempelajari kejiwaan dan tingkah laku klien yang sedang mengalami problem dalam kehidupannya.

Oleh karena dalam situasi konseling pihak yang terlihat adalah klien dan konselor atau mengelaborasi perilaku klien dan perilaku konselor. Dalam psikologi konseling dipelajari kondisi psikis dan tingkah laku klien dengan harapan dapat mengarahkan kepada perilaku baru yang lebih baik. Selain itu, peran konselor dalam *setting* konseling cukup besar maka dipelajari juga bagaimana seharusnya konselor berperilaku dan memperlakukan klien agar tujuan konseling tercapai. Misalnya, bagaimana konselor menerima klien, menjalin hubungan terapeutik, memahami klien, mengarahkan klien, dan mengatakan sesuatu kepada klien.

Kondisi psikis dan perilaku klien yang perlu dipahami antara lain, kondisi emosi klien, penampilan, pola pikir klien, keterbukaan klien, komunikasi klien, dan perubahan perilaku klien.



C. RUANG LINGKUP PSIKOLOGI KONSELING

Telaah tentang psikologi konseling tidak terlepas dari fokus kajian dari psikologi itu sendiri. Oleh sebab itu, para pakar memberikan lingkup kajian psikologi konseling sama dengan lingkup bahasan psikologi.

Lingkup dimaksud terdiri dari aspek pelayanan, fungsi, sasaran tertentu seperti pendidikan dan aspek sosial budaya.

1. Ruang Lingkup dari Segi Pelayanan

a. Pelayanan bimbingan konseling di sekolah.

Keterkaitan antara bidang pelayanan bimbingan konseling dan bidang-bidang lain, di mana terdapat tiga pelayanan pendidikan yakni *Pertama*, bidang kurikulum dan pengajaran yang meliputi semua bentuk pengembangan dan kurikulum berikut dengan pelaksanaan pengajaran dimaksud yang diwujudkan dalam bentuk keterampilan, sikap dan kemampuan berkomunikasi dengan peserta didik.

Kedua, Bidang administrasi dan kepemimpinan yang diwujudkan dalam kegiatan perencanaan, pembiayaan, prasarana dan sarana fisik serta pengawasan. *Ketiga*, Bidang kesiswaan, yaitu aspek yang melingkupi berbagai fungsi dan kegiatan yang merujuk pada pelayanan kesiswaan secara individual.

Tanggung jawab konselor di Sekolah/Madrasah yang diwujudkan dalam pelaksanaan tugas dan tanggung jawab, menjadi pelayan bagi pencapaian tujuan pendidikan secara komprehensif.

b. Pelayanan bimbingan dan konseling di luar sekolah.

Bimbingan dan konseling di luar sekolah/madrasah seperti dengan keluarga di mana hubungan dan sinergitas pihak sekolah dengan keluarga harus dibangun. Kualitas kehidupan dalam masyarakat akan menentukan kualitas sosial kemasyarakatan. Bimbingan dan konseling keluarga bertujuan untuk menangani permasalahan pada sebuah keluarga seperti hubungan antar



sesama anggota keluarga, perselisihan, perceraian, dan lain sebagainya.

- c. Bimbingan dan konseling dalam lingkungan yang lebih luas. Lingkungan yang lebih luas dalam konteks ini adalah layanan bimbingan dan konseling pada lingkup yang lebih luas di luar lingkungan keluarga, seperti lingkungan kerja, lingkungan perusahaan, dan lingkungan sosial kemasyarakatan lainnya yang memerlukan penanganan secara profesional dalam bimbingan konseling ini.

2. Ruang Lingkup dari Segi Fungsi

- a. Fungsi pemahaman
Fungsi pemahaman memiliki aspek yang perlu diketahui berupa pemahaman terkait dengan masalah klien, pemahaman tentang lingkungan dan aspek terkait lainnya. Aspek terkait dengan masalah klien seperti mengenal klien secara mendalam seperti latar belakang, kekuatan dan kelemahan, kondisi lingkungan keluarga. Adapun terkait dengan lingkungan baik lingkungan dalam lingkup sempit maupun luas, maka harus diketahui secara komprehensif agar dapat diberikan terapi, solusi yang tepat dan akurat.
- b. Fungsi pencegahan
Fungsi pencegahan ini diharapkan agar klien yang mengalami ketegangan atau gangguan tingkat lanjut terhadap hidupnya dapat diantisipasi dan diatasi sehingga keluar dari persoalan yang dihadapinya.
- c. Fungsi pengentasan
Dalam bimbingan dan konseling, konselor bukan hanya ditugaskan untuk mengenal unsur-unsur fisik di luar klien, namun juga konselor harus dapat mengentas persoalan dimaksud dengan menggunakan kekuatan dan potensi dalam diri klien.
- d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan
Fungsi pemeliharaan dan pengembangan mengandung arti bahwa, memperlihatkan segala yang baik pada diri indivi-



du, baik aspek pembawaan maupun pengembangan potensi diri klien harus dilakukan pengembangan dan penerahan potensinya. Dalam bimbingan dan konseling diimplementasikan dalam berbagai upaya, implementasi dan tindakan aksi sehingga potensi positif klien dapat terpelihara dan berkembang secara optimal.

3. Ruang Lingkup dari Segi Sasaran

- a. Perorangan atau individu atau pengembangan kehidupan pribadi.
Pengembangan individu ini memiliki sasaran bidang pelayanan dalam rangka membantu klien dalam memahami, menilai dan mengembangkan potensi dan kecakapan, bakat dan minat, serta kondisi sesuai dengan karakteristik kepribadian dan kebutuhan dirinya secara realistik.
- b. Kelompok/bimbingan dan konseling kelompok.
Bimbingan konseling kelompok ini memiliki sasaran untuk mengarahkan layanan kepada kelompok individu. Dengan satu kali keinginan, maka layanan ini akan memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang.

4. Ruang Lingkup dari Aspek Pendidikan

- a. Pengembangan kemampuan belajar
Pengembangan kemampuan belajar sangat berkaitan dengan bidang layanan yang membantu peserta didik/klien untuk mengembangkan kemampuan belajar dalam rangka mengikuti pendidikan sekolah dan belajar secara mandiri.
- b. Bimbingan konseling karier
Bimbingan konseling karier sangat berkaitan dengan upaya pelayanan yang memberikan stimulus dalam memahami dan menilai informasi serta memiliki dan mengambil keputusan karier.



5. Ruang Lingkup dari Segi Sosial Budaya

Pengembangan kehidupan sosial, yaitu bidang pelayanan yang membantu klien termasuk peserta didik dalam memahami dan menilai serta mengembangkan kemampuan hubungan sosial yang sehat dan efektif, baik dengan teman sebaya, anggota keluarga maupun warga lingkungan sosial yang lebih luas.

D. PERBEDAAN PSIKOLOGI KONSELING DENGAN PSIKOLOGI TERAPI

Menurut sebagian ahli, psikoterapi, dan konseling dianggap sinonim, karena memiliki banyak kesamaan. Sebagai misal, dalam hal tujuan mempunyai kesamaan di mana sama-sama untuk membantu orang lain. Tetapi sebagian ahli lainnya menganggap bahwa kedua hal tersebut berbeda, maka perlu terus dilakukan upaya pembedaan agar keprofesiannya jelas dan diketahui masyarakat supaya jelas dan tidak menimbulkan keraguan.

Ivey & Simek-Downing (1980) berpendapat bahwa, psikoterapi adalah proses jangka panjang, berhubungan dengan upaya merekonstruksi seseorang dan perubahan yang lebih besar dalam struktur kepribadian. Adapun konseling dikemukakan oleh mereka sebagai suatu proses yang lebih intensif berhubungan dengan upaya membantu orang normal mencapai tujuannya dan agar berfungsi lebih efektif. Berdasarkan pengertian dari Ivey dan Simek-Downing dapat disimpulkan bahwa perbedaannya terletak pada waktu. Psikoterapi mengubah kepribadian seseorang dengan jangka waktu yang lama, sedangkan konseling hanya membantu seseorang yang normal agar lebih efektif dan mencapai tujuannya.

