

PROSIDING

SEMINAR NASIONAL BIMBINGAN DAN KONSELING

PENDEKATAN "HIGH TECH" DAN "HIGH TOUCH"
DALAM LAYANAN KONSELING MENJAWAB
TANTANGAN GLOBAL

PEKANBARU, 1 MEI 2012



Editor:

Dr. Tohirin, M.Pd

Amirah Diniaty, M.Pd, Kons

Dra. Riswani, M.Ed

Drs. Muslim Affandi, M.Pd



UIN SUSKA



PD ARKIN RIAU



ZANAF A
PUBLISHING

**KONSENTRASI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS TARRBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**PROSIDING
SEMINAR NASIONAL
BIMBINGAN DAN KONSELING**

***“Pendekatan High Tech dan High Touch dalam Layanan Konseling
Menjawab Tantangan Global”***

PASAL 72
KETENTUAN PIDANA
SANKSI PELANGGARAN

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak mengumumkan atau memperbanyak suatu ciptaan atau memberi izin untuk itu, dipidana dengan pidana penjara paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000,- (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000,- (lima milyar rupiah)
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud dalam ayat (1), dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000,- (lima ratus juta rupiah).

**PROSIDING
SEMINAR NASIONAL
BIMBINGAN DAN KONSELING**

**Diselenggarakan oleh
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN KEPENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU, 1 MEI 2012**

Editor:

**Dr. Tohirin, M.Pd
Amirah Diniaty, M.Pd, Kons
Dra. Riswani, M.Ed
Drs. Muslim Affandi, M.Pd**

Disain Sampul:

**Zaitun, M.Ag
Agustiansyah**

Diterbitkan oleh:



**Zanafa Publishing
Jl. H.R. Soebrantas KM. 12 Komplek Metropolitan Citi (MTC)
Blok A 39-41 Tampan Pekanbaru Riau
Telp. 0761-589935 Fax. 0761-589936
Email: tb_zanafa@yahoo.com**

Bekerjasama dengan



**Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau
Jl. H.R. Soebrantas KM. 12 Tampan Pekanbaru Riau
Telp. 0761-561646 Fax. 0761-561647
Email: eftak_uinsuska@yahoo.co.id**

PENGANTAR

Dalam rangka meningkatkan akuntabilitas BK dan kepercayaan publik pada organisasi Bimbingan dan Konseling khususnya prodi BK UIN Suska Riau, maka diselenggarakan kegiatan Pekan Ilmiah Bimbingan Konseling. Kegiatan yang diselenggarakan mulai dari tanggal 28 April 2012 yaitu lomba bimbingan kelompok tingkat SLTP dan SLTA se Propinsi Riau, Lomba Karya tulis ilmiah bagi Guru Pembimbing tingkat SLTP/SLTA se Propinsi Riau, Lomba Kreasi Siswa berupa karikatur/poster tentang BK dan Seminar Nasional BK. Keempat kegiatan itu dalam tema utama yaitu Pendekatan High Tech dan High Touch dalam Layanan Konseling Menjawab Tantangan Global.

Semua Karya Tulis ilmiah dari Guru Pembimbing yang ikut dalam perlombaan merupakan hasil karya ilmiah yang patut untuk dihargai. Selain itu hasil dari seminar nasional yang diselenggarakan berupa makalah-makalah ilmiah dapat dibuat menjadi prosiding ini dengan tema: Pendekatan High Tech dan High Touch dalam Layanan Konseling Menjawab Tantangan Global. Oleh sebab itu buku prosiding ini merangkum semua tulisan baik yang sempat disajikan secara lisan dihadapan seluruh peserta seminar maupun karya tulis ilmiah guru pembimbing yang hanya sempat dipublikasikan lewat buku prosiding ini. Materi seluruh tulisan mengacu kepada tema tersebut, baik dalam pembahasan yang lebih luas ataupun yang lebih khusus. Pendekatan high tech berupa penggunaan teknologi tingkat tinggi dalam layanan konseling dan peningkatan sentuhan tingkat tinggi/kreatifitas guru pembimbing/guru BK/konselor sekolah dalam melaksanakan layanan konseling, merupakan isu yang diangkat dalam tulisan-tulisan tersebut.

Seminar yang dilaksanakan tanggal 1 Mei 2012 ini diselenggarakan oleh Prodi BK Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau khususnya sebagai panitia adalah mahasiswa semester VI BK yang sedang mengikuti mata kuliah Seminar BK. Artikel dan pembahasannya dalam buku prosiding ini menyangkut kinerja Guru Pembimbing dan konselor pada satuan pendidikan.

Seminar ini dalam lingkup nasional karena tokoh-tokoh yang didatangkan dari beberapa universitas di Indonesia seperti Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung yaitu Bapak Ali Rahadian, M.Pd, dari Universitas Negeri Padang (UNP) yaitu Bapak Ifdil, S.HI., S.Pd.,M.Pd.,Kons dan Eko Susanto, M,Pd.Kons (Lampung).

Terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya disampaikan kepada pembicara, hadirin peserta seminar dan seluruh panitia. Terimakasih juga pada Bapak Drs. Hartono, M.Pd selaku Penerbit yaitu Toko Buku Zanafa yang memfasilitasi diterbitkannya buku prosiding ini. Semoga materi dalam buku prosiding ini berguna bagi pengembangan keilmuan, teknologi dan pelayanan konseling terutama dalam satuan pendidikan.

Editor

SAMBUTAN
KETUA UMUM PENGURUS DAERAH PROPINSI RIAU
ASOSIASI BIMBINGAN DAN KONSELING INDONESIA
(ABKIN)

Assalamualaikum wr,wb.

Yang terhormat,

Rektor UIN Suska Riau

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

Nara Sumber

Ketua Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah UIN Suska Riau

Undangan dan peserta Seminar Nasional

Marilah kita pertama-tama memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayahNya, sehingga kita dapat dipertemukan dalam agenda kegiatan ilmiah dalam bentuk Seminar Nasional profesi pendidikan khusus Bimbingan dan Konseling dengan tema Pendekatan *High Tech* dan *High Touch* dalam Layanan Konseling Menjawab Tantangan Global yang diselenggarakan oleh Prodi BK Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau bekerjasama dengan Pengurus Daerah ABKIN Propinsi Riau, yang insyaallah akan berlangsung hari Selasa 1 Mei 2012 di Pusat Kegiatan Mahasiswa yang megah ini.

