

Beni Azwar



SENI BERKONSELING

LP2 STAIN Curup

Beni Azwar

SENI BERKONSELING

**SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN)
CURUP 2016**

SENI BERKONSELING

ISBN 978-602-6884-16-9

Cet. I, November 2016; 14,5 x 21 cm., iv, 178 hlm.

Penulis : **Beni Azwar**
Desain Sampul : **Abu Bakar**
Setting, Layout : **Salman Al Farisi**
Dicetak oleh : **CV. Karya Hasri Zitaq**

Diterbitkan oleh :

LP2 STAIN CURUP

Jl. DR. A.K. Gani No. 01

Kotak Pos 108 Telp. (0732) 21010-21759 Fax. 21010 Curup

Email : staincurup@telkom.net

Copyright @ 2016

Dilarang mengutip memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

All rights reserved.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah Yang Maha Kuasa atas segala limpahan rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan buku referensi ini tepat pada waktunya. Buku Referensi yang berjudul: **Seni Berkonseling** Ini merupakan buku acuan untuk beberapa mata kuliah pada Prodi Bimbingan konseling. Buku ini juga terinspirasi bahwa konseling yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan siswa harus dipenuhi dengan seni berkonseling, mulai dari identifikasi masalah, diagnosis masalah, prognosis masalah, *threatment* dan evaluasi dan tindak lanjut.

Penulis menyadari buku ini masih masih banyak kekurangan, baik dari kualitas isi, sistematika penulisan, pemakaian tanda baca, dll. Untuk itu penulis secara terbuka bersedia menerima kritikan dan saran dari segenap pembaca. Besar harapan penulis semoga buku referensi ini bisa dijadikan rujukan dan pedoman khususnya untuk mata kuliah di Prodi Bimbingan Konseling Jurusan Tarbiyah STAIN Curup. Terakhir penulis berharap semoga buku ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Curup, September 2016
Penulis,

H. Beni Azwar, M.Pd.,Kons.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
Bab I Keunikan Masalah	1
A. Individu yang unik	1
B. Budaya yang Dinamis	5
C. Agama dan kesehatan mental	10
D. Seni memahami orang lain	27
Bab II Prinsip-prinsip Dasar	31
A. Potret Kepribadian	31
B. Pencarian Diri	35
C. Empati Kunci Proses konseling	48
D. Orientasi pemecahan masalah	61
E. Paradigma Bimbingan dan Konseling	69
Bab III Implikasi Konseling	73
A. Membaca Karakter	73
B. Konselor sekolah dalam Pendidikan Karakter	80
Bab IV Aliran-aliran Konseling	91
A. Psikoanalisa	91
B. Pendekatan Eksistensial Humanistik	101
C. Konseling Behavioral	109
Bab V Konselor yang paripurna	115
A. Kompetensi konselor	115
B. Kepribadian konselor	163
C. Moral dan konseling	170
Daftar Pustaka	175

BAB I

KEUNIKAN MASALAH

A. Individu Yang Unik

1. Kepribadian adalah organisasi dinamik dalam system psikofisik individu yang menentukan penyesuaiannya yang unik dalam lingkungannya. Suatu fenomena dinamik yang memiliki elemen psikologik dan fisiologik, yang berkembang dan berubah, yang memainkan peran aktif dalam berfungsinya individu. Definisi kepribadian ini memiliki 3 unsur pokok: 1. Istilah *dynamic organization* dipakai merangkum dua pengertian; kepribadian terus menerus berkembang dan berubah, dan di dalam diri individu ada pusat organisasi yang mewedahi semua komponen kepribadian – menghubungkan satu dengan lainnya. 2. Istilah *psychophysical systems* menyiratkan bahwa kepribadian bukan hanya konstruk hipotetik (yang dibuat oleh pengamat) tetapi merupakan fenomena nyata yang merangkum elemen mental dan neural, disatukan ke

dalam unitas kepribadian. 3. Istilah *determine* mempertegas kembali bahwa kepribadian adalah sesuatu dan mengerjakan sesuatu, bukan sekedar konsep yang menjelaskan tingkah laku orang tetapi bagian dari individu yang berperan aktif dalam tingkah laku orang itu. Hereditas memainkan peran penting dalam temperamen, sebagai bahan baku bersama-sama kecerdasan dan fisik membentuk kepribadian.

2. Struktur Kepribadian Sifat (*Trait*).

Trait adalah sebagai struktur neuropsikik membimbing orang untuk bertinghalku yang konsisten lintas waktu yang tempat, merespon secara sama kelompok stimuli yang mirip. Allport menjelaskan sifat-sifat yang terpenting dari trait, sebagai berikut:

- a. Nyata Trait itu bukan konsep abstrak tetapi obyek nyata, yakni struktur neuropsikis. Suatu hari nanti, neurofisiologi akan dapat menjelaskan (misalnya pada trait takut, agresif, kejujuran, introversi, ekstrasversi, dll).
- b. Membuat banyak stimuli berfungsi ekuevalen Trait itu telah menetapkan orang untuk memandangi berbagai stimulus memiliki makna yang sama dan merespon stimuli itu dengan tingkah laku yang mirip.
- c. Mengubah/menetukan tingkah laku Trait muncul bukan hanya ada stimulus yang sesuai. Tenaga dorongnya bervariasi, trait yang kuat memiliki motif untuk menggerakkan tingkah laku, mendorong orang untuk mencari stimulus yang sesuai sehingga dapat menampung ekspresi itu. Trait yang lemah hanya berperan membimbing tingkah laku yang sudah siap untuk bergerak.
- d. Empiric Pembuktian empiric. Pertama, trait disimpulkan dari terjadinya tinghalku berulang yang mempunyai makna yang sama, mengikuti rentangan

stimulus tertentu yang memiliki makna personal yang sama. Kedua, trait disimpulkan berdasarkan keajegan tingkahlaku. Ketiga, trait disimpulkan dari jawaban atau kegiatan merespon stimuli kuesioner.

- e. Kemandirian yang relative Trait dikenali bukan dari kemandiriannya yang kaku, tetapi dari kecenderungannya di seputar operasi pengaruhnya. Tingkahlaku dari suatu trait tertentu dipengaruhi oleh trait yang lain, saling tumpang tindih – tanpa batas yang jelas. Allport membedakan antar trait umu (common trait disebut juga nomothetic trait); dengan trait individual (individual traits disebut juga personal disposition atau morphological traits atau idiographic traits).