Berikut dikemukakan beberapa perbedaan antara psikoterapi dan konseling dilihat dari aspek tujuan, klien, konselor, penyelenggara, dan metode yang digunakan.



1. Berdasarkan Tujuan

Menurut Hans dan Mc Lean (1995), konseling menitikberatkan pada upaya pencegahan agar tidak terjadi penyimpangan. Konseling bertujuan untuk membantu seseorang menghadapi tugas-tugas perkembangan. Contohnya remaja yang menghadapi masalah seks. Adapun psikoterapi menyembuhkan penyimpangan yang terjadi baru melakukan pencegahan agar penyimpangan itu tidak timbul kembali. Dapat dikatakan bahwa psikoterapi bertujuan untuk menyembuhkan.

Menurut Mowrer (1953), konseling mengatasi orang yang mengalami kecemasan normal. Adapun psikoterapi mengatasi orang yang mengalami gangguan kecemasan. Adapun Tyler (1961) berpendapat bahwa, konseling berhubungan dengan proses bantuan terhadap klien agar menumbuhkan identitas, sedangkan psikoterapi melakukan perubahan pada struktur dasar perkembangannya.

Steffle & Grant (1972) mengatakan tujuan konseling terbatas hanya memengaruhi perkembangan seseorang dengan situasi sesaat, sedangkan psikoterapi tidak hanya memperhatikan aspek kekinian, melainkan yang akan datang. Adapun, Blocher (1996) merumuskan perbedaan antara keduanya terkait (a) pada konseling: *developmental – educative – preventive* dan (b) pada psikoterapi: *remediative – adjustive – therapy*.

Dari berbagai pandangan tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa, perbedaan psikoterapi dan konseling dilihat dari tujuannya adalah psikoterapi untuk menyembuhkan, mengubah seseorang yang telah mengalami masalah untuk jangka waktu yang panjang. Adapun konseling bertujuan untuk mencegah seseorang mengalami masalah serta membantu seseorang untuk menemukan identitas dirinya yang sebenar-benarnya.

2. Dilihat dari Klien, Konselor, dan Penyelenggara

Secara tradisional membedakan konseling dan psikoterapi cukup mudah, karena pada konseling, konselor menghadapi klien yang normal, sedangkan psikoterapi, terapis menghadapi klien



yang mengalami neurosis atau psikosis. Patterson (1973) dan Pallone (1977) mengatakan konseling diberikan pada klien, sedangkan psikoterapi diberikan pada seorang pasien.

Konselor dan psikoterapis memiliki latar belakang pendidikan yang berbeda, namun ada kesamaan, terletak pada subjek tertentu yang harus dilatih dan dipelajari seperti teori dasar kepribadian dengan perkembangan, gangguan, perubahan dan penilaian dan alat penilainya.

Konseling dapat dilakukan pada lembaga pendidikan seperti sekolah, perguruan tinggi, biro khusus atau praktik pribadi. Psikoterapi dilakukan pada kegiatan yang bersifat klinis di lembaga pendidikan dengan pengaturan dan suasana yang khusus. Namun, psikoterapi banyak dilakukan di rumah sakit, lembaga khusus atau praktik pribadi yang berhubungan dengan kesehatan.

3. Dilihat dari Metode

Perbedaan antara konseling dan psikoterapi tidak terlalu banyak, karena beberapa metode yang dipakai keduanya hampir sama. Sebagai misal, rapor, menerima dan menghargai hakikat dan martabat pasien, kualitas hubungan dengan pembatasan-pembatasannya. Namun, perbedaan antara keduanya dapat dilihat sebagaimana dikemukakan oleh Steffle & Grant (1972), yaitu konseling ditandai oleh jangka waktu yang lebih singkat, lebih sedikit waktu pertemuannya, lebih banyak melakukan evaluasi psikologis, lebih memperhatikan masalah sehari-hari klien, lebih memfokuskan pada aktivitas kesadaran, lebih memberikan nasihat, kurang berhubungan dengan transferens, lebih menekankan pada situasi yang riil, lebih kognitif dan berkurang intensitas emosi, lebih menjelaskan atau menerangkan dan lebih sedikit kekaburannya.

Psikoterapi menurut Phares dalam Markam (2007) dapat dibedakan menjadi dua aspek, yaitu menurut taraf kedalamannya dan menurut tujuannya. Menurut kedalamannya dibedakan psikoterapi suportif, psikoterapi reedukatif, dan psikoterapi rekonstruktif.



Psikoterapi suportif bertujuan untuk memperkuat perilaku penyesuaian diri klien yang sudah baik, memberi dukungan psikologis dan menghindari diri dari usaha untuk menggali apa yang ada dalam alam bawah sadar klien. Alasan penghindaran karena kalau akan “dibongkar” ketidaksadarannya, klien ini mungkin akan menjadi lebih parah dalam penyesuaian dirinya. Psikoterapi suportif biasanya dilakukan untuk memberikan dukungan pada klien untuk tetap bertahan menghadapi kesulitannya.

Psikoterapi reedukatif bertujuan untuk mengubah pikiran atau perasaan klien agar ia dapat berfungsi lebih efektif. Terapis mengajak klien atau pasien untuk mengkaji ulang keyakinan klien, mendidik kembali agar ia dapat menyesuaikan diri lebih baik setelah mempunyai pemahaman yang baru atas persoalannya. Terapis tidak hanya membatasi diri membahas kesadaran saja, namun juga tidak terlalu menggali ketidaksadaran. Psikoterapi jenis reedukatif ini biasanya yang terjadi dalam konseling.

Psikoterapi rekonstruktif bertujuan untuk mengubah seluruh kepribadian pasien/klien, dengan menggali ketidaksadaran klien, menganalisis mekanisme defensif yang patologis, memberi pemahaman akan adanya proses-proses tak sadar dan seterusnya. Psikoterapi jenis ini berkaitan dengan pendekatan psiko analisis dan biasanya berlangsung intensif dalam waktu yang sangat lama (Gunarsa S.D., 1996).

E. HUBUNGAN PSIKOLOGI KONSELING DENGAN PSIKIATRI

Psikiatri merupakan spesialisasi yang sulit dibedakan dari kekhususan konseling. Perbedaan pokok antara psikiatri dan psikologi konseling dapat dilihat dari dua aspek, yaitu pendidikan tenaga dan masalah konseling.

Dilihat dari pendidikan tenaga psikiatri, lebih ditekankan pada pendidikan medis yang dibangun pada lingkungan kedokteran, sedangkan konseling lebih ditekankan pada pendidikan psikopedagogis. Adapun dilihat dari masalah konseli, perbedaan



lain yang dapat ditonjolkan ialah bahwa psikiatri menangani masalah yang berhubungan dengan kondisi emosional yang lebih berat, sedangkan konseling menangani masalah emosi yang ringan seperti: kecemasan, stres ringan, depresi, konflik, ketergantungan, dan frustrasi.

F. METODE PENGEMBANGAN PSIKOLOGI KONSELING

Psikologi konseling sebagai ilmu pengetahuan (*scientific*), sangat diperlukan konselor untuk mengendalikan layanan konselingnya kepada konseli, yaitu individu yang membutuhkan bantuan konseling. Oleh karena itu, keberadaan psikologi konseling harus dikembangkan sedemikian rupa sejalan dengan dinamika psikososial konseli sebagai individu yang memiliki keunikan dan sebagai anggota masyarakat. Di pihak lain, dinamika masyarakat sebagai dampak gelombang globalisasi dewasa ini dapat dihindari lagi, semuanya ini berpengaruh terhadap kompleksitas masalah-masalah konseli.

Dilihat dari waktu pelaksanaannya, metode pengembangan psikologi konseling dapat dibedakan menjadi dua bagian besar, yaitu metode *longitudinal* dan metode *cross-sectional*.

1. Metode Longitudinal

Metode longitudinal merupakan metode pengembangan yang dilakukan dalam kurun waktu relatif lama untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan. Aktivitas pengembangan dilakukan hari demi hari, bulan demi bulan, dan tahun demi tahun. Karena itu, apabila dilihat dari aspek perjalanan pengembangan, metode ini digunakan untuk mengembangkan psikologi konseling secara vertikal (kedalaman).