Tema seminar ini sangat menarik dan tepat, karena dewasa ini kita sedang menghadapi pengaruh yang luar biasa dari kemajuan teknologi dalam abad ke21 merupakan tantangan global bahwa dunia merupakan tempat yang terbuka dan tanpa batas ternyata memberikan dampak dalam kehidupan manusia itu sendiri. Terjadi mega kompetisi dalam kehidupan manusia yaitu persaingan yang sangat ketat yang menuntut setiap orang dan setiap profesi untuk meningkatkan kualitas dirinya.

Profesi konselor dan guru pembimbing dari landasan ilmiah merupakan profesi yang dasar keilmuannya multi referensial dan dalam prakteknya memerlukan teknologi, dirasa perlu untuk berbenah diri. Penggunaan internet, software, media, dan sentuhan tingkat tinggi berupa kreatifitas dalam menyelenggarakan layanan Bimbingan dan Konseling perlu menjadi perhatian konselor/guru pembimbing agar dikuasai. Konselor/guru pembimbing harus melek teknologi bukan gagap teknologi. Bukan hanya penguasaan terhadap teknologi tetapi juga harus peduli terhadap dampak teknologi pada kehidupan pribadi klien dan siswa.

Persoalan merosotnya akhlak generasi muda saat ini salah satunya disebabkan pengaruh dari media cetak dan elektronik yang banyak dan bebas dipakai setiap orang tanpa pandang umur dan status. Internet dan vidio porno dapat diakses langsung melalui handphone yang bisa saja dilakukan di tempat yang tidak terjangkau oleh orang tua dan pendidik. Hal ini patut diwaspadai dan menjadi fokus untuk ditindaklanjuti dalam layanan konseling bagi siswa/peserta didik.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi akhir-akhir ini berkembang secara cepat. Mahasiswa BK dan guru-guru BK harus tanggap dalam mengikuti perubahan-perubahan yang begitu dahsyat. Jika mahasiswa dan guru BK tidak dapat mengikuti perubahan tersebut maka ilmu dan keterampilannya akan "basi"

sehingga pelayanan, pendekatan atau-atau teknik-teknik yang digunakan tidak cocok lagi dengan kebutuhan peserta didik. Akibatnya pelayanan yang diberikan kurang berkualitas, kurang mengena dan kurang menarik.

Oleh sebab itu, melalui seminar ini diharapkan akan memperjelas peran dan kinerja guru pembimbing/konselor sekolah khususnya, dalam menggunakan teknologi dan kreatifitas saat melaksanakan layanan konseling sehingga lebih efisien dan efektif guna membantu peserta didik menjadi manusia yang seutuhnya.

Sebagai akhir sambutan, saya mengucapkan selamat mengikuti Seminar Nasional BK, semoga sukses dan menghasilkan kemanfaatan bagi pengembangan profesi guru pembimbing/konselor sekolah. Terimakasih pada Prodi BK UIN Suska Riau atas inisiatifnya menyelenggarakan kegiatan ini, pada panitia, dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau, Rektor dan pada semua peserta seminar. Sekali lagi sukses untuk semua dan jayalah profesi BK, bila ada tutur kata yang kurang berkenan saya mohon maaf.

Wassalamualaikum wr.wb.

Pekanbaru, 1 Mei 2012

SAMBUTAN REKTOR UIN SUSKA RIAU

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT dan salawat beriring salam pada Nabi besar kita Muhammad SAW. Saya sangat berbangga hati dan mengucapkan selamat kepada Panitia dan Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau. Dengan diangkatnya kegiatan ini bertemakan : PENDEKATAN HIGH TECH DAN HIGH TOUCH DALAM LAYANAN BK MENJAWAB TANTANGAN GLOBAL, merupakan suatu tema yang menarik dan aktual, sesuai dengan perkembangan keimuan dan kebutuhan yang terjadi di lapangan. Ditambah dengan rangkaian kegiatan ilmiah seperti lomba bimbingan kelompok tingkat guru BK se propinsi Riau, Lomba Karya Tulis Ilmiah dan Lomba Kreasi siswa, ini merupakan hal yang bermanfaat untuk meningkatkan akuntabilitas dan kepercayaan publik terhadap prodi BK khususnya dan organisasi Bimbingan Konseling pada umumnya.

Persoalan yang banyak dalam kehidupan masyarakat terutama generasi muda saat ini adalah besarnya dampak negatif teknologi dan imbasnya adalah pada akhlak, perilaku dan moral generasi muda. Keberadaan Bimbingan dan Konseling sebagai sebuah layanan pendidikan bagi generasi muda diharapkan dapat berperan sehingga generasi muda tidak mengecewakan dan dapat berkembang optimal.

Hal ini sesuai dengan harapan lembaga kita UIN Suska Riau yang tertuang dalam visi dan misi UIN Suska Riau yaitu menjadi WORLD CLASS UNIVERSITY. Prodi BK Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, merupakan salah satu program studi yang diminati calon mahasiswa. Sehingga kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan di prodi BK juga menja di ujung tombak tercapainya visi dan misi tersebut.

Prosiding ini merupakan karya ilmiah yang patut diapresiasi sangat baik. Saya meng"apresiated" upaya sehingga dihasilkannya prosiding ini. Sekali lagi selamat, dan semoga kedepannya prodi BK UIN Suska Riau bisa lebih sukses dan Guru Pembimbing/Guru BK di sekolah selalu dapat menjalin kerjasama dengan lembaga ini.