Trait Umum: Adalah sifat-sifat yang dimiliki bersama oleh banyak orang, dipakai untuk membandingkan orang dari latar budaya yang berbeda. Sekelompok orang lebih suka terbuka atau lebih sopan dibanding kelompon lain. Asumsi yang mendasari trait ini adalah persamaan evolusi dan pengaruh social. Trait Individual Merupakan manifestasi trait umum pada diri seseorang, sehingga selalu unik bagi orang itu, konstruk neuropsikik yang membimbing, mengarahkan, dan memotivasi tingkah laku penyesuaian yang khas. Sifat unik itu merupakan gambaran yang tepat dari struktur kepribadian seseorang. Perbedaan antara trait umum dengan trait individual bukan sekedar bahwa trait umum berlaku pada sekelompok orang, sedang trait individual diterapkan khusus kepada individu orang perorang, karena secara mendasar trait individual bias ditempatkan sebagai subkategori atau aspek pengkhususan dari trait umum.

Traits – Habit – Atitude Allport secara cermat membedakan penggunaan istilah trait-attitude-habit-type yang dalam kehidupan sehari-hari dianggap sinonim. Trait, attitude, dan habit semua predisposisi, mereka bias unik, mereka semua

produk factor genetic dan belajar, dan masing-masing mungkin mengawali atau membimbing tingkah laku. Type bias dianggap sebagai super-ordinasi dari ketiga konsep lainnya.

- a. Sifat (Trait) adalah predisposisi untuk merespon secara sama kelompok stimuli yang mirip, penentu kecenderungan yang bersifat umum; dapat dipakai dalam lebih banyak situasi, dan memunculkan lebih banyak variasi respon. Trait merupakan kombinasi atau taraf umum dari dua habit atau lebih.
- b. Kebiasaan (Habit) seperti traits tetapi sebagai penentu kecenderungan habit bersifat khusus, hanya dipakai untuk merespon satu situasi atau stimulus dan pengulangan dari situasi atau stimulus itu.
- c. Sikap (Attitude) lebih umum disbanding habit tetapi kurang umum disbanding trait. Attitude terentang dari yang sangat spesifik sampai yang sangat umum. Attitude berbeda dengan habit dan trait dalam hal sifatnya yang evaluatif. Misalnya, sikap pria terhadap persamaan hak antara pria dan wanita mungkin positif (menyetujui persamaan hak) atau negative (tidak setuju, mengabaikan bahkan menghalangi persamaan hak).
- d. Tipe (Type) adalah kategori nomotetik, dan konsep yang jauh lebih luas disbanding tiga konsep diatas. Sebagai suatu kategori, tipe akan mengelompokkan manusia menjadi beberapa jenis atau model tingkahlaku. Tipe merangkum ketiga konsep yang lain, menggambarkan kombinasi trait-habit-attitude yang secara teoritik dapat ditemui pada diri seseorang. Namun manakala kita menganalisis individu dalam hal tepenya, kita kehilangan pengamatan mengenai sifat keunikannya. Karena tidak ada orang yang cocok dengan tipe secara sempurna, tipe menjadi pembeda artifisial yang mengaburkan realita. Trait dan Konsistensi Pribadi Allport (kerja bersama Odberg) mengumpulkan hampir 18.000 kata, umumnya kata sifat dalam bahasa

Inggris yang bermakna *trait*, tidak termasuk kata-kata majemuk yang menggabungkan beberapa sifat, seperti *pecinta-sejati*, atau *kasih-kasih sayang*. *Proprium* adalah aspek kepribadian yang teoritis lain memberi nama *self* atau *ego*, istilah yang Allport tidak mau memakainya, karena keduanya sudah diberi makna yang bermacam-macam oleh banyak teoritis. *Proprium* adalah sesuatu yang mengenainya kita segera sadar, sesuatu yang kita pikirkan sebagai bagian yang hangat, sentral, dan privat dari kehidupan kita, sehingga menjadi inti dari kehidupan. Konsep Allport Dalam mengemukakan pandangan ini, Allport (1937-1961) menunjukkan bahwa pandangannya menggemakan beberapa perumusan sebelumnya; misalnya, ucapan yang terkenal dari Woodworth (1918) bahwa mekanisme-mekanisme dapat ditransformasikan menjadi dorongan-dorongan; Stren (1935) bahwa fenotif-fenotif dapat menjadi genotif dan pernyataan. Untuk mensahkan konsep tersebut, Allport menunjuk pada observasi dari sejumlah bidang yang semuanya membenarkan adanya kecenderungan pada organisme untuk mempertahankan suatu respon tertentu, walaupun alasan semula untuk memberikan respon itu tidak ada lagi.

B. Budaya yang Dinamis

John Locke pernah berkata bahwa anak yang baru dilahirkan itu seperti tabularasa, yaitu kertas putih bersih yang akan ditulisi oleh pengalaman. Artinya, manusia tidak dilengkapi pengetahuan apapun pada waktu dilahirkan. Pengetahuan itu diperoleh melalui pengalaman. Pengalaman – pengalaman itulah yang akan membentuk manusia menjadi individu yang berbeda – beda kepribadiannya. Salah satu pengalaman yang berperan dalam membentuk kepribadian adalah kebudayaan.

Faktor pengalaman berperan penting dalam pembentukan kepribadian manusia. Para psikolog membagi 2 (dua) macam

pengalaman yang dapat mempengaruhi kepribadian:

1. Pengalaman Unik (*Unique Experience*)

Pengalaman pribadi yang bersifat unik akan ikut mempengaruhi kepribadian individu yang mengalaminya. Misalnya, seorang wanita yang dicerai oleh suaminya kemudian ia patah hati tidak mau menikah lagi karena ada perasaan takut bahwa pernikahannya akan gagal. Kematian orang tua, kecelakaan traumatis, juga merupakan pengalaman unik yang membentuk pribadi seseorang.

2. Pengalaman Umum (*Common Experience*)

Setiap orang di dunia hidup dan berkembang di lingkungan yang berbeda – beda. Hal inilah yang membuat kepribadian mereka berbeda – beda. Orang yang dibesarkan di perkotaan akan memiliki kepribadian yang berbeda dengan orang yang dibesarkan di pedesaan. Orang perkotaan cenderung individualis, sedangkan orang pedesaan lebih menyukai segala sesuatu yang berbau gotong royong.