Contoh: Konselor hendak mengembangkan penerapan teori-teori konseling tertentu seperti teori *Gestalt*, *cognitive behavioral therapy*, *interaksional*, atau *transaksional*, untuk membantu konseli yang menderita depresi.



2. Metode *Cross-Sectional*

Berbeda dengan metode *longitudinal*, metode *cross-sectional* merupakan metode pengembangan yang tidak membutuhkan waktu terlalu lama, dengan kata lain hanya menggunakan waktu yang relatif singkat dapat diperoleh data-data yang banyak dengan menggunakan sampel lebih dari satu konseli. Jadi metode ini digunakan untuk mengembangkan psikologi konseling secara horizontal hanya mengumpulkan data-data secara teliti dari beberapa konseli dengan menggunakan metode-metode tertentu dan hasilnya dianalisis serta diinterpretasi secara objektif.

Metode yang dapat digunakan sebagai berikut:

- a. Metode introspeksi
Introspeksi atau mawas diri adalah penghayatan terhadap kehidupan psikisnya sendiri, ini merupakan sumber pengenalan yang penting dalam psikologi konseling. Metode introspeksi dapat dilakukan secara eksperimental dan noneksperimental.
- b. Metode ekstrospeksi
Metode ekstrospeksi adalah pengamatan yang sistematis terhadap kehidupan psikis orang lain, untuk memahami ciri-ciri khas individu tersebut. Metode ini sangat berguna bila digunakan bersama dengan metode introspeksi.
- c. Metode kuesioner
Kuesioner atau sering disebut angket merupakan pengembangan psikologi konseling dengan menggunakan daftar pertanyaan atau pernyataan yang harus dijawab secara tertulis oleh responden dari kegiatan pengembangan tersebut
- d. Metode *interview*
Metode *interview* disebut juga metode wawancara, yaitu salah satu metode pengembangan psikologi konseling yang dilaksanakan dengan melakukan wawancara kepada sejumlah responden dengan menggunakan pedoman wawancara.
- e. Metode dokumentasi
Secara harfiah dokumentasi artinya pengumpulan, pemilihan, pengolahan, dan penyimpanan informasi dalam bidang



pengetahuan (*Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 1990). Metode dokumentasi dapat didefinisikan sebagai suatu teknik untuk memperoleh informasi dengan cara mempelajari berbagai dokumen yang telah didokumentasikan.

f. Metode sosiometri

Sosiometri merupakan metode yang paling tepat untuk memperoleh data mengenai hubungan sosial siswa. Dengan teknik ini, kita dapat memperoleh data tentang susunan hubungan antar-individu, struktur hubungan individu, intensitas hubungan, dan arah hubungan sosial individu.

g. Metode biografi

Biografi atau disebut riwayat hidup merupakan metode yang efektif apabila digunakan untuk menggali informasi yang mendalam mengenai berbagai kejadian yang telah dialami oleh individu konseli.

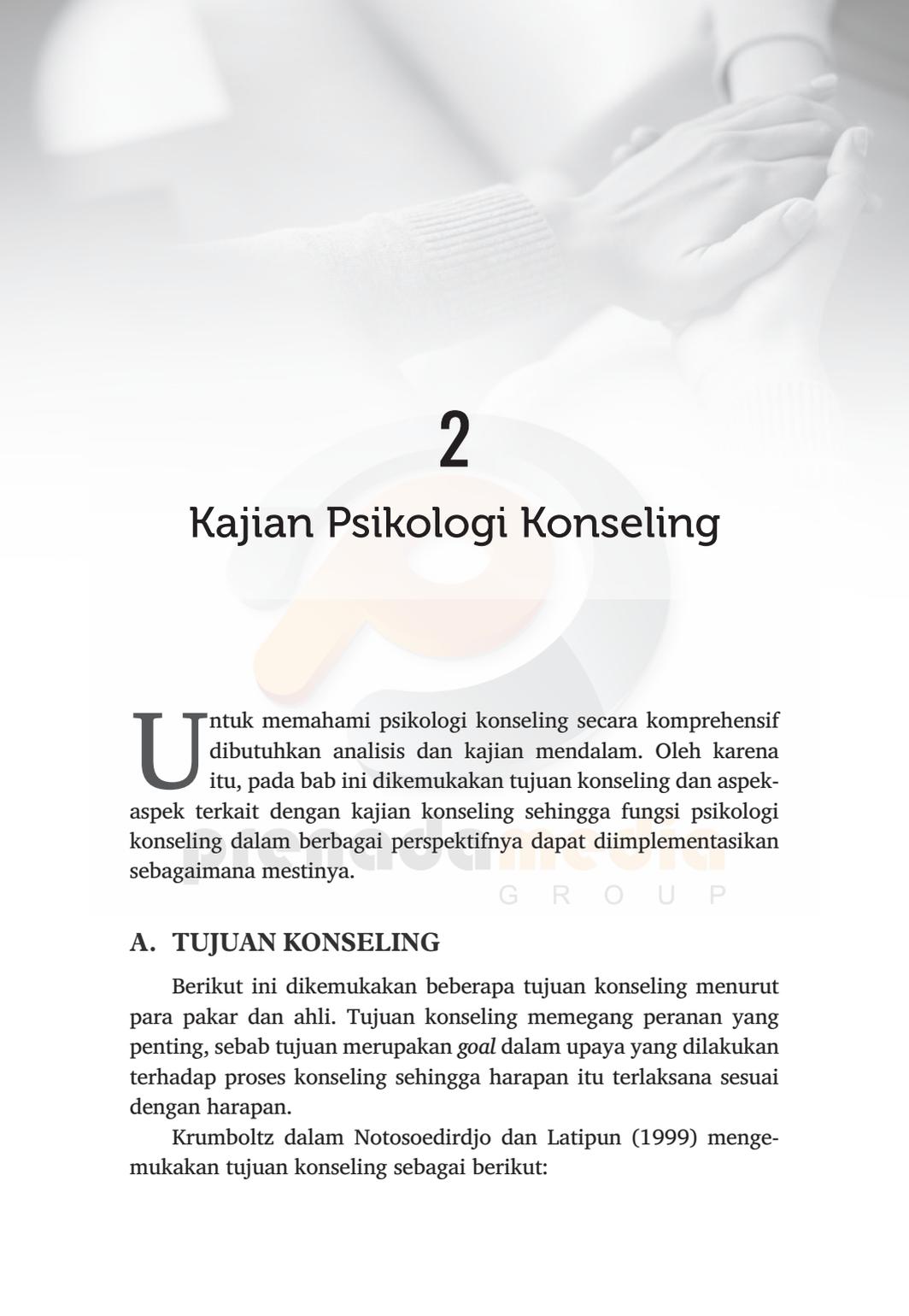
h. Metode kelompok

Metode kelompok (*group method*) merupakan pengembangan yang dilakukan dengan menggunakan dinamika kelompok (*group dynamics*). Menurut Prayitno (2005) dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada di dalam suatu kelompok.

i. Metode tes

Metode tes di era sekarang sangat populer digunakan orang untuk mengumpulkan data terhadap kemampuan individu, baik kemampuan potensial (*potential ability*) maupun kemampuan nyata (*actual ability*) (Khairani, 214: 26-28).





2

Kajian Psikologi Konseling

Untuk memahami psikologi konseling secara komprehensif dibutuhkan analisis dan kajian mendalam. Oleh karena itu, pada bab ini dikemukakan tujuan konseling dan aspek-aspek terkait dengan kajian konseling sehingga fungsi psikologi konseling dalam berbagai perspektifnya dapat diimplementasikan sebagaimana mestinya.

G R O U P

A. TUJUAN KONSELING

Berikut ini dikemukakan beberapa tujuan konseling menurut para pakar dan ahli. Tujuan konseling memegang peranan yang penting, sebab tujuan merupakan *goal* dalam upaya yang dilakukan terhadap proses konseling sehingga harapan itu terlaksana sesuai dengan harapan.