Pekanbaru, 1 Mei 2012
Rektor UIN Suska Riau,

Prof. Dr. H.M.Nazir

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR EDITOR	iv
SAMBUTAN KETUA UMUM PENGURUS DAERAH ABKIN	v
SAMBUTAN REKTOR UIN SUSKA RIAU	vii
DAFTAR ISI.....	viii
1. EMPATI DALAM KONSELING	
Zulfan Saam.....	1
2. IMPACT COUNSELING	
Ahmad Ali Rahmadian.....	6
3. SOSIOMETRI DALAM PERSEPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH	
Eko Susilo	13
4. PENYELENGGARAAN KONSELING ONLINE	
Ifdil	24
5. PENGGUNAAN HANDPHONE SEBAGAI MEDIA DALAM PENYELENGGARAAN KONSELING INDIVIDUAL BAGI PESERTA DIDIK DI SEKOLAH MENENGAH	
Amirah Diniaty	34
6. TEKNOLOGI INFORMASI DALAM PELAYANAN BIMBINGAN KONSELING DI SEKOLAH	
Riswani	47
7. KETERAMPILAN BERTANYA DAN MERESPON DALAM LAYANAN KONSELING (DIBERBAGAI SETTING)	
Muslim Affandi.....	55
8. PROBLEMATIKA BIMBINGAN DAN KONSELING DI SEKOLAH	
Fitra Herlinda	67
9. POLA PELAYANAN KONSELING DI SEKOLAH	
Suhertina.....	86
10. PEMANFAATAN MEDIA INTERNET DALAM MENINGKATKAN KINERJA GURU PEMBIMBING/BK DI SEKOLAH	
Mulyati Hanum.....	99
11. PENANGGULANGAN PENGARUH VIDEO PORNO TERHADAP PESERTA DIDIK KELAS VII MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI BUKIT RAYA MELALUI LAYANAN INFORMASI	
Khairil Ashri	106
12. PENERAPAN HIGH TOUCH DALAM LAYANAN BIMBINGAN KONSELING UNTUK MEMBENTUK SELF EFFICACY SISWA	
Nency Endriaty	111
13. PENDEKATAN HIGH TOUCH DAN HIGH TECH DALAM KONSELING UNTUK MENGATASI BULLYING PADA SISWA	
Neneng Kurniati	127
14. PERAN GURU BK DALAM MENGIMPLEMENTASIKAN PERMENDIKNAS NO 27 TAHUN 2008 TENTANG STANDAR KUALIFIKASI DAN KOMPETENSI KONSELOR MELALUI MODEL KONSELING BEHAVIORISTIK	
Ida Gustina	142



EMPATI DALAM KONSELING *)

Oleh:
Prof. DR. Zulfan Saam, MS **)

ABSTRAK

Konselor atau perawat atau orang-orang yang bekerja memberikan pelayanan bantuan kepada orang lain dapat berempati karena hal tersebut bisa dipelihara dan dilatih. Empati merupakan respon dari konselor atau terapis dengan mewujudkan ikut merasakan seperti yang dirasakan klien. Tujuannya adalah menciptakan suasana hubungan yang baik dengan klien yang merupakan kondisi yang amat penting untuk kelancaran tahap-tahap berikutnya. Empati diwujudkan dalam bentuk kata-kata, suara, ekspresi perasaan, ekspresi wajah dan focus pembicaraan.

Kata Kunci: Empati dalam Konseling, konselor, *empati*

*) Makalah Disajikan pada Seminar Nasional Bimbingan & Konseling tanggal 1 Mei di UIN SUSKA Riau

**) Guru Besar pada FKIP – UR

Pendahuluan

Kita sering mendengar kata "empati". Konselor atau perawat atau orang-orang yang bekerja memberikan jasa pelayanan kepada orang lain perlu berempati. Tujuannya adalah agar terjadi komunikasi yang baik dengan orang lain. Dalam konteks konseling, empati diperlukan agar tercipta hubungan yang baik dengan klien pada tahap-tahap awal konseling. Pada prinsipnya empati bisa dipelajari. Orangtua merangsang bayinya dengan memberikan ekspresi senyum maka kadang-kadang bayi tersebut memberikan respon senyuman. Dalam pergaulan sehari-hari, tatkala seseorang tersenyum kepada orang lain, maka pada umumnya akan dibalas dengan senyuman pula. Empati berasal dari kata Yunani yaitu *empathia* artinya kasih sayang atau perasaan yang mendalam.

Dalam bahasa Jerman empati disebut *emfuhlung* artinya *perasaan ke dalam*.

Definisi Empati

Ada bermacam-macam definisi empati sebagai berikut :

1. Decety & Meyer (2008) : "A sense of similarity in feelings experienced by the self and the other, without confusion between the two individuals". Artinya "Rasa kesamaan perasaan yang dialami oleh diri dan orang lain, tanpa kebingungan antara satu dengan yang lain".
2. Frans de Waal (2008) : "The capacity to (a) be affected by and share the emotional state of another, (b) assess the reasons for the other's state, and (c) identify with the other, adopting his or her perspective. This definition extends beyond what exists in many animals, but the term "empathy" ... applies even if only criterion (a) is met". Artinya "Kapasitas untuk (a)