Penelitian anak – anak kembar identik yang dilakukan William Stern menunjukkan bahwa anak – anak kembar yang hidup di kebudayaan berbeda mengalami pembentukan kepribadian yang berbeda pula. Dari sini dapat disimpulkan bahwa kebudayaan adalah pengalaman umum yang membentuk kepribadian individu.

Untuk mengetahui lebih lanjut mengenai peranan kebudayaan dalam pembentukan kepribadian, marilah kita tengok kembali 7 (tujuh) unsur kebudayaan menurut Kluckhohn:

- a. Bahasa, mencakup lisan dan tulisan. Bahasa yang digunakan oleh satu budaya dengan budaya yang lain tentu berbeda. Misalnya, anak yang dibiasakan bicara dengan bahasa yang sopan dan dengan suara yang halus akan memiliki kepribadian yang lembut daripada anak yang tidak diajari berbicara dengan sopan.

- b. Sistem organisasi, mencakup sistem kekerabatan, sistem kesatuan hidup setempat, asosiasi dan perkumpulan, dan sistem kenegaraan. Anak yang hidup di Negara yang liberalis akan lebih individualis daripada yang hidup di Negara sosialis.
- c. Sistem Pengetahuan, terdiri dari pengetahuan tentang sekitar alam, alam forora, zat – zat dan bahan mentah, tubuh manusia, kelakuan sesama manusia, dan pengetahuan tentang ruang, waktu, dan bilangan. Anak yang hidup di pedesaan yang masih menghargai alam dengan baik tentu akan berbeda kepribadiannya dengan yang hidup di kota yang acuh terhadap alam.
- d. Sistem peralatan dan teknologi. Anak – anak yang hidup di perkotaan dimana semua hal dapat didapat dengan mudah dan praktis pasti lebih individualis daripada anak yang hidup di pedalaman.
- e. Sistem mata pencaharian hidup. Seorang pedagang pasti selalu melihat sesuatu dari untung – ruginya, sedangkan seorang pemburu pasti akan menjadi orang yang penuh startegi dan hati-hati.
- f. Sistem religi. Setiap agama pasti mengajarkan hal yang berbeda dan tentu akan menghasilkan individu yang berbeda pula.
- g. Kesenian. Suatu daerah memiliki kesenian khas berbeda, sehingga menghasilkan individu dengan karakter yang berbeda pula.

Kita menemukan begitu banyak ciri – ciri budaya yang melekat pada kepribadian. Selama perkembangannya, manusia diajarkan untuk berperilaku sesuai dengan keyakinan, kebiasaan, dan nilai – nilai budaya tersebut. Kebudayaan adalah sebuah pengalaman umum bagi manusia yang membentuk kepribadiannya. Kebudayaan dilakukan dan diresapi setiap hari oleh individu, sehingga timbul rasa memiliki dan ingin mempertahankan kebudayaan tersebut, sehingga lama kelamaan

budaya tersebut mengakar dalam diri manusia dan menjadikannya kepribadian itu sendiri.

Berbicara tentang kebudayaan sangat erat kaitannya dengan kepribadian seseorang. Budaya dan keperibadian bagaikan dua sisi mata uang tidak bisa dipisahkan. Dimana budaya yang baik selalu mempengaruhi pribadi yang baik, kemudian budaya buruk selalu mempengaruhi pribadi yang buruk juga, Disamping itu kadang kala lingkungan menjadi hal utama yang dapat mempengaruhi baik buruknya budaya seseorang. Kita ambil contoh di Papua memiliki berbagai kebudayaan yang berbeda dengan daerah lainnya, sehingga dengan sendiri kepribadian mereka juga agak berbeda dan unik.

Hal ini dapat dikatakan melihat budaya Papua yang agak keras dan unik. Sehingga keperibadian yang terbentukpun agak unik dan berbeda. Contoh budaya potong jari. Yang telah lama turun-temurun diterapkan di Papua, bahkan menjadi budaya (kebiasaan) yang lumrah untuk dihilangkan walaupun kelihatannya agak buruk dan tidak sesuai baik norma agama maupun norma hukum, Contoh pengaruh budaya terhadap keperibadian yang lainnya dapat kita petik dari kehidupan masyarakat suku dayak di daerah pedalaman Kalimantan. Yang sebagaimana hidupnya sangat memperhatikan dan menggenaskan. Bagi mereka memakai anting sebanyak-banyaknya ditelinga baik pria maupun wanita merupakan suatu hal yang biasa, padahal hal sangat menggelikan dan menakutkan. Yang lebih parahnya lagi hal ini telah melanggar berbagai norma-norma yang telah tertera. Tetapi mau bagaimana lagi, inikan budaya, Baik masyarakat yang hidup di Papua maupun Kalimantan memiliki budaya yang unik dan berbeda. Keunikan kebudayaan mereka membuat cara hidup termasuk kepribadian mereka sesuai dengan nilai-nilai kebudayaan yang mereka miliki, pengaruh itu dapat kita lihat masyarakat Papua selalu hidup dan berbudaya dengan istilah mengorbankan apapun yang mereka miliki untuk seseorang yang

mereka milkiu dan sayangi. Sama halnya juga dengan orang Kalimantan.

Memang kalau diamati sebagai siswa yang masih duduk dibangku Sekolah Menengah Atas agak sulit menguraikannya dalam tulisan, apalagi baru memulai tulis menulis. Sebenarnya yang melatarbelakangi penulis untk memulai menulis ini bukan dikarenakan desakan, paksaan bahkan tugas dari pak guru melainkan kemauan yang ingin diungkapkan bagaimana sih pengaruh berbagai budaya terhadap keperibadian seseorang. Dengan pengukpan makalah ini juga sekaligus memaksa dan menuntut penulis untk tetap eksis dalam tulis menulis yang menjadi kegemaran dan kesenangan penulis, Alhasi dengan adanya makalah ini maka semua kita dituntut untuk tetap memperhatikan berbagai pengaruh yang dapat ditimbulkan terhadap perkembangan keperibadian kita, agar kita tetap berkepribdian baik dalam kehidupan kita dimana pun kita tinggal.