Krumboltz dalam Notosoedirdjo dan Latipun (1999) mengemukakan tujuan konseling sebagai berikut:

1. Mengubah perilaku yang salah penyesuaian
Para ahli konseling dan psikoterapi berpandangan bahwa tujuan konseling adalah mengubah tingkah laku klien yang salah penyesuaian menjadi perilaku yang tepat penyesuaiannya. Seseorang yang salah penyesuaian perlu mendapatkan konseling, jika tidak dibantu maka dapat berpengaruh pada perkembangan kepribadiannya.
Terkadang ada klien yang tidak dapat memahami diri dan perilakunya sendiri, jika klien memang ingin penyesuaian yang baik maka klien harus menyadari dan memiliki kemauan untuk berubah, agar proses konseling dapat berjalan lancar.
2. Belajar membuat keputusan
Dalam proses konseling juga harus belajar dalam membuat keputusan. Memang tidak gampang dalam mengambil keputusan, tetapi klien harus belajar dan berani dalam hal itu. Karena yang lebih tahu dan paham tentang masalah tersebut adalah klien itu sendiri.
Setiap keputusan yang diambil pasti memiliki konsekuensi positif dan negatif, menguntungkan dan merugikan, yang menunjang maupun yang menghambat. Oleh sebab itu, dorongan dari konselor sangat diperlukan tetapi dengan risiko yang sudah dipertimbangkan sebelumnya sebagai konsekuensi alamiah.
3. Mencegah munculnya masalah
Mencegah munculnya masalah mengandung tiga pengertian, yaitu mencegah jangan sampai mengalami masalah di kemudian hari, mencegah jangan sampai masalah yang dialami bertambah berat atau berkepanjangan, mencegah jangan sampai masalah yang dihadapi berakibat gangguan yang menetap.

Ketiga tujuan tersebut bersifat kontinum. Maksudnya bahwa, konseling tersebut dapat dicapai secara bertahap, dan pada gilirannya hendak mencapai tujuan akhirnya. Karena tujuan akhir tidak akan tercapai jika tidak melalui tujuan yang sebelumnya.



John McLeod, dalam Tohirin (2007) mengemukakan tujuan konseling adalah:

1. **Pemahaman.**
Adanya pemahaman terhadap akar dan perkembangan kesulitan emosional, mengarah kepada peningkatan kapasitas untuk lebih memilih kontrol rasional ketimbang perasaan dan tindakan.
2. **Berhubungan dengan orang lain.**
Menjadi lebih mampu membentuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna dan memuaskan dengan orang lain; misalnya dalam keluarga atau di tempat kerja.
3. **Kesadaran diri.**
Menjadi lebih peka terhadap pemikiran dan perasaan yang selama ini ditahan atau ditolak, atau mengembangkan perasaan yang lebih akurat berkenaan dengan bagaimana penerimaan orang lain terhadap diri.
4. **Penerimaan diri.**
Perkembangan sikap positif terhadap diri, yang ditandai oleh kemampuan menjelaskan pengalaman yang selalu menjadi subjek kritik diri dan penolakan.
5. **Aktualisasi diri atau individuasi.**
Pergerakan ke arah pemenuhan potensi atau penerimaan integrasi bagian diri yang sebelumnya saling bertentangan.
6. **Pencerahan.**
Membantu klien mencapai kondisi kesadaran spiritual yang lebih tinggi.
7. **Pemecahan masalah.**
Menemukan pemecahan problem tertentu yang tak bisa dipecahkan oleh klien seorang diri. Penuntut kompetensi umum dalam pemecahan masalah.
8. **Pendidikan psikologi.**
Membuat klien mampu menangkap ide dan teknik untuk memahami dan mengontrol tingkah laku.
9. **Memiliki keterampilan sosial.**
Mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan inter-



personal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan, asertif, atau pengendalian kemarahan.

10. Perubahan kognitif.
Modifikasi atau mengganti kepercayaan yang tak rasional atau pola pemikiran yang tidak dapat diadaptasi, yang diasosiasikan, tingkah laku penghancuran diri.
11. Perubahan tingkah laku.
Modifikasi atau mengganti pola tingkah laku yang adaptif atau merusak.
12. Perubahan sistem.
Memperkenalkan perubahan dengan cara beroperasinya sistem sosial (contoh, keluarga).
13. Penguatan.
Berkenaan dengan keterampilan, kesadaran, dan pengetahuan yang akan membuat klien mampu mengontrol kehidupannya.
14. Restitusi.
Membantu klien membuat perubahan kecil terhadap perilaku yang merusak.
15. Reproduksi (*generativity*) dan aksi sosial.
Menginspirasi dalam diri seseorang terhadap kapasitas untuk peduli terhadap orang lain, membagi pengetahuan, dan mengontribusikan kebaikan bersama (*collective good*) melalui kesepakatan politik dan kerja komunitas.

Dalam beberapa perspektif lainnya, tujuan konseling dapat dikemukakan sebagai berikut:

- a. Perubahan perilaku
Perubahan perilaku yang dimaksudkan pada konteks ini adalah hubungan dengan orang lain, situasi keluarga, prestasi akademik, pengalaman pekerjaan, dan semacamnya. Menurut Rogers (Shertzer & Stone, 1980) bahwa, salah satu hasil konseling adalah pengalaman-pengalaman tidak dirasa menakutkan, individu kecemasannya berkurang, dan cita-citanya hampir lebih harmonis dengan persepsi tentang dirinya dan tampak lebih berhasil. Jadi, perubahan tersebut bersifat permanen.



b. Kesehatan mental yang positif

Ada yang berpendapat bahwa, tercapainya tujuan konseling karena pemeliharaan dan pencapaian kesehatan mental yang positif. Jika tujuan kesehatan mental ini tercapai maka individu mencapai integrasi, penyesuaian, dan identifikasi positif dengan yang lainnya. Menurut Thorne (Shertzer & Stone, 1980) bahwa, tujuan utama konseling adalah menjaga kesehatan mental dengan mencegah atau membawa ketidakmampuan menyesuaikan diri atau gangguan mental. Terkait dengan ini ada baiknya dikemukakan pandangan Patterson (Shertzer & Stone, 1980) yang mengemukakan bahwa, karena tujuan konseling adalah pemeliharaan, pemulihan kesehatan mental yang baik atau harga diri, maka situasi-situasi konseling harus ditandai dengan tidak adanya ancaman. Kell dan Mueller (Shertzer & Stone, 1980) menyatakan bahwa, promosi dan pengembangan rasa persamaan, serta saling memberi dan menerima penghargaan antara sesama manusia merupakan tujuan konseling.

c. Pemecahan masalah

Biasanya orang-orang menganggap bahwa, tujuan konseling sebagai pemecahan masalah. Menurut Krumboltz (Shertzer & Stone, 1980) bahwa, alasan utama eksistensi konseling didasarkan pada fakta bahwa orang-orang mempunyai masalah-masalah yang tidak sanggup mereka pecahkan sendiri. Tujuan utama konseling adalah membantu setiap klien dalam memecahkan suatu masalah. Kemudian ia menyatakan bahwa konselor behavioral terutama membantu klien mengubah perilaku sesuai keinginannya. Krumboltz selanjutnya membuat tiga kategori tujuan-tujuan behavioral: mengubah perilaku salah-suai, mempelajari proses pengambilan keputusan, dan mencegah masalah-masalah.

d. Keefektifan personal

Tujuan meningkatkan keefektifan personal berhubungan erat dengan pemeliharaan kesehatan mental yang baik dan perubahan tingkah laku. Blocher memperkenalkan dua tu-



ujuan konseling. *Pertama*, konseling ingin memaksimalkan kemungkinan kebebasan individual dalam keterbatasan-keterbatasan yang berlaku bagi dirinya dan lingkungannya. *Kedua*, konseling ingin memaksimalkan keefektifan individual dengan memberinya kesanggupan mengontrol lingkungannya dan *response-response* pada dirinya yang ditimbulkan oleh lingkungan. Shoben (Shertzer & Stone, 1980) juga memandang perkembangan pribadi sebagai tujuan dari konseling. Ia mendefinisikan bahwa konseling sebagai pengalaman perkembangan dalam memecahkan masalah atau dalam pengambilan keputusan untuk membantu perkembangan pribadi.

e. Pengambilan keputusan

Ada yang berpendapat bahwa tujuan konseling adalah memungkinkan individu mengambil keputusan dalam hal-hal yang sangat penting bagi dirinya. Keputusan tersebut merupakan pilihan dari klien sendiri, tidak ditentukan oleh konselor. Klien belajar mengestimasi konsekuensi-konsekuensi yang mungkin terjadi dalam pengorbanan pribadi, waktu, tenaga, uang, risiko, dan lain-lain.