- dipengaruhi oleh dan pengalaman keadaan emosi orang lain, (b) menilai pengertian orang lain, dan (c) mengidentifikasi dengan yang lain, mengadopsi pandangan orang lain".
3. Prosen, H. (2011) : *"An emotional understanding which allows one as a therapist to resonate with one's patients in depth emotionally, so that it influences the therapeutic approach and alliance with the patient"*. Artinya "pemahaman emosional yang memungkinkan seseorang sebagai terapis untuk beresonansi dengan pasien seseorang secara mendalam secara emosional, sehingga mempengaruhi pendekatan terapi dan aliansi dengan pasien".
 4. Rosenberg, M. (2005) : *"Empathic connection is an understanding of the heart in which we see the beauty in the other person, the divine energy in the other person, the life that's alive in them"*. Artinya "Koneksi empatik adalah pemahaman yang mendalam di mana kita melihat keindahan dalam orang lain, energi ilahi dalam orang lain, kehidupan yang masih hidup di dalamnya".
 5. Schwartz, W. (2002) : *"We recognize others as empathic when we feel that they have accurately acted on or somehow acknowledged in stated or unstated fashion our values or motivations, our knowledge, and our skills or competence, but especially as they appear to recognize the significance of our actions in a manner that we can tolerate their being recognized"*. Artinya "Kita mengakui orang lain dengan empati ketika kita merasa bahwa mereka telah secara akurat bertindak atau entah mengakui secara nyata atau tidak nyata nilai kita atau motivasi, pengetahuan kita, dan keterampilan kita atau kompetensi, terutama karena mereka mengakui pentingnya tindakan kita dengan cara yang kita dapat menoleransi mereka diakui".
 6. Lampert, K. (2005) : *"Empathy is what happens to us when we leave our own bodies...and find ourselves either momentarily or for a longer period of time in the mind of the other. We observe reality through her eyes, feel her emotions, share in her pain"*. Artinya "Empati adalah apa yang terjadi pada kita ketika kita meninggalkan tubuh kita sendiri ... dan menemukan diri kita baik sesaat atau untuk jangka waktu lebih lama dalam pikiran orang lain Kami mengamati realitas melalui matanya, emosinya, berbagi dalam rasa sakitnya".
- Meskipun ada perbedaan antara satu definisi dengan definisi yang lain seperti yang sudah disebutkan tetapi di antara definisi-definisi tersebut ada pula persamaan-persamaannya. Aspek-aspek penting yang terkandung pada makna empati adalah adanya persamaan perasaan, pandangan, pemahaman yang mendalam, dan pengakuan terhadap orang lain. Tujuannya agar tercipta hubungan yang baik antara terapis dan klien.
- Menurut penulis, empati bisa dipelajari dan dilatihkan. Dalam "percakapan" konseling, perwujudan rasa empati dari konselor atau perawat dengan menyampaikan kalimat : *"Saya ikut merasakan kesedihan yang kamu alami"*. Kata-kat tersebut belum cukup, tetapi harus konsisten dengan nada suara dan aksresi wajah. Jika mengungkapkan perasaan sedih, maka harus pula disertai suara yang melembut dan ekspresi sedih. Empati yang diberikan belum mengena jika hanya



mengungkapkan kesedihan tetapi kata-kata tetap "berapi-api". Selain itu, cara untuk meningkatkan kepekaan berempati adalah konselor atau perawat harus "menjadi pendengar yang baik" dan mengangguk-angguk sekali dalam 4 menit. Hal tersebut bermakna bahwa klien merasa dihargai dan diperhatikan. Serta diikuti pembicaraan klien.

Menurut Rogers (dalam Ivey, 1980), empati bukan saja sesuatu yang bersifat kognitif, tetapi juga meliputi emosi dan pengalaman. Rogers juga mengatakan bahwa empati merupakan usaha mengalami dunia klien sebagaimana ia mengalaminya. Dengan demikian, seharusnya konselor berusaha memahami pengalaman klien menurut sudut pandang klien itu sendiri. Empati merupakan satu dari tiga atribut penting yang harus dipunyai oleh konselor atau terapis, agar ia dapat meningkatkan kemampuan profesionalnya. Atribut kedua adalah kewajaran atau keadaan sebenarnya (*genuineness, realness*), sedangkan atribut ketiga adalah menerima atau memperhatikan (*acceptance* atau *care*).

Ada dua tahapan empati. Tahap pertama adalah "penghayatan perasaan masuk ke dalam". Konselor mengalami perasaan yang sama dengan klien, misalnya keadaan sedih, khawatir. Tahap kedua, lebih menekankan pada kesadaran emotif dan kognitif, melihat dunia klien sebagaimana ia melihatnya merasakan sebagaimana yang klien rasakan. Langkah selanjutnya diarahkan kepada pandangan yang lebih realistis.

Hargrove (1974) merancang skala penilaian respon empati yang bertujuan untuk mengetahui apakah respon konselor sudah menunjukkan indikator perilaku empati atau belum. Ia mengusulkan sembilan komponen empati, sebagai berikut :

- (1) Intensitas untuk memahami kerangka perilaku klien.
 Apakah konselor mencoba untuk memahami "dunia" klien seperti yang ia tunjukkan ? Misalnya : kumpulan informasi mengenai pengalaman-pengalaman dan perasaan klien.
 Contoh : *Bagaimana perasaan kamu sekarang ? Apakah kegiatan kamu minggu lalu ?*
- (2) Kesimpulan dan Klarifikasi
 Apakah konselor membuat kesimpulan dan klarifikasi tentang sesuatu kepada klien ? Apakah klien menjawab "belum" apa yang ditanyakan konselor ? contoh : *Apakah kamu sudah mengerjakan PR ?* Jawab klien *belum*. *Apakah sudah sarapan ?* jawab klien *belum*. *Apakah kamu sudah siap untuk ujian ?* jawab klien: *belum*. Apa makna jawaban klien tersebut ?
- (3) Ketelitian – Logika
 Untuk menegaskan kesimpulan atau klasifikasi. Apakah konselor memberi kesempatan klien untuk menjelaskannya ? *Apakah kamu tidak merasa rugi jika berhenti sekolah ? Apakah rencana yang akan dilakukan jika kamu berhenti sekolah. Bagaimana pendapat ini jika kamu harus bertahan tetap sekolah ?*
- (4) Di sini dan Sekarang
 Apakah konselor memfokuskan pengalaman klien pada kejadian sekarang dan di sini ? *Coba ceritakan kepada kami tentang rencana masa depanmu. Sekarang saya berperan sebagai ayahmu : Praktekkanlah kepada saya, bahwa kamu ingin menyampaikan sesuatu.*
- (5) Pusat Pembicaraan
 Adakah konselor memfokuskan pada hal-hal yang penting bagi klien ? Adakah pembicaraan konselor berhubungan dengan problem



respon klien ? Misalnya fokus pembicaraan pilihan jurusan, tetapi konselor bercerita tentang pengalaman, rekreasi di Bali. Artinya konselor tidak fokus.