Masalah yang timbul adalah Era yang berkembang ini banyak masalah atau pengaruh yang bisa terjadi disebabkan budaya yang tidak mendukung. Ketika pengaruh budaya buruk mempengaruhi kepribadian seseorang maka dengan sendirinya berbagai masalah yang tidak di inginkan akan terjadi secara terus-menerus, Nah yang menjadi tantangan untuk kita, apa yang harus kita lakukan agar permasalahan yang sering timbul ditengah masyarakt akibat pengaruh budaya yang buruk dapat disingkirkan secara perlahan. Menyingkirkan budaya buruk yang dimaksudkan disi adalah bagaimana cara kita tidak menerapkan budaya-budaya lama yagn telah nyata-nyata tidak sesuai dengan norma-norma maupun adapt istiadat.

Menjadi tantang untk kita apakah kita berani mengambil resiko dengan cara tidak mengikuti dan menerapkan berbagai budaya buruk yang kita lihat dapat mempengaruhi kebudayaan kita. Dan memberitahukan kepada setiap orang bahwa budaya yang buruk harus dibuang dan dilenyapkan.

Melenyapkan dan menyingkan budaya yang buruk bukanlah hal yang mudah, layaknya kita membalik telapak tangan. Tetapi butuh usaha, kerja keras dan kemauan yang besar untuk merubah itu. Semoga hal ini dapat di atasi dengan baik..

Dilihat dari sisi kebudayaan Sangat disayangkan kalau kita memahami budaya hanya dari sisi yang sempit. Oleh karena itu perlulah kita memandang budaya secara luas agar pemahan dan pengertiannya pun tidak salah. Di dunia ini banyak ahli yang hidup, sehingga rasanya perlu kl kita lihat beberapa pendapat yang mereka kemukakan dalam hal ini tentang kebudayaan

Definisi budaya sendiri menurut koentjaraningrat menyebutkan bahwa kata kebudayaan berasal dari kata sansekerta yang artinya buddhaya yang merupakan bentuk jamak dari kata buddhi yang berarti budi atau akal. Dengan demikian, kebudayaan bisa diartikan sebagai hal-hal yang bersangkutan dengan akal, Selain itu E.B. Taylor mengukapkan budaya adalah suatu keseluruhan kompleks yang meliputi pengetahuan, kepercayaan, seni, kesusilaan, hokum, adapt istiadat, serta kebiasaan lainnya yang dipelajari oleh manusia sebagai anggota masyarakat, Kemudian Linton juga mengukapkan budaya adalah keseluruhan pengetahuan, sikap, dan pola perilaku yang merupakan kebiasaan yang dimiliki dan diwariskan oleh anggota suatu masyarakat tertentu, Selain ketiga ahli diatas, tidak ketinggaln Kluckhohn dan Kelly juga memberikan pengertian budaya menurut pemahamn yang mereka miliki. Yang menurutnya budaya adalah semua rancangan hidup tercipta secara histories, baik yang eksplit maupun implicit, rasional, irasional yang ada pada suatu waktu sebagai peddoman yang potensial untuk perilaku manusia.

C. Agama dan Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Istilah “Kesehatan Jiwa (mental)” telah menjadi populer di kalangan orang-orang terpelajar, seperti istilah-istilah ilmu jiwa lainnya; misalnya kompleks jiwa, sakit saraf dan hysteria;

banyak diantara mereka menggunakan kata-kata tersebut baik pada tempatnya atau tidak dalam pengertian yang tidak sesuai dengan pengertian ilmiah dan istilah-istilah tersebut.¹

Jika ditinjau dari etimologi, kata mental berasal dari kata latin *mensatau mentis* yang berarti roh, sukma, jiwa atau nyawa. Ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan jiwa/ mental yang bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala jiwa (*neurose*) dan gejala penyakit jiwa (*psikose*). Jadi menurut definisi ini, seseorang dikatakan bermental sehat bila orang yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa yaitu adanya perasaan cemas tanpa diketahui sebabnya. Malas dan hilangnya kegairahan bekerja pada seseorang. Bila gejala ini meningkat maka akan menyebabkan penyakit *anxiety*, *neurasthenis*, atau *hysteria* dan sebagainya. Adapun orang sakit jiwa biasanya memiliki pandangan yang berbeda dengan pandangan orang pada umumnya. Inilah yang kita kenal dengan orang gila.

Kesehatan mental (*mental bygiene*) juga meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan ruhani. Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam ruhani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tenteram.²

Menurut Marie Jahoda pengertian kesehatan mental tidak hanya terbatas kepada absennya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa, tetapi orang yang sehat mentalnya, juga memiliki sifat atau karakteristik utama sebagai berikut:

¹ Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*. (Jakarta: Bulan Bintang, 1977) cet. 1, h. 20

² Jalaluddin, *Psikologi Agama*. (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2008) h.

- 1) Memiliki sikap kepribadian terhadap diri sendiri dalam arti ia mengenal dirinya dengan sebaik-baiknya.
- 2) Memiliki pertumbuhan, perkembangan dan perwujudan diri.
- 3) Memiliki integrasi diri yang meliputi keseimbangan jiwa kesatuan pandangan dan tahap terhadap tekanan-tekanan kejiwaan yang terjadi.
- 4) Memiliki otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam ataupun kelakuan-kelakuan bebas.
- 5) Memiliki persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, dan penciptaan empati serta kepekaan sosial.
- 6) Memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya.³

Pandangan islam tentang manusia dan kesehatan mental, berbeda dengan aliran-aliran psikologi yang empat. Manusia dalam pandangan Islam diciptakan oleh Allah dengan tujuan tertentu:

- 1) Menjadi hamba Allah (*abd Allah*) yang tugasnya mengabdikan kepada Allah SWT.
- 2) Menjadi *khalifah Allah fi al-Ardh* yang tugasnya mengolah alam dan memanfaatkannya untuk kepentingan makhluk dalam rangka Ubudiyah kepada-Nya.

Agar tujuan tersebut dapat dicapai manusia dilengkapi dengan berbagai potensi yang harus dikembangkan dan dimanfaatkan sesuai dengan aturan Allah. Oleh karena itu kesehatan mental dalam pandangan islam adalah pengembangan dan pemanfaatan potensi-potensi tersebut semaksimal mungkin, dengan niat ikhlas beribadah hanya kepada Allah. Dengan demikian orang yang sehat mentalnya, adalah orang yang mengembangkan dan memanfaatkan

³ Ramayulis, Haji., *Op., cit.*, h. 130

seganap potensinya seoptimal mungkin melalui jalan yang diridhai Allah, dengan motif beribadah kepada-Nya.