Tyler mendefinisikan tujuan konseling terutama sebagai pengambilan keputusan. Tujuan konseling ialah memungkinkan pemilihan-pemilihan yang bijaksana dan ini menjadi landasan perkembangan selanjutnya.

Berkaitan dengan tujuan konseling di atas dapat dikemukakan bahwa, tujuan umum bimbingan dan konseling dalam rangka menambah khazanah pengetahuan. Adapun tujuan umum dari layanan bimbingan dan konseling adalah sesuai dengan tujuan pendidikan sebagaimana dinyatakan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (Undang-Undang No. 2 Tahun 1989), yaitu terwujudnya manusia Indonesia seutuhnya yang cerdas, yang beriman, dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan (Depdikbud, 1994: 5).



Secara khusus layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Bimbingan pribadi-sosial dimaksudkan untuk mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi-sosial dalam mewujudkan pribadi yang takwa, mandiri, dan bertanggung jawab. Bimbingan belajar dimaksudkan untuk mencapai tujuan dan tugas perkembangan pendidikan. Bimbingan karier dimaksudkan untuk mewujudkan pribadi pekerja yang produktif.

B. FUNGSI DAN PERSPEKTIF PSIKOLOGI KONSELING

Berkaitan dengan bahasan ini akan dikutip beberapa hal terkait sebagaimana dikemukakan Musyafak Assyari dalam <http://file.upi.edu> (2019) di mana dikemukakan bahwa, psikologi konseling telah berkembang dengan memadukan antara bimbingan dan psikoterapi ke dalam suatu program pengembangan konsep dan metode-metode baru berdasarkan pada bidang psikologi. Adapun tahapan yang dilalui, yaitu: Pembukaan (orientasi masalah – *establishment*), konseptualisasi (identifikasi masalah), intervensi (*eksperimentasi*), dan evaluasi. Fungsi pengembangan profesional juga dimasukkan untuk memberikan informasi tentang pelatihan dan pendidikan yang dibutuhkan.

Dalam memilih fungsi-fungsi konseling, dilakukan dengan memahami aktivitas-aktivitas konseling berdasarkan kerangka kerja pemecahan masalah. Dengan merujuk pada pendapat John Dewey (1916) tentang pemecahan masalah, di mana terdapat empat fungsi dasar konseling yang sekaligus juga merupakan satu kesatuan yang integratif.

Berdasarkan perspektif sejarah lahirnya konseling, kajian psikologi konseling dapat diurutkan pembahasannya yang meliputi, membimbing, menyembuhkan, memfasilitasi, memodifikasi, merestrukturisasi, mengembangkan, memengaruhi, mengomunikasikan, dan mengorganisasikan.



1. Membimbing/Memandu (*Guiding*)

Memandu bukanlah paksaan, yang berarti mengabaikan perasaan atau terlalu mengendalikan pandangan-pandangan individu. Tetapi lebih kepada merefleksikan secara pasif pandangan-pandangan individu. Dalam perspektif pendidikan, memandu berarti menyelesaikan suatu masalah yang ada dalam diri seseorang atau secara potensial ada dalam diri seseorang, melalui sumber-sumber eksternal. Tetapi bukan merupakan paksaan eksternal atau paksaan yang muncul karena ada penolakan konselor. Namun, lebih sebagai hasil yang dibuat melalui kontak dengan dunia pada diri klien itu sendiri. Dengan demikian, memandu bukan menghalangi kebutuhan pengajaran atau informasi, tetapi sumber-sumber eksternal tersebut merupakan bagian dari suatu pertukaran pandangan antara konselor dengan klien menuju kepada pemahaman bersama, resolusi masalah, dan mengejar keunggulan.

2. Menyembuhkan (*Healing*)

Dalam psikologi konseling perspektif modern tentang penyembuhan berakar dalam beberapa tradisi sejarah yang mendasari psikoterapi dinamik, khususnya tradisi spiritual dan ilmiah.

Dalam tradisi spiritual, penderitaan manusia disebabkan oleh kerasukan spiritual, sehingga bentuk-bentuk *treatment*-nya dilakukan dengan meminjam dari masyarakat primitif, di antaranya adalah melalui: (1) *exorcism* atau pengusiran roh jahat; dan (2) pengobatan jiwa yang dilakukan melalui pengakuan dosa sebagaimana tradisi dalam komunitas Protestan, suatu pertanda penting lain dari psikoterapi dinamik.

Dalam tradisi ilmiah ditandai dengan digunakannya metode *hipnotisme* sebagai metode penyembuhan, sedangkan dalam psikoterapi dinamik yang diawali dengan praktik-praktik penyembuhan terhadap pasien *neruroses*, yaitu penderita *histeria* dan *neurathenia* yang dipelopori oleh Freud, yang dalam konteks konseling kemudian diadaptasi dalam bentuk psikoterapi singkat (*brief psychotherapy*) dan konseling psikoanalitik.



3. Memfasilitasi (*Facilitating*)

Memfasilitasi merupakan reaksi terhadap model-model dan praktik otoritarian dalam psikoterapi. Inti dari perspektif memfasilitasi (disebut juga sebagai pendekatan kekuatan) ketika dipercayai bahwa, individu memiliki kemampuan untuk mengarahkan dirinya sendiri. Dalam konteks yang positif ini, Helper mengandalkan kepada sumber-sumber klien tanpa mengganggu atau mencampuri terhadap pengalaman-pengalaman klien. Memfasilitasi lebih bermakna sebagai membolehkan, menyemangati atau mendorong, dan memberdayakan klien dalam aktivitas-aktivitas yang diprakarsai oleh dirinya sendiri. Penggunaan istilah nondirektif dan berpusat kepada klien untuk menjelaskan refleksi perspektif memfasilitasi merupakan upaya untuk menolak konotasi pengarahan langsung oleh terapis dan pasien sebagai orang yang sakit. Sebagai suatu perspektif, memfasilitasi selalu dicirikan dengan adanya pendekatan yang berpusat kepada klien dari Carl Rogers.

4. Memodifikasi (*Modifying*)

Perspektif memodifikasi sering dikenal dengan modifikasi perilaku, suatu pendekatan yang berkenaan dengan mengubah organisme yang disebabkan oleh faktor lingkungan. Pendekatan ini menggambarkan suatu tujuan umum terhadap beberapa perspektif bantuan lain, termasuk beberapa metode perubahan perilaku yang berdasarkan pada prinsip dan prosedur yang berbeda, seperti pengondisian klasik (Wolpe, 1958), pengondisian operan (Skinner, 1953), belajar sosial (Bandura, 1977), prinsip-prinsip belajar yang luas (*broad principles of learning*) (Ullman dan Krasner, 1975), serta pendekatan klinis dari terapi tingkah laku (Lazarus, 1958), dan beberapa prosedur terapi kognitif (seperti Beck, 1976, Mahoney, 1974, Stone, 1980). Walaupun dalam perspektif memodifikasi kurang ada definisi yang tegas, namun terdapat kesatuan karakteristik yaitu menggantungkan kepada suatu metodologi empirik berdasarkan data yang objektif dan terukur.



5. Merestrukturisasi (*Restructuring*)

Pemunculan kembali kognisi dalam terapi psikologi selama tahun 1970 dan tahun 1980-an telah mengarahkan kepada perspektif merestrukturisasi, yang merupakan paduan antara metode behavioral dengan teori kognitif.