(6) Pilihan Kata-kata

Apakah konselor menggunakan kata-kata dan bahasa hiasan yang sesuai dengan keterbukaan klien ?

(7) Kualitas Suara

Apakah ekspresi suara konselor sesuai dengan klien ekspresikan ?
 Contoh : Apakah kamu sedih sekarang ? (suara lembut)
 Bagaimana perasaanmu tatkala diumumkan lulus ? (suara netral)

(8) Cara Mengeksplorasi

Apakah konselor berkomunikasi dan bekerja sama dengan proses eksplorasi ? Contoh : "Kamu mengatakan sedang bingung". Maksudnya apa ? jelaskan

(9) Pengaruh (fasilitas – menghambat)

Apakah konselor memfasilitasi respon yang eksploratif dari klien atau menghalangi atau membatasi pembicaraan klien ?

Kesembilan komponen empati yang disebutkan tadi, dapat dikelompokkan menjadi empat bagian yaitu : (a) kata-kata, (b) suara, (c) ekspresi perasaan, dan (d) fokus pembicaraan. Ada lagi yang juga merupakan respon empati dari konselor yaitu ekspresi wajah. Ekspresi wajah konselor mudah diamati oleh klien. Respon konselor tersebut dilakukan secara tulus dan jujur.

Rangkuman

1. Konselor atau perawat atau orang-orang yang bekerja memberikan pelayanan bantuan kepada orang lain dapat berempati karena hal tersebut bisa dipelihara dan dilatih.

2. Empati merupakan respon dari konselor atau terapis dengan mewujudkan ikut merasakan seperti yang dirasakan klien. Tujuannya adalah menciptakan suasana hubungan yang baik dengan klien yang merupakan kondisi yang amat penting untuk kelancaran tahap-tahap berikutnya.
3. Empati diwujudkan dalam bentuk kata-kata, suara, ekspresi perasaan, ekspresi wajah dan focus pembicaraan.

DAFTAR PUSTAKA

- Decety, J., & Meyer, M. (2008). From emotion resonance to empathic understanding: A social developmental neuroscience account. *Development and Psychopathology*, 20, 1053-1080.
- De Waal, F. B. M. (2008). Putting the altruism back into altruism: The evolution of empathy. *Annual Review of Psychology* 59: 279-300.
- Hargrove, D. S., 1974. Verbal Interaction Analysis of Emphatic and Nonemphatic. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, hal 305.
- Lampert, Khen. (2005). Traditions of Compassion: From Religious Duty to Social Activism.
- Prosen, Harry. (2011). *Interview with Harry Prosen, M.D., Psychiatric Consultant Bonobo Species Survival Plan*". Retrieved 11 August 2011.



SEMINAR NASIONAL

Bimbingan dan Konseling

Pendekatan High Tech dan High Touch

dalam Layanan Konseling Menjawab Tantangan Global



Rosenberg, Marshall B. (2005). "5: Connecting With Others Empathically". *Speak Peace in a World of Conflict: What You Say Next Will Change Your World*. Puddledancer Press. pp. 240. ISBN 978-1-892005-17-5.

Schwartz, W. (2002). From passivity to competence: A conceptualization of knowledge, skill, tolerance, and empathy. *Psychiatry*, 65(4), 338-345.

Taylor, Shelley E. (2003). *Health Psychology*. University of California, Los Angeles.

IMPACT COUNSELING: KREATIVITAS DALAM KONSELING

Oleh:
Ahmad Ali Rahmadian, M.Pd. *)

ABSTRACT

Creativity should be considered to be one of the most critical element in counseling. During the counseling sessions, the counselor will engage the counselee in creative efforts to understand the problem from different perspectives. When dealing with some abstract idea or ambiguous issues the counselor tries to make the issues more concrete. The Implication for counseling is the need of using various creative counseling techniques and metaphors in counseling sessions. This paper also discusses impact counseling as a creative approach in counseling.

Key Words: *Creative counseling, metaphor, impact counseling*

ABSTRAK

Kreativitas merupakan salah satu elemen kritis dalam konseling. Selama sesi konseling, konselor secara kreatif berupaya melibatkan konseli dalam memahami masalah dari berbagai perspektif. Saat konselor dan konseli berurusan dengan ide-ide abstrak atau isu yang ambigu, konselor berupaya mengkonkritkan ide atau isu tersebut. Hal ini berimplikasi pada pentingnya penggunaan beragam teknik kreatif dan metafora dalam konseling. Makalah ini juga membahas *impact counseling* sebagai sebuah pendekatan kreatif dalam konseling.

Kata Kunci: *Konseling kreatif, metafora, impact counseling*

*) Direktur Impact Counseling Indonesia

Pendahuluan

Proses konseling merupakan upaya kolaboratif yang bersifat terapeutic antara konselor dan konseli dalam mengeksplorasi dan mengkaji berbagai isu yang menjadi masalah bagi konseli serta mengembangkan solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Di satu sisi, proses konseling dapat menjadi sebuah pengalaman yang mencerahkan dan membawa pada pemecahan masalah,

namun di sisi lain proses konseling yang tidak efektif dapat menjadi pengalaman yang menjemukan, kurang bermakna, dan berakhir pada kebuntuan. Untuk mengatasi hal tersebut, konselor diharapkan dapat mengembangkan berbagai pendekatan atau strategi kreatif untuk meningkatkan efektifitas konseling.

Pentingnya Kreativitas Dalam Konseling



Konseling merupakan proses ko-kreatif antara konselor dan konseli yang lahir dari keadaan frustrasi atau ambigu serta adanya kebutuhan untuk memecahkan masalah (Hecker & Kottler, 2002). Melalui proses konseling, konselor akan membantu konseli untuk menelaah dan menguji *world view* konseli serta mengkonstruksi atau merekonstruksi makna suatu peristiwa dalam kehidupan konseli (Raskin, 1999). Keadaan dan aktivitas yang terjadi selama proses konseling menunjukkan pentingnya kreativitas dalam konseling. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Carson, Becker, Vance, & Forth (2003) kreativitas konselor dalam konseling memberikan banyak manfaat bagi keberhasilan konseling. Menurut Gladding (2008), kreativitas dalam konseling bermanfaat dalam meningkatkan efektivitas konseling dan berperan penting dalam memajukan profesi konseling.