Dari keempat aliran psikologi semuanya mendasarkan teoti kesehatan mentalnya hanya pada konsep dasar manusia yang sebenarnya belum utuh. Kekurangutuhan itu akan tampak bila diteliti dengan seksama, ternyata keempat aliran tersebut membicarakan konsep kepribadian manusia, namun belum menyinggung bagaimana kaitannya dengan Sang Pencipta. Oleh karena itu orang kesulitan untuk menjawab bagaimana sebanarnya tentang konsep jiwa/mental yang sehat, tampaknya sulit ditentukan jawaban yang tuntas. Masing-masing aliran belum mampu mengembangkan seluruh potensi manusia, sehingga aliran humanistik dan transpersonal yang kajiannya lebih sempurna mengenai manusiapun ternyata masih belum sempurna menurut Islam.⁴

Menurut pandangan Islam orang sehat mentalnya ialah orang yang berperilaku, pikiran, dan perasaannya mencerminkan dan sesuai dengan ajaran Islam. Ini berarti, orang yang sehat mentalnya ialah orang yang didalam dirinya terdapat keterpaduan antara perilaku, perasaan, pikiranya dan jiwa keberagamaannya. Dengan demikian, tampaknya sulit diciptakan kondisi kesehatan mental dangan tanpa agama. Bahkan dalam hal ini Malik B. Badri berdasarkan pengamatanya berpendapat, keyakinan seseorang terhadap Islam sangat berperan dalam membebaskan jiwa dari gangguan dan penyakit kejiwaan. Disinilah peran penting Islam dalam membina kesehatan mental.⁵ Zakiah Daradjat merumuskan pengertian kesehatan mental dalam pengertian yang luas dengan memasukkan aspek agama didalamnya seperti berikut:

⁴ Ramayulis, Haji. *Op., cit*,

⁵ Ramayulis, Haji. *Op., cit*, h. 152

Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan yang terciptanya penyusui diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.

Dalam pengertian yang amat sederhana mental itu sudah dikenal sejak manusia pertama (Adam), karena Adam as merasa berdosa yang menyebabkan jiwanya gelisah dan hatinya sedih. Untuk menghilangkan kegelisahan dan kesedihan tersebut, ia bertaubat kepada Allah dan taubatnya diterima serta merasa lega kembali. Musthafa Fahmi, sebagaimana yang dikutip oleh Muhammad Mahmud, menemukan dua pola dalam kesehatan mental:

Pertama, pola negatif (*salabiy*), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neurosis (*al-amarah al-ashabiyah*) dan psikosis (*al-amarah al-dzibanayah*).

Kedua, pola positif (*ijabiy*), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola yang kedua ini lebih umum dan lebih luas dibandingkan dengan pola pertama.⁶

1) Kesehatan mental menurut Said Hawa

Said Hawa menetapkan indikator kesehatan mental berdasarkan *tatbhiral-qalb* (penyucian jiwa) dengan indikatornya sebagai berikut:

- a) Sempurna dalam melaksanakan ibadah sesuai dengan perintah Allah SWT.
- b) Terlihat efek dari peribadatnya pada sifat-sifatnya yang utama dan akhlak-al-karimah dan melaksanakan *habl in Allah* dan *habl min al-nas*.
- c) Mempunyai hati yang mantap dalam mentauhidkan Allah SWT.

⁶ Ramayulis, Haji, *Psikologi Agama*. (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), h.128

- d) Tidak mempunyai penyakit hati, yang bertentangan dengan keesaan Allah SWT.
 - e) Jiwa menjadi suci, hatinya menjadi suci, dan pandangannya menjadi jernih.
 - f) Seluruh anggota badannya senantiasa berbuat sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT.
- 2) Indikator Kesehatan Mental Menurut Ahmad Farid
Ahmad Farid menetapkan indikator Kesehatan Mental berdasarkan kepada agama sebagai berikut:
- a) Berfokus pada akhirat
 - b) Tiada meninggalkan zikrullah
 - c) Selalu merindukan untuk beribadah kepada Allah
 - d) Tujuan hidupnya hanya Kepada Allah
 - e) Kyusu' dalam menegakkan shalat dan saat itu ia lupa akan segala urusan dunia
 - f) Menghargai waktu dan tidak bakhil harta
 - g) Tidak berputus asa dan tidak malas untuk berzikir
 - h) Mengutamakan kualitas perbuatan
- 3) Indikator Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat.
Zakiah Daradjat menetapkan indikator kesehatan mental dengan memasukkan unsur keimanan dan ketaqwaan, sebagai berikut:
- a) Terbebas dari gangguan dan penyakit jiwa
 - b) Terwujudnya keserasian antara unsur-unsur kejiwaan
 - c) Mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri secara fleksibel dan menciptakan hubungan yang bermanfaat dan menyenangkan antar individu
 - d) Mempunyai kemampuan dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya serta memanfaatkannya untuk dirinya dan orang lain
 - e) Beriman dan bertakwa kepada Allah dan selalu berupaya merealisasikan tercipta kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.

- 4) Indikator Kesehatan Mental Menurut Al-Ghazali didasarkan kepada seluruh aspek kehidupan manusia baik *habl min Allah*, *habl min al-nas*, dan *habl min al-alam*. Menurutny ada tiga indikator yang menantukan kesehatan mental seseorang yaitu:
- a) Keseimbangan yang terus menerus antara jismani dan rohani dalam, kehidupan manusia.
 - b) Memiliki kemuliaan akhlak dan kezakiyahan jiwa, atau memiliki kualitas iman dan takwa yang tinggal
 - c) Memiliki makrifat tauhid kepada Allah

Menurut Zakiah Daradjat, keabnormalan mental adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan psikis. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. Keabnormalan dapat dibagi atas dua bagian, yaitu (1) gangguan mental (*jiwa/neurose*), dan (2) sakit mental (*jiwa/psychose*).