Kebangunan kembali kognitif yang mengarahkan kepada reinterpretasi terhadap psikologi eksperimental, telah memberikan makna baru terhadap makna persepsi, belajar dan motivasi. Dalam studi psikologi, psikolog perkembangan tertarik lagi dengan Piaget (Piaget, 1970), dan meluaskan minat mereka dalam perkembangan kognitif terhadap moral (Kohlberg, 1969), serta kognisi sosial (Shantz, 1975). Psikolog sosial mulai menggunakan pelaporan subjektif, serta pengaruh atribusi terhadap masalah kemanusiaan. Psikolog kepribadian, mulai merekonseptualisasikan kepribadian dalam istilah belajar sosial (Bandura, 1969, Mishel, 1973), menekankan peran *central-mediational process* terhadap pengalaman manusia. Dan banyak lagi peneliti yang menekankan pada kognitif, seperti di bidang psikolinguistik (Chomsky), tidur dan mimpi (Dement), pembayangan (Singer, Paivio, Shepart), dan hipnosis (Orne, Barber, Hilgard).

6. Pengembangan (*Developing*)

Salah satu karakteristik yang membedakan psikologi konseling dengan profesi klinis yang lain adalah kepeduliannya terhadap perkembangan manusia, khususnya berkenaan dengan karier. Sementara itu, beberapa perspektif model bantuan modern lebih menekankan kepada tindakan saat ini dan di sini, tetapi bagaimana menguji perilaku tersebut berbeda dari satu waktu ke waktu lainnya, maka hal tersebut berkenaan dengan pandangan tentang perkembangan yang berlangsung sepanjang waktu sebagai hasil interaksi antara faktor internal (pribadi) dengan faktor eksternal (lingkungan), serta perubahan struktural yang terjadi. Di mana dalam perspektif perkembangan diasumsikan bahwa, individu akan tumbuh efektif melalui interaksi yang sehat antara



pertumbuhan diri dengan lingkungan. Interaksi ini berbeda dalam tipe, kecepatan, dan arah perkembangannya, tergantung kepada fungsi.

7. Memengaruhi (*Influencing*)

Proses interaksional seseorang (*helper*) dalam upaya mengubah tindakan, sikap, dan perasaan orang lain (*helpee*) dapat diidentifikasi sebagai pengaruh sosial. Pengaruh sosial dalam konseling bukan berarti bahwa konselor membatasi klien pada perilaku yang tidak muncul sebelumnya, tetapi lebih kepada menawarkan kontrol baru yang dipandang lebih efektif dalam rangka mengatur perilaku klien yang jelek di masa lalu. Karena itu, pertanyaannya lebih kepada oleh siapa, dengan metode apa, dan apa tujuannya. Pengaruh sosial juga bukan tidak membatasi pada orientasi khusus, tetapi lebih sebagai kerangka konseptual yang mungkin dapat diperhitungkan untuk menjamin keefektifan keragaman metode konseling dalam berbagai perspektif teoretik, dengan fokus kepada penonjolan interaksi manusia yang berkontribusi terhadap pengaruh sosial (bagaimana mengubah) daripada apa yang dikatakan terapis (apa yang berubah).

8. Mengomunikasikan (*Communicating*)

Komunikasi ditunjukkan dengan adanya keterlibatan dalam seluruh perspektif. Dalam konseling dan psikoterapi tradisional, mengomunikasikan dipahami sebagai mengklarifikasi, membuat nyata, membantu klien memahami masalahnya.

Dalam terapi keluarga, komunikasi dipandang dalam konteks yang lebih luas, sebagai hasil analog dan model baru. Komunikasi bukanlah sesuatu yang linier, dari konselor kepada klien, tetapi sebagai suatu sirkuler, yaitu di antara beberapa orang yang ada (keluarga dan konselor). Pandangan ini muncul sebagai perubahan dari kepribadian individu kepada konteks individu, dan dari konteks komunikasi kepada komunikasi tentang komunikasi (meta-komunikasi). Dengan demikian, perspektif komunikasi muncul dari



gerakan terapi keluarga, dan lebih berbeda dengan pendekatan-pendekatan lain dalam konseling, terutama dalam melihat perilaku, sebagaimana dijelaskan dalam riset-riset dalam relasi interpersonal dalam kelompok yang berlangsung secara terus-menerus, dan sekaligus merepresentasikan adanya perubahan atau transisi dari psikologi dan psikiatri kepada ilmu pengetahuan sosial.

9. Mengorganisasikan (*Organizing*)

Mengorganisasikan secara metaporik dapat dipersamakan pada biologi, yaitu membuat suatu organ berproses melalui pemeliharaan dan tindakan dari bagian-bagian dari tubuh itu sendiri. Mengorganisasikan juga mempunyai konotasi lain, yaitu menyusun, merestrukturisasi, efisiensi atau berfungsinya bagian-bagian yang berhubungan.

Dalam perspektif tradisional, individualisme, dan otonomi adalah kerangka kerja dalam proses konseling, karena itu dalam membantu klien adalah menguji tindakan, mengambil tanggung jawab, dan mengubahnya sehingga dapat berubah. Namun, dalam masyarakat modern, bantuan memiliki perbedaan ideologi. Dalam pandangan organik, walaupun peduli dengan fungsi otonomi, tetapi hal tersebut hanya bagian dalam relasi dengan keseluruhan tubuh, atau dalam hubungan dengan lingkungan. Maksudnya bahwa dalam penyesuaian pribadi, dunia luar bukan merupakan realitas yang tidak dapat diubah, tetapi dapat diubah. Dengan demikian, konselor dapat membantu seseorang dengan mengubah keluarga, kelompok, adanya komunitas.

10. Perspektif dalam Perspektif

Perspektif bantuan memiliki kategori yang luas, sehingga dalam psikologi konseling banyak ditemui kesulitan untuk menghasilkan pendekatan yang integratif. Sesuai dengan tugas metodologi ilmu sosial, upaya pertama yang telah dilakukan adalah mengklasifikasi dimensi-dimensi psikologis untuk menjelaskan kebanyakan perspektif konseling dengan membedakan pendekatan-pendekatan



ke dalam dimensi-dimensi berdasarkan pendekatan rasional atau afektif, pemahaman/tindakan, dan analitik/tindakan. Dari ahli kepribadian, ditambahkan dimensi merupakan upaya untuk mengarahkan kepada pertimbangan, keaslian, dan nomotetik/ idemografik. Mitroff dan Kilmann (1978) menggunakan sistem psikologikal Jung untuk menguji perbedaan pendirian ke arah ilmu pengetahuan. Tipologi Jung terintegrasi dalam beberapa dikotomi tradisional dan menawarkan kerangka kerja terhadap klasifikasi dari perspektif konseling.

Selanjutnya, dibutuhkan empat asumsi sebelum mendiskusikan tipologi Jung sehingga menghasilkan sistem klasifikasi. *Pertama*, sistem klasifikasi yang baik akan membantu dalam mengorganisasikan pola-pola praktik konseling tetapi tidak meredusir konselor pada suatu tipe. Dalam kenyataannya, konselor tidak sesuai dengan satu pun tipe karena mereka beragam, bahkan kadang-kadang perilakunya kontradiktif. Diskusi dalam awal bab mengindikasikan bahwa konseling dicirikan dengan inkonsistensi (misal, menekankan kepada salah satu tujuan, yaitu tujuan individu atau tujuan sosial) dan konsistensi (misal, menekankan kepada kondisi *relationship*).

Kedua, bahwa ciri-ciri umum dari tipe konseling tidaklah tetap atau abadi. Masing-masing tipe konseling dikelompokkan dalam atribut potensial yang beragam, tergantung pada sejarah serta situasi dan kondisi. *Ketiga*, bahwa sistem klasifikasi itu terbatas. Gaya utama konseling ini (Jung) mungkin tidak menjelaskan seluruh bentuk konseling, namun sengaja ditonjolkan. Kebanyakan konselor mengombinasikan ciri-ciri gaya-gaya konseling yang berlawanan dan kemudian tidak mudah dijelaskan dalam istilah dari salah satu gaya. *Keempat*, tidak ada gaya yang lebih valid atau diperlukan sekali daripada yang lain. Setiap gaya konseling memiliki kekuatan maupun kelemahan dan beberapa gaya dapat menjadi rusak apabila dipaksakan dengan ekstrem.