Meskipun kreativitas merupakan hal yang esensial dalam proses konseling, namun proses kreatif tidak terjadi secara otomatis. Konselor perlu memfasilitasi terciptanya suasana yang aman dan mendukung sehingga konseli mampu secara kreatif mengkaji masalah, membangun perspektif alternatif terhadap masalah, serta menghasilkan dan mengevaluasi beragam pilihan solusi masalah. Menurut Gladding (2002, dalam Carson & Becker, 2004), kreativitas dalam konseling merupakan sebuah pengalaman yang menimbulkan pencerahan bagi konseli. Dalam konteks ini konselor berperan sebagai katalis yang membantu konseli membangkitkan kemampuan kreatifnya. Meskipun kreativitas merupakan faktor yang penting dalam keberhasilan konseling, masih banyak konselor yang tidak menyadari dan tidak terlatih dalam

mengakses dan memberdayakan kreativitas dirinya dan konseli (Hecker & Kottler, 2002).

Terdapat tiga faktor yang bersinergi untuk mendorong berkembangnya kreativitas dalam konseling, yaitu faktor kepribadian konselor dan konseli, faktor proses konseling, dan faktor hasil konseling. Faktor kepribadian merujuk pada kapasitas konselor untuk bersikap terbuka dan kesediaan bermain dengan ide atau pendekatan baru, kerja keras, persistensi, dan keberanian konselor dalam mengambil resiko yang terukur (Gladding, 2002. Dalam Carson & Becker, 2004). Konseling juga berkaitan dengan upaya konselor mengembangkan kapasitas-kapasitas ini dalam diri konseli. Graham Wallas (dalam Gallagher, 1985) dalam penelitiannya mengidentifikasi empat tahap yang diperlukan dalam proses kreatif, yaitu (1) tahap persiapan yang mengacu pada kondisi kemampuan, bakat, minat, dan akumulasi pengalaman seseorang sebagai prasyarat proses kreatif, (2) inkubasi yaitu tahap dimana berbagai informasi, pengalaman, gagasan mengalami pengendapan dan pengeraman, (3) iluminasi yaitu tahap dimana seseorang mengalami semacam pencerahan, suatu kesadaran baru disebut dengan pengalaman "aha" dalam menemukan gagasan baru, (4) verifikasi yaitu tahap menguji gagasan kreatif. Proses kreatif dalam konseling juga mencakup penggunaan berbagai teknik kreatif yang memanfaatkan imajinasi, gambar, drama, musik, cerita, dan berbagai barang sehari-hari (Jacobs, 1992; Alamia & Hawkins, 2005; Schimmel, 2006; Gladding, 2008; Skudrzyk, dkk, 2009). Sedangkan faktor produk berkaitan dengan hasil akhir konseling yang dapat berbeda antara



beragam konseli tergantung pada masalah dan sumber daya yang tersedia.

Kreativitas dalam konseling berhubungan erat dengan proses membantu klien untuk mengalami (*experiencing*) suasana tertentu yang bersifat terapeutik. Menurut Carpenter (2002, dalam Carson & Becker, 2004) keadaan mengalami ini memiliki beberapa manfaat karena:

1. Manusia belajar sebagian besar melalui proses mengamati dan mengalami. Manusia mengingat dan belajar lebih banyak melalui apa yang mereka lihat dan alami, bukan pada apa yang mereka dengar.
2. Manusia dapat lebih dekat dengan perasaan mereka sendiri melalui pengalaman, bukan percakapan.
3. Keadaan mengalami membuat konseli lebih sulit menggunakan mekanisme pertahanan diri dalam melawan perubahan yang diperlukan.
4. Keadaan mengalami dapat membantu konseli untuk cepat masuk kedalam situasi terapeutik.

Penggunaan Metafora Sebagai Bentuk Kreativitas Dalam Konseling

Metafora pada umumnya didefinisikan sebagai transfer makna dari suatu elemen ke elemen lain (Robert & Kelly, 2010). Metafora merupakan upaya untuk mendeskripsikan suatu ide atau persoalan secara konkrit, sehingga lebih mudah untuk dipahami. Proses konseling yang bertujuan memahami *worldview* konseli, serta membantu konseli dalam memahami dan memecahkan masalah konseli yang sesungguhnya, melibatkan banyak terminologi dan situasi abstrak yang terkadang sulit untuk dipahami. Penggunaan metafora secara kreatif dalam sesi konseling akan membantu konseli dan konselor untuk memahami

persoalan yang dihadapi serta mengembangkan solusi untuk mengatasi persoalan tersebut. Dengan demikian, metafora bermanfaat dalam membantu klien untuk mengkonseptualisasikan permasalahan yang konseli hadapi serta memfasilitasi kolaborasi konselor-konseli dalam menentukan intervensi yang tepat (Robert & Kelly, 2010). Penggunaan metafora dalam konseling juga berperan dalam memfasilitasi dan membangun struktur komunikasi antara konselor-konseli, serta secara signifikan dapat memfasilitasi perubahan perspektif konseli (Hundley & Casado-Kehoe, 2007; Babits, 2001; Chesley, Gillett, Wagner, 2008). Terdapat beragam riset yang menunjukkan manfaat metafora dalam meningkatkan efektivitas komunikasi dan penciptaan makna dalam konseling (Lyddon, Clay, & Sparks, 2001).