Dalam perspektif Islam sehat atau tidaknya mental seseorang berpijak pada aspek spiritualitas keagamaan. Seberapa jauh keimanan seseorang yang tercermin dalam kehidupan keberagamaan dalam kesehariannya menjadi titik tolak penting dalam menantukan sehat atau tidaknya mental seseorang. Dalam perspektif Islam gangguan dan tidak sakit mental tidak hanya diukur dengan ukuran humanistik saja, sebagaimana diikuti oleh semua aliran psikologi kontemporer. Akan tetapi Islam juga melihat bagaimana kaitannya dengan iman dan akhlak.

Al-Ghazali memandang bahwa keabnormalan mental indetik dengan akhlak yang buruk. Akhlak yang baik dikategorikan sebagai sifat para rasul Allah, perbuatan para al-Shiddiqin paling utama. Sedangkan akhlak yang buruk dinyatakan sebagai racun yang berbisa yang dapat membunuh, atau kotoran yang bisa menjauhkan seseorang dari Allah SWT.

Disamping itu akhlak yang buruk juga termasuk ke dalam langkah setan yang bisa menjerumuskan manusia masuk dalam perangkapnya.

Gangguan mental dalam Islam berkaitan dengan penyimpangan-penyimpangan sikap batin. Inilah yang menjadi dasar dan awal dari semua pendarita batin. Ada aspek penting yang menjadi ciri-ciri gangguan mental menurut islam yaitu *qalb* dan *af'al* (hati dan perbuatan). Gejala-gejala gangguan mental semacam ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Hati yang menyimpang dari keikhlasan dan ketundukan kepada Allah sehingga menjadi lupa terhadap posisinya sebagai hamba Allah. Wujud dari penyimpangan ini bisa dalam bentuk ria, hasad, ujub, takabur, tamak dan sebagainya.
- 2) Perilaku yang terbiasa dengan pelanggaran ajaran agama disebabkan oleh dominannya peran *nafs al-ammarah* dalam kehidupan.

Agar mental tetap sehat perlu diperhatikan hal-hal sebagai.⁷

1. Iman

Di dalam metode iman terdapat beberapa macam pola karakter. *Pertama*, karakter rabbani yang berasal dari kata *rabb* yang dalam bahasa Indonesia berarti tuhan, yaitu tuhan yang memiliki, memperbaiki, mengatur. Istilah rabbani dalam konteks ini memiliki ekuivalensi dengan mentransformasikan asma dan sifat tuhan kedalam dirinya untuk kemudian diinternalisasikan dengan kehidupan nyata.

Kedua, karakter malaki adalah kepribadian individu yang didapat setelah mentransformasikan sifat-sifat malaikat kedalam dirinya untuk kemudian di internalisasikan kedalam kehidupan nyata.

⁷ Ramayulis, Haji, *Psikologi Agama*. (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), h.128

Ketiga, karakter Qurani yang pada intinya kepribadian qurani adalah kepribadian yang melaksanakan sepenuh hati nilai-nilai al-Qur'an baik pada dimensi I'tiqadiyah, Khulukqiyah, amaliyah, ibadah, muamalah, daruriyyah, hajiyyah, ataupun tahsiniyah,

Keempat, karakter rasuli yang mengarah pada sifat-sifat khas seorang rasul sebagai manusi pilihan (*Al-Musthafa*) berupa sifat Jujur, Terpercaya, Menyampaikan perintah dan cerdas.

Kelima, Karakter yawm akhiri adalah kepribadian individu yang didapat sesudah mengimani, mamhami dan mempersiapkan diri untuk memasuki hari akhir dimana seluruh perilaku manusia dimintai pertanggungjawaban. Kepribadian ini menuju kepada salah satu konsekwensi perilaku manusia, dimana yang amalnya baik akan mendapatkan kenikmatan syurga sementara bagi yang amalnya buruk akan mendapatkan kesengsaraan neraka.

Keenam, karakter taqdiri, Pola-pola tingkah laku taqdiri antara lain; pertama, bertingkah laku berdasarkan aturan dan hukum tuhan, sehingga tidak semena-mena memperturutkan hawa nafsu. Kedua, membangun jiwa optimis dalam mencapai sesuatu tujuan hidup. Tidak sombong ketika mendapatkan kesuksesan hidup. Tidak pesimis, stress atau depresi ketika mendapatkan kegagalan.

2. Islam

Didalam metode Islam terdapat beberapa macam pola karakter. *Pertama*, kepribadian syahadatain adalah kepribadian individu yang didapat setelah mengucapkan dua kalimat syahadat, memahami hakikat dari ucapannya serta menyadari akan segala konsekwensi persaksiannya tersebut. Kepribadian syahadatain meliputi domanin kognitif dengan pengucapan dua kalimat secara verbal; domain afektif dengan kesadaran hati yang tulus; dan domain psikomotorik

dengan melakukan segala perbuatan sebagai konsekuensi dari persaksiannya itu.

Kedua, karakter mushalli adalah kepribadian individu yang didapat setelah melaksanakan shalat dengan baik, konsisten, tertib, dan khusyu, sehingga ia mendapatkan hikmah dari apa yang dikerjakan.

Ketiga, karakter shaim adalah kepribadian individu yang didapat setelah melaksanakan puasa dengan penuh keimanan dan ketakwaan, sehingga ia dapat mengendalikan diri dengan baik. Pengertian ini didasarkan pada asumsi bahwa orang yang mampu menahan diri dari sesuatu yang membatalkan puasa memiliki kepribadian lebih kokoh, tahan uji, dan stabil ketimbang orang yang tidak mengerjakannya, sebab ia mendapatkan hikmah dari perbuatannya.

Keempat, karakter muzakki adalah pribadi yang suci, fitrah dan tanpa dosa. Ia memiliki kepribadian yang seimbang, mampu menyelaraskan antara aktifitas yang berdimensi vertikal dan horizontal. Ia adalah sosok yang empatik terhadap penderitaan pribadi lain.

Kelima, karakter haji adalah orang yang telah melakukan ibadah haji yang secara etimologi berarti menyengaja pada sesuatu yang diagungkan. Orang yang melaksanakan haji hatinya selalu tertuju pada yang maha tinggi. Orang yang berhaji memiliki beberapa kepribadian antara lain : kepribadian muhrim, kepribadian thawif, kepribadian waqif, kepribadian sa'i, kepribadian mutahalli dan lain sebagainya.