Selanjutnya untuk memahami perspektif dalam perspektif akan dibahas dalam sistem Jungian. Sistem psikologis Jung merupakan dasar yang mengikuti skema klasifikasi. Dalam pandangan



proses kognitif, sistem Jung dapat diklasifikasikan dalam dua dimensi, yaitu dimensi informasional, yang lebih suka pada data input, dan dimensi pengambilan keputusan yang merujuk pada proses penalaran yang dicirikan dengan membawa sesuatu menuju kepada jenis-jenis yang disukai dari data input.

Jung menyatakan bahwa informasi diproses melalui penginderaan atau intuisi. Dalam kategori pengindra, individu memproses informasi dengan secara langsung mentransmisikan rangsang fisik (melalui indra penglihatan, perabaan, dan pendengaran) ke dalam kesadaran. Tipe pengindra adalah realistik, lebih menyukai fakta dan detail dari situasi. Mereka ini cenderung analitik, praktis, berorientasi saat ini, dan objektif, dengan penghargaan kepada realitas.

Sebaliknya, individu yang mengarah kepada proses intuitif, membawa rangsang kepada tingkatan yang lebih tinggi daripada tipe pengindra, dengan memperkaya dan mengelaborasi melalui semantik atau analisis kognitif. Karena itu, mereka ini cenderung idealis, tidak berorientasi kepada bagian-bagian objektif tetapi dikonseptualisasikan dalam keseluruhan, situasi dan kondisi yang diterima dengan segera selalu diikuti dengan pembuatan hipotesis.

Kemiripan terjadi di bidang pertimbangan, salah satu caranya adalah menggunakan pemikiran, yaitu menggunakan proses penalaran serta menyandarkan pada aturan-aturan logika (diawali dengan pembuatan premis dan diakhiri dengan kesimpulan) dalam menilai sifat-sifat, makna, dan penggunaan sepenuhnya terhadap sesuatu. Sebaliknya, perasaan, mendasarkan penilaiannya kepada tujuan, kebutuhan, dan kepedulian manusia. Dibandingkan dengan pikiran, perasaan menyandarkan kepada pertimbangan nilai-nilai personalistik daripada abstraksi logika. Perasaan, bukan berarti emosi, tetapi lebih kepada gaya penalaran yang berhubungan dengan pembuatan keputusan berdasar nilai-nilai personal.

Menurut Jung, masing-masing dari dua dimensi psikologis tersebut memiliki dua proses psikologis yang berlawanan, dan seseorang akan mengembangkan pilihan dan kompetensinya dalam salah satu cara, mode atau yang lainnya, dan karena masing-masing



dimensi tersebut bebas, maka seseorang dapat mengombinasikan dalam empat cara untuk memperoleh empat tipe kepribadian, yaitu: (1) penginderaan pikiran; (2) pengindraan perasaan; (3) intuisi perasaan; dan (4) intuisi pikiran.

Berdasarkan hal di atas, tipe atau gaya konseling dapat diidentifikasi menjadi empat yaitu: (1) ilmu terapan (pengindraan/pikiran); (2) estetika (pengindraan/perasaan); (3) filosofis (intuisi/pikiran); dan (4) advokasi (pengindraan/intuisi).

Pada ilmu terapan, memiliki ciri, (a) *concern* kepada akurasi, ketepatan/presisi, kontrol, reliabilitas, reproduktivitas, dan sejangkanya; (b) cara terbaik dalam konseling, diwujudkan melalui pendekatan sistematis; dan (c) dalam padangan konseling sebagai ilmu, maka ia bebas nilai, lebih menyanggah kepada kesepakatan konsensual.

Adapun pada estetika memiliki tipe dengan ciri berupa, (a) peran konselor sama dengan pendeta, yaitu penyelamatan pribadi, penebusan, humanisasi, mengobati, dan membuatnya ikhlas; (b) *concern* konselor bukan bagaimana ilmu pengetahuan dan eksperimen dapat meredusir kebimbangan, menghasilkan ilmu pengetahuan, dan kemudian membantu klien, tetapi bagaimana eksperimen atau terapi dapat secara langsung berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia; dan (c) konselor harus memiliki keterampilan-keterampilan konseptual dalam melayani seseorang.

Adapun filosofis memiliki ciri (a) menyanggah kepada kebijaksanaan (kepercayaan dan pendirian); (b) menggunakan pendekatan teoretik/konseptual yang sama dengan pendekatan putis, tetapi juga menggunakan pendekatan yang berbasis pikiran sama dengan pada pendekatan yang digunakan tipe ilmu terapan; (c) menekankan konseptualisasi (intuisi dan pikiran) untuk menghasilkan penjelasan jamak terhadap beberapa fenomena; dan (d) aspek-aspek konseptual dan dialektikal dalam interpretasi konseling harus dijelaskan dalam istilah-istilah pemrosesan informasi kognitif, serta hubungan antara keterampilan dengan fungsi kognitif, semisal pada pendekatan Alber Ellis. Adapun advokasi, secara umum tipe ini merupakan tantangan terbesar bagi



konselor tradisional dan paling sulit untuk dijelaskan dalam istilah sistem Jungian karena berhubungan dengan terjadinya konflik antara sebab-sebab intra psikis (internal) dan sebab-sebab dari lingkungan eksternal. (<https://www.academia.edu/>).



Daftar Pustaka

- Abu Bakar M. Luddin. 2012. *Psikologi Konseling*. Bandung: Cita-pustaka.
- Abin Syamsuddin Makmun. 2003. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Agus Basuki. 2018. *Landasan Agama Bimbingan dan Konseling dalam* <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pendidikan/agus-basuki-mpd/materi-landasan-agama-bimbingan-dan-konseling.pdf>.
- A. Juntika Nurihsan. 2006. *Bimbingan dan Konseling “Dalam Berbagai Latar dan Kehidupan”*. Bandung: Rineka Cipta.
- A. Juntika, Nurihsan, dan Yusuf, Syamsu. 2011. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- A. King, Laura. 2010. *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Al-Quran Terjemahan. 2015. *Departemen Agama RI*. Bandung: CV Darus Sunnah.
- Al-Rasyidin. 2007. *Pendidikan dan Psikologi Islam*. Bandung: Cip-tapusaka Media.
- A. King, Laura. Brian Marwensdy, ed. 2010. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Akhyar, Lubis, dan Saiful. 2007. *Konseling islami Kyai dan Pesantren*.

- Yogyakarta: elSAQ Press.
- Akhyar Syaiful Lubis. 2011. *Konseling islami dan Kesehatan Mental*. Medan: Cita Pustaka Perintis.
- Akhyar, Saiful Lubis. 2015. *Konseling islami: Dalam Komunitas Pesantren*. Cet. ke-1. Bandung: Citapustaka Media.
- Aswadi. 2009. *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Pess.
- Ancok, Djamaludin, dan Fuad Nashori Suroso. 1995. *Psikologi islami*. Cet. ke-2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anwar Sutoyo. 2007. *Bimbingan dan Konseling islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- King, Laura. 2010. Brian Marwensdy, ed. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Badrujaman, Aip 2011. “Penggunaan Pendekatan Rational Emotif Behaviour Therapy (Rebt) pada Setting Sekolah di Indonesia”, *Makalah*. Bandung.
- Bandura, Albert. 1977. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Bimo Walgito. 2010. *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karier)*. Yogyakarta: Andi offset.
- Calvin S. Hall & Gardner Lidzey (editor A. Supratiknya). 2005. *Teori-teori Psiko Dinamik (Klinis)*. Jakarta: Kanisius.
- Carole Wade, Carol Tavris. 2007. *Psikologi*. (Jilid I). Jakarta: Erlangga.
- Corey. 1986. *Teori Pembelajaran*. Bandung: Scolastik.
- Corey, Gerald. 2005. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Australia: Thompson.
- Daryanto. 2011. *Motivasi Menuju Ikhlas & Sabar*. Bandung: PT Sarana Tutorial Nurani Sejahtera Tinjauanpsikologi.co.id
- Depag RI. 2006. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Putra Agung Harapan.
- Depdiknas. 2004. *Dasar Standarisasi Profesi Konseling*. Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Tenaga Akdemik Dirjen Dikti.
- Dewa KetutSukardi. 2009. *Analisis Tes Psikologis Teori dan Praktik dalam Penyelenggaraan Layanan Bimbingan dan Konseling di*