Metafora merujuk pada penggunaan bahasa kias (verbal dan nonverbal) secara kreatif dalam menyampaikan pikiran atau perasaan. Dalam konteks bimbingan dan konseling, metafora dapat digunakan untuk mengilustrasikan isu-isu interpersonal tertentu, membantu klien untuk mengenali dan memahami diri dan lingkungan sekitarnya, serta membantu konseli untuk membongkar ulang masalahnya. Apa yang dipahami konseli tentang dirinya merupakan produk dari pencarian metafora yang tepat, yang memberikan makna dalam kehidupan konseli. Kemampuan konselor dalam memahami metafora kehidupan konseli akan membantu konselor untuk lebih cepat serta lebih utuh dalam memahami dunia konseptual konseli. Melalui hubungan rapport dan empati, konselor dapat mengembangkan intervensi terapeutik yang konsisten dengan kerangka pikir konseli. Metafora bermanfaat untuk memahami



pengalaman konseli dengan cara yang tidak terlalu mengancam bagi konseli (Babits, 2001; Shinebourne & Smith, 2010). Edwards Jacobs (1992, 1994) menyatakan bahwa minat dan efektivitas proses konseling dapat ditingkatkan apabila konseli terlibat aktif dalam proses konseling. Efektivitas konseling juga akan meningkat apabila konseling dilakukan secara multisensori yang mengandung makna bahwa proses konseling bukan hanya melibatkan dimensi verbal, namun juga melibatkan dimensi visual dan kinestetik, yang dapat bersifat metafora. Ed Jacobs juga menekankan pentingnya penggunaan beragam *property* atau barang-barang secara kreatif sebagai metafora suatu ide atau masalah.

Impact Counseling/Therapy: Sebuah Pendekatan Kreatif dalam Konseling

Istilah *impact counseling/therapy* merujuk pada sebuah pendekatan kreatif dalam konseling yang diperkenalkan oleh Dr. Ed Jacobs, pakar konseling kreatif dari West Virginia University. *Impact counseling/therapy* merupakan pendekatan dalam konseling yang menghargai ragam cara belajar, cara berubah, dan cara berkembang konseli. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya membantu konseli untuk memahami permasalahan dan solusi permasalahan secara jelas dan konkrit. *Impact counseling* menekankan pendekatan multisensori yang melibatkan dimensi verbal, visual, dan kinestetik dalam proses konseling. *Impact counseling* merupakan pendekatan yang unik dalam konseling yang berupaya mengintegrasikan berbagai konsep dalam *rational emotive behavior therapy* (REBT), *transactional analysis* (TA), *gestalt*, dan *reality therapy* dengan penggunaan berbagai properti,

gambar, dan gerak dalam proses konseling (Jacobs, 1992, 1994). Proses konseling dalam *impact counseling* menekankan keaktifan konseli dalam berpikir, memahami, dan mengalami sesi konseling.

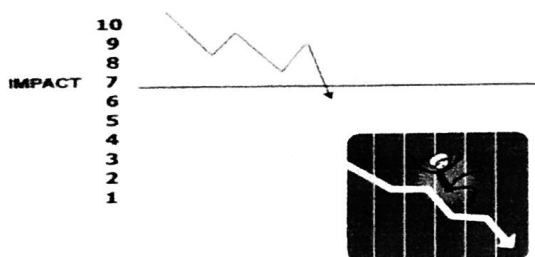
Menurut Jacobs (1992) terdapat 7 kesalahan yang umum dilakukan konselor yang menyebabkan sesi konseling menjadi membosankan dan tidak efektif, yaitu:

1. Melakukan terlalu banyak refleksi.
2. Mendengarkan terlalu banyak cerita konseli.
3. Jarang menginterupsi konseli.
4. Tidak fokus dalam sesi konseling.
5. Menunggu terlalu lama untuk melakukan fokus atau funnel
6. Tidak menggunakan teori konseling, menggunakan "*hope method*" dalam konseling
7. Jarang menggunakan alat bantu yang kreatif dan tidak bersifat multisensori.

Proses terapeutik dalam *impact counseling* berupaya membuat sesi konseling menjadi lebih efektif, aktif, dan singkat. Terdapat empat tahap yang perlu dilewati dalam proses konseling yaitu: (1) *Rapport*, (2) *Contract*, (3) *Focus*, dan (4) *Funnel* atau disingkat RCF (Jacobs, 1994). Fase *rapport* menunjukkan fase membangun hubungan yang *genuine* dan saling percaya antara konselor dan konseli. Fase *Contract* merujuk pada persetujuan baik secara implisit ataupun eksplisit antara konselor dan konseli dalam menetapkan tujuan seluruh sesi konseling atau sebagian sesi konseling. Fase *Focus* merujuk pada tahapan yang berfokus pada topik tertentu atau isu tertentu dalam jangka waktu tertentu. Fase *Funnel* merujuk pada tahap mendiskusikan sebuah isu dengan cara tertentu sampai tercapai tingkat

pemahaman (*insight*) baru yang lebih dalam. Terdapat satu fase tambahan yaitu fase penutupan yang merupakan fase dimana konseli merangkum apa yang telah ia pelajari dan membicarakan bagaimana konseli akan menggunakan informasi yang diperolehnya setelah sesi konseling berakhir.

Proses perkembangan dan kemajuan pemahaman konseli selama sesi konseling merupakan hal yang penting dalam *impact counseling*. Cara yang konkrit untuk mengukur kemajuan dalam proses konseling yaitu dengan menggunakan *Depth Chart* (Jacobs, 1994). *Depth Chart* merupakan sebuah skala 10-1 yang berfungsi sebagai alat untuk mengevaluasi kedalaman sesi konseling. Skala 10 menggambarkan isu yang diangkat oleh konseli berada pada tingkat permukaan yang tidak menunjukkan masalah yang sesungguhnya. Sesi konseling dianggap berhasil apabila konselor dapat melakukan *funneling* sehingga konseli dapat mencapai tingkat kedalaman 7 atau kurang yang semakin menunjukkan masalah yang sesungguhnya dan dapat membawa kepada pemahaman/wawasan (*insight*) baru.



Gambar 2. Karta Kedalaman (*Depth Chart*, Jacobs, 1994)

Terdapat beragam teknik konseling kreatif dalam *impact counseling* yang dapat digunakan oleh konselor (Jacobs, 1992, 1994), seperti:

1. Penggunaan teknik kursi kosong
 - a. Penggunaan sebuah kursi kosong dapat membantu konseli untuk

melakukan refleksi terhadap keadaannya saat ini, menghayati *ego-state* (biasanya keadaan *NOT OK child* atau *Critical Parent*), menghayati dan membawa pengalaman di masa lalu atau ekspektasi terhadap masa depan ke keadaan sekarang (*here and now experience*), memberikan saluran bagi konseli untuk mengatakan luapan emosi yang terpendam, atau menjadi wahana untuk berlatih mengungkapkan pikiran dan perasaan kepada orang lain.