3. Ihsan

Kata ihsan berasal dari kata hasuna yang berarti baik atau bagus. Seluruh perilaku yang mendatangkan manfaat dan menghindarkan kemudharatan merupakan perilaku yang ihsan. Namun karena ukuran ihsan bagi manusia sangat relative dan temporal, maka criteria ihsan yang

sesungguhnya berasal dari Allah swt. Karena itu hadits Nabi Muhammad saw menyebutkan bahwa ihsan bermuara pada peribadatan dan muwajahah, dimana ketika sang hamba mengabdikan diri pada-Nya seakan-akan bertatap muka dan hidup bersama (ma'iyah) dengan-Nya, sehingga seluruh perilakunya menjadi baik dan bagus. Sang budak tidak akan berbuat buruk dihadapan majikannya, apalagi sang hamba dihadapan tuhannya. Dengan demikian, yang dimaksud dengan kepribadian muhsin adalah kepribadian yang dapat memperbaiki dan mempercantik individu. Baik berhubungan dengan diri sendiri, sesamanya, alam semesta dan tuhan yang diniatkan hanya untuk mencari ridha-Nya.⁸

Musthafa Fahmi menemukan dua pola dalam mendefinisikan kesehatan mental: Pertama, pola negatif, bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis dan psikosis. Kedua, pola positif, bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya.

Hanna Djumhana Bastaman lebih luas menyebut empat pola yang ada dalam kesehatan mental, yaitu pola simptomatis, pola penyesuaian diri, pola pengembangan potensi, dan pola agama. Pertama, pola simptomatis adalah pola yang berkaitan dengan gejala dan keluhan, gangguan atau penyakit nafsiyah. Kedua, pola penyesuaian diri adalah pola yang berkaitan dengan keaktifan seseorang dalam memenuhi tuntutan lingkungan tanpa kehilangan harga diri. Ketiga, pola pengembangan diri adalah pola yang berkaitan dengan kualitas khas insane seperti kreativitas, produktivitas, kecerdasan, tanggung jawab, dan sebagainya. Keempat, pola agama adalah pola yang berkaitan dengan

⁸ Abdul Mujib; *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, PT Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2006; Hal. 305

ajaran agama. Kemampuan individu untuk melaksanakan ajaran agama secara benar dan baik dengan landasan keimanan dan ketakwaan.

Zakiah Daradjat mendefinisikan kesehatan mental dengan “terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.

2. Tanda-tanda Kesehatan Mental dalam Islam

Menurut Muhammad Mahmud terdapat sembilan macam, yaitu:

Pertama, kemapanan, ketenangan, dan rileks. Kata “sakinah” memiliki arti kemapanan disebabkan memiliki tempat tinggal atau wilayah yang menetap dan tidak berpindah-pindah. Ketenangan di dalam istilah sakinah tidak berarti statis atau tidak bergerak, sebab dalam “sakinah” terdapat aktivitas yang disertai dengan perasaan tenang, seperti orang yang melakukan kerja dengan disertai rasa tenang. Sedangkan rileks merupakan akibat dari sakinah dan thuma'ninah, yaitu keadaan batin yang santai, tenang, dan tanpa adanya tekanan emosi yang kuat, meskipun mengerjakan pekerjaan yang amat berat. Seseorang yang memiliki jiwa yang kotor dan penuh dosa karena maksiat, maka elemen-elemen yang jahat mudah bersenyawa dan membentuk komposisi tubuh yang gambang terkena goncangan, keresahan, dan kebimbangan.

Kondisi mental yang tenang dan tentram dapat digambarkan dalam tiga bentuk, yaitu: (1) adanya kemampuan individu dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman. Misalnya jika ia terkena musibah maka musibah itu diserahkan dan dikembalikan kepada Allah (QS. Al-Baqarah : 156); (2)

kemampuan individu dalam bersabar menghadapi persoalan-persoalan hidup yang berat, misalnya cobaan akan ketakutan dan kemiskinan (QS. Al-baqarah : 155); dan (3) kemampuan individu untuk optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan, sebab setiap ada kesulitan pasti akan datang kemudahan (QS. Al-insyirah: 4-5).

Kedua, memadahi dalam beraktivitas. Seseorang yang mengenal potensi, keterampilan dan kedudukannya secara baik maka ia dapat bekerja dengan baik pula, dan hal itu merupakan tanda dari kesehatan mentalnya. Firman Allah SWT :

"Supaya mereka dapat makan dari buahnya, dan dari apa yang diusahakan oleh tangan mereka. Maka mengapakah mereka tidak bersyukur?" (QS.Yasin: 35).

Sabda Nabi SAW : *"Makanan yang lebih baik dimakan oleh seseorang adalah makanan yang berasal dari jerih payahnya sendiri, sebab Nabi Dawud makan dari hasil kerjanya sendiri."* (HR.Al-Bukhari)

Ketiga, menerima keberadaan dirinya dan keberadaan orang lain. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang menerima keadaan sendiri, baik berkaitan dengan kondisi fisik, kedudukan, potensi, maupun kemampuannya, karena keadaan itu merupakan anugrah dari Allah SWT. Anugrah Tuhan yang diberikan kepada manusia terdapat dua jenis, yaitu: (1) bersifat alami. Manusia yang sehat akan mensyukuri anugrah itu tanpa mempertanyakan mengapa Tuhan menciptakan seperti itu, sebab di balik penciptaan-Nya pasti terdapat hikmah yang tersembunyi; (2) dapat diusahakan. Manusia yang sehat tentunya akan mengerahkan segala daya upayanya secara optimal agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Tanda kesehata mental yang lain adalah adanya kesediaan diri untuk menerima segala kelebihan dan kekurangan orang lain, sehingga ia mampu bergaul dan menyesuaikan diri dengan orang lain.

Keempat, adanya kemampuan untuk memelihara atau menjaga diri. Artinya, kesehatan mental seseorang ditandai dengan kemampuan untuk memilah-milah dan mempertimbangkan perbuatan yang akan dilakukan. Perbuatan yang hina dapat menyebabkan psikopatologi, sedang perbuatan yang baik menyebabkan pemeliharaan kesehatan mental.

Kelima, kemampuan untuk memikul tanggung jawab, baik tanggung jawab keluarga, sosial, maupun agama.