- Sekolah*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Dryden, Windy & Michael Neenan. 2005. *The Rational Emotive Behaviour Therapy*. California: Sage Publication.
- Daradjat, Zakiah. 1971. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Gunung Agung.
- Elliot, Michele, ed. 2008. *Bullying A Practical Guide to Coping for Schools*. 3rd Edition. London: Pearson Education in Association With Kidscape.
- Elliot, et al. 2000. *Educational Psychology: Effective Teaching, Effective Learning*. 3rd edition. United States of America: Mc Graw Hill Companies.
- Ellis, A. 2006. "Rational Emotive Behavior Therapy And The Mindfulness Bases Stress Reduction Training of Jon Kabat-Zin", in *Journal Rational Emotive and Cognitive Behaviour Therapy*, 24, 63-78.
- Ellis, A. 2002. *Overcoming Resistance: A Rational Emotive Behavior Therapy Integrated Approach*. New York: Springer Publishing Company, LLC.
- Ellis, A. & Dryden, W. 1997. *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy*. New York: Springer Publishing Company.
- Espelage, Dorothy L. 2002. "Bullying in Early Adolescence". (Online). Tersedia; <http://www.athealth.com/Cosumer/disorders/bullying.h> Windy Dryden and Michael Neenan, 2004-tml. (15 Juni 2007).
- Fakih Ainur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Pres.
- Gendler, Margaret E. 1992. *Learning and Instruction: Theory Into Practice*. New York: Mc Millan Publishing.
- Gerlald Corey. 2003. *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan E. Koswara. Bandung: Refika.
- Geral Corey. 2005. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Seven Edition Copyright: Brooks/Cole.
- Gerungan. 1964. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Eresco.
- Gladding, S.T. 1992. *Counselling: A Comprehensive Profession*. Fifth Ed. Upper Saddle River. New Jersey: Pearson.



- Gudnanto. 2014. “Peran Bimbingan dan Konseling islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia”, dalam *Jurnal Keguruan Ilmu Pendidikan*. Vol. II, No. 2. Kudus: Universitas Muria.
- H.M. Arifin. 2003. *Teori-teori Konseling Agama dan Umum*. Jakarta: PT Golden Terayon Press.
- Gunarsa, S.D. 1996. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Gibson, R.L. & Mitchell, M.H. 1995. *Introduction to Guidance*. New York: Macmillan Publisher
- Gibson, Robert. L dan Mitchell, Marianne H. 1990. *Introduction to Counseling and Guidance*. Englewood Cliff: Prentice Hall, Inc.
- Gunawan, Yusuf. 1992. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan Yusuf. 2001. *Pengantar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky. 2002. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Hall, C.S. & Lindzey, G. 1993. *Psikologi Kepribadian 1; Teori-teori Psikodonamik (Klinis)*. Yogyakarta; Kanisius.
- Hartono, Boy Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. (Edisi Revisi). Jakarta: Kencana-PrenadaMedia Group.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. 2006. *Psikologi Perkembangan Islami: Menyingkap Rentang Kehidupan Manusia dari Prakelahiran Hingga Pascakematian*. Ed. 1-2 Jakarta: PT RajaGrafindoPersada.
- Hansen, C. James. 1977. *Counseling Theory and Process*. Boston: Allyn Inc.
- Hartono, Boy Soedarmadji. 2012. *Psikologi Konseling*. Cet. ke-1, Ed. Rev. Jakarta: Kencana-PrenadaMedia Group.
- Hallen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- https://www.academia.edu/30456804/Analisis_Landasan_Satuan_Pendidikan_Sekolah-Menengah-Pertama-Negeri_di-Daerah-Rembang_Studi_Kasus_SMP_N_1_Sulang.
- <https://uthaangel.wordpress.com/2013/04/08/model-model-konseling/>.



- <https://sellycandra.wordpress.com/2016/09/29/pentingnya-mengembangkan-rasa-syukur-dalam-kehidupan-sehari-hari/>.
- <http://ngagoblog.blogspot.com/2012/03/pengertian-psikologi-menurut-beberapa.html>. 26 Februari 2014.
- <http://ngagoblog.blogspot.com/2012/03/pengertian-psikologi-menurut-beberapa.html>.
- <http://viddyakurniautami.blogspot.co.id/2012/11/landasan-psikologi-dalam-bk.html>
- <https://nurulharyati.wordpress.com/2015/07/02/makalah-dasar-dasar-bk-i-landasan-psikologis/>.
- <https://www.konselingindonesia.com/read/9/jenis-jenis-layanan-dalam-bk.html>.
- (<http://bimbingandankonseling07.blogspot.com/2012/11/rebt-rational-emotive-behavior-therapy.html>).
- <http://ewintri.co.cc/index.php/bimbingan-konseling/1-bimbingan-konseling/14-pendekatan-konseling-client-centred.html>.
- <https://ictklmpk.wordpress.com/2013/04/28/pendekatan-pendekatan-dalam-konseling/>.
- <https://uthaangel.wordpress.com/2013/04/08/model-model-konseling/>
- <https://laskarcharles.wordpress.com/2011/01/11/keterampilan-seorang-konselor-dalam-melakukan-konseling/>.
- <http://viddyakurniautami.blogspot.co.id/2012/11/landasan-psikologi-dalam-bk.html>.
- Nurulharyati. 2 Juli 2015. Makalah Dasar Dasar Bk I Landasan Psikologis.<https://nurulharyati.wordpress.com/2015/07/02/makalah-dasar-dasar-bk-i-landasan-psikologis>.
- <http://bimbingandankonseling07.blogspot.com/2012/11/rebt-rational-emotive-behavior-therapy.html>).
- <http://ewintri.co.cc/index.php/bimbingan-konseling/1-bimbingan-konseling/14-pendekatan-konseling-client-centred.html>.
- <https://ictklmpk.wordpress.com/2013/04/28/pendekatan-pendekatan-dalam-konseling/>.



- <https://uthaangel.wordpress.com/2013/04/08/model-model-konseling/>.
- <http://hasmimarindabk2011.blogspot.com/2012/11/konseling-islami.html>.
- <https://www.hidayatullah.com/kajian/gaya-hidup-muslim/read/2014/12/17/35277/tiga-manfaat-utama-membiasakan-dzikir-kepada-allah.html>.
- <https://www.kompasiana.com/rizkyfauziah/56170a644123bd13048b4568/peran-agama-dalam-bimbingan-dan-konseling>).
- <https://uthaangel.wordpress.com/2013/04/08/model-model-konseling/>.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Developmental Psychology*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Hurlock, B.E. 1980. *Development Psychology*. New York: Mc Graw-Hill.
- Ingersol, M.G. 1989. *Adolescent, SeconEdition Scott. Foresman/Little Brown Higher Education*. New Jersey: Prentice, Inc.
- Insano. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Press.
- Joseph, Adelson. 1980. *Hand Book of Adolescent Psychology*. New York: Interscience Publication.
- John Dewey. 1916. *Democracy and Education*. New York: Mac Millan, Originally Published.
- Khairani, Makmun. 2014. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: CV Aswaja Prsesindo.
- Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Lazarus, R.S. 1991. *Emotion and Adaptation*. USA: Oxford University Press.
- Lumongga Lubis, Namora. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta:Kencana-PrenadaMedia Group.
- Lesmana, Jeanette Murad. 2008. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- L. Atkinson, Rita. Lyndon Saputra. ed. 2010. *Pengantar Psikologi*.