- b. Penggunaan 2 atau lebih kursi kosong yang merepresentasikan 2 atau lebih pilihan/tujuan yang harus dipilih konseli. Konseli diajak untuk menimbang sisi positif dan negatif dari beberapa pilihan keputusan sambil menduduki setiap kursi dan merasakan pengalaman dari dampak keputusan yang ia pilih.
 - c. Menggunakan sebuah kursi kosong untuk merepresentasikan tujuan realistik yang ingin dicapai konseli. Konselor kemudian meletakkan lembaran-lembaran kertas yang merepresentasikan rencana dan langkah-langkah tindakan yang perlu dilakukan konseli untuk mencapai tujuan. Lembaran-lembaran kertas tersebut juga dapat digunakan sebagai indikator yang membantu konseli untuk mengevaluasi secara akurat apakah ia semakin dekat, semakin jauh, atau tidak beranjak dalam mencapai tujuannya.
2. Menggunakan gambar, kursi besar, dan kursi kecil/anak dalam sesi konseling dengan memanfaatkan teori *Transactional Analysis (TA)*.



Melalui pendekatan ini konselor membantu konseli untuk :

- a. Mengenali *critical parent* atau tuntutan-tuntutan yang ada serta keadaan *Not OK Child* pada diri konseli yang mengakibatkan perasaan tertekan dalam perjalanan hidup konseli.
 - b. Menggunakan TA untuk membantu konseli dalam memahami konflik dengan orang lain.
3. Menggunakan teknik perisai untuk membantu konseli dalam melindungi dirinya terhadap perkataan atau perbuatan yang buruk dari orang lain.
 4. Menggunakan filter untuk membantu konseli memahami ide tentang pentingnya menyaring informasi, perkataan, atau perbuatan orang lain yang buruk sehingga tidak mengganggu stabilitas emosi konseli.
 5. Menggunakan karakter tertentu seperti boneka yang sudah dikenal yang merepresentasikan kepribadian tertentu. Dr. Ed Jacobs kerap menggunakan karakter Winnie the pooh dan rekan-rekannya untuk merepresentasikan beragam tipe kepribadian.

Penutup

Kreativitas merupakan faktor esensial dalam meningkatkan efektivitas konseling. Kemampuan konselor dalam menciptakan interaksi dan iklim yang mendukung berkembangnya kreativitas konseli serta penguasaan konselor terhadap beragam teknik kreatif dalam konseling merupakan salah satu kunci keberhasilan konseling. Hal ini kemudian berimplikasi pada pentingnya peningkatan kemampuan konselor dalam konseling kreatif serta pentingnya

pelatihan konseling kreatif pada pendidikan profesi konselor.

Daftar Pustaka

- Alamia, Jennifer J., Hawkins, Deborah. (2005). " Pieces of Me: A Creative Counseling Intervention". *Journal of Creativity in Mental Health*. 1, (2). 95-98.
- Babits, M. (2001). "Using therapeutic metaphor to provide a holding environment: The inner edge of possibility". *Clinical Social Work Journal*. 29, (1), 21.
- Carson, D.K., Becker, K.W. (2004). "When Lightning Strikes: Reexamining Creativity in Psychotherapy". *Journal of counseling and development*. 82, 111-115.
- Carson, D.K., Becker, K.W., Vance, K.E., Forth, N.L. (2003). "The Role of Creativity in Marriage and Family Therapy Practice: a National Online Study". *Contemporary Family Therapy*. 25, (1), 89.
- Chesley, G.L., Gillett, D.A., Wagner, W.G. (2008). " Verbal and Nonverbal Metaphor With Children in Counseling". *Journal of Counseling and Development*. 86, (4), 399
- Gallagher, J.J. (1985). *Teaching the Gifted Child*. (Third ed.). Boston : Allyn and Bacon.
- Gladding, S.T. (2008). "The Impact of Creativity in Counseling". *Journal of Creativity in Mental Health*. 3, (2).
- Hecker, L.L., Kottler, J.A. (2002). "Growing Creative Therapists:

- Introduction to the Special Issue". *Journal of Clinical Activities, Assignments, & Handouts in Psychotherapy Practice*. 2, (2), 1-3.
- Hundley, G., Casado-Kehoe, M. (2007). "The Wisdom Jar: A Creative Metaphor for Terminating Counseling Supervision". *Journal of Creativity in Mental Health*. 2, (2), 2-6.
- Jacobs, Ed. (1992). *Creative Counseling Techniques: An Illustrated Guide*. USA: Psychological Assessment Resources.
- Jacobs, Ed. (1994). *Impact Therapy*. USA: Psychological Assessment Resources.
- Lyddon, W.J., Clay, A.L., Sparks, C.L. (2001). "Metaphor and Change in Counseling". *Journal of Counseling & Development*. 79
- Raskin, J.D. (1999). "Metaphor and Meaning: Constructing the Creative Psychotherapist". *Journal of Constructivist Psychology*. 12, 331-347.
- Robert, T., Kelly, V.A. (2010). "Metaphor as an Instrument for Orchestrating Change in Counselor Training and the Counseling Process". *Journal of Counseling and Development : JCD*. 88, (2), 182.
- Schimmel, C.J. (2006). "Seeing Is Remembering: The Impact of Using Creative Props with Children in Schools and Community Agencies". *Journal of Creativity in Mental Health*. 2, (2).
- Shinebourne, P., Smith, J.A. (2010). "The communicative power of metaphors: An analysis and interpretation of metaphors in accounts of the experience of addiction". *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. 83, 59-73.
- Skudrzyk, B., et al. (2009). "Approaches in Group Counseling with Adolescents". *Journal of Creativity in Mental Health*. 4, 248-261.