Keenam, memiliki kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan yang diperbuat.

Ketujuh, kemampuan individu untuk membentuk hubungan sosial yang baik yang dilandasi sikap saling percaya dan saling mengisi.

Kedelapan, memiliki keinginan yang realistis, sehingga dapat diraih secara baik.

Kesembilan, adanya rasa kepuasan, kegembiraan dan kebahagiaan dalam mensikapi atau menerima nikmat yang diperoleh.

3. Peran Agama dalam Kesehatan Mental

Agama sebagai terapi kesehatan mental dalam islam sudah ditunjukkan secara jelas dalam ayat-ayat Al-Quran, di antaranya yang membahas tentang ketenangan dan kebahagiaan adalah (QS An Nahl 16:97) Artinya : *“Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang Telah mereka kerjakan.*

Ditekankan dalam ayat Ini bahwa laki-laki dan perempuan dalam Islam mendapat pahala yang sama dan bahwa amal saleh harus disertai iman (QS Ar Ra’ad 13:28) Artinya : *“ (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi*

tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram “.

Dalam Islam, Ada tiga pola yang dikembangkan untuk mengungkap metode perolehan dan pemeliharaan kesehatan mental: Pertama, metode tahalli, takhalli, dan tajalli; Kedua, metode syariah, thariqah, haqiqah, dan ma'rifat; dan ketiga, metode iman, islam, dan ihsan. Di sini, kita lebih cenderung memilih pola yang ketiga.

a. Metode Imaniah

Iman secara harfiah diartikan dengan rasa aman (al-aman) dan kepercayaan (al-amanah). Orang yang beriman berarti jiwanya merasa tenang dan sikapnya penuh keyakinan dalam menghadapi problem hidup.

Dengan iman, seseorang memiliki tempat bergantung, tempat mengadu, dan tempat memohon apabila ia ditimpa problema atau kesulitan hidup, baik yang berkaitan dengan perilaku fisik maupun psikis. Ketika seseorang telah mengerahkan daya upayanya secara maksimal untuk mencapai satu tujuan, namun tetap mengalami kegagalan, tidak berarti kemudian ia putus asa atau malah bunuh diri. Keimanan akan mengarahkan seseorang untuk mengoreksi diri apakah usahanya sudah maksimal atau belum. Sejalan dengan hukum-hukum-Nya atau tidak. Jika sesuai dengan hukum-hukum-Nya, tetapi masih menemu ikegagalan, hal yang perlu diperhatikan adalah *hikmah* dibalik kegagalan tersebut. Apakah Allah SWT menguji kualitas keimanannya melalui kegagalan ataukah Dia mengasihi hamba-Nya yang salih supaya ia tidak sombong atau angkuh ketika memperoleh kesuksesan.

b. Metode Islamiyah

Islam secara etimologi memiliki tiga makna, yaitu penyerahan dan ketundukan (*al-silm*), perdamaian dan keamanan (*al-salm*), dan keselamatan (*al-salamah*).

Realisasi metode Islam dapat membentuk kepribadian muslim (*syakhsyah al-muslim*) yang mendorong seseorang

untuk hidup bersih, suci dan dapat menyesuaikan diri dalam setiap kondisi. Kondisi seperti itu merupakan syarat mutlak bagi terciptanya kesehatan mental.

Kepribadian muslim menimbulkan lima karakter ideal.

· *Pertama*, karakter syahadatain yaitu karakter yang mampu menghilangkan dan membebaskan diri dari segala belenggu dan dominasi tuhan-tuhan temporal dan relatif, seperti materi dan hawa nafsu.

“*Terangkanlah kepadaku tentang orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhannya. Maka Apakah kamu dapat menjadi pemelihara atasnya?*” (Q.S. Al-Furqon: 43).

Kedua, karakter *mushalli*, yaitu karakter yang mampu berkomunikasi dengan Allah (ilahi) dan dengan sesama manusia (insani). Komunikasi ilahiah ditandai dengan takbir, sedang komunikasi insaniah ditandai dengan salam. Karakter *mushalli* juga menghendaki kesucian lahir dan batin. Kesucian lahir diwujudkan dalam wudhu (Q.S. Al-Maidah:6), sedang kesucian batin diwujudkan dalam bentuk keikhlasan dan kekhayusan (Q.S. al-Mukminun: 1-2).

Ketiga, karakter *muzakki*, yaitu karakter yang berani mengorbankan hartanya untuk kebersihan dan kesucian jiwanya (Q.S. At-Taubah: 103). Karakter *Muzakki* menghendaki adanya pencarian harta secara halal dan mendistribusikannya dengan cara yang halal pula. Ia menuntut adanya produktifitas dan kreativitas.

Keempat, karakter *sha'im*, yaitu karakter yang mampu mengendalikan dan menahan nafsu-nafsu rendah dan liar. Di antara karakter *sha'im* adalah menahan makan, minum, hubungan seksual pada waktu, dan tempat dilarang.

Kelima, karakter *hajji*, yaitu karakter yang mau mengorbankan harta, waktu, bahkan nyawa demi memenuhi panggilan Allah SWT. Karakter ini menghasilkan jiwa yang egaliter, memiliki wawasan inklusif dan pluralistik, melawan kebatilan, serta meningkatkan wawasan wisata spiritual.

c. *Metode Ihsaniah*

Ihsan secara bahasa berarti baik. Orang yang baik (muhsin) adalah orang yang mengetahui akan hal-hal baik, mengaplikasikan dengan prosedur yang baik, dan dilakukan dengan niatan baik pula.

Metode ini apabila dilakukan dengan benar akan membentuk kepribadian muhsin (*syakhshiyah al-muhsin*) yang dapat ditempuh melalui beberapa tahapan.

Pertama, tahapan permulaan (*al-bidayah*). Tahapan ini disebut juga tahapan *takhalli*. Takhalli adalah mengosongkan diri dari segala sifat-sifat kotor, tercela, dan maksiat.

Kedua, tahapan kesungguhan dalam menempuh kebaikan (*al-mujahadat*). Pada tahapan ini kepribadian seseorang telah bersih dari sifat-sifat tercela dan maksiat, kemudian ia berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mengisi diri dengan tingkah laku yang baik. Tahapan ini disebut juga *tahalli*.

Ketiga, tahapan merasakan (*al-muziqat*). Pada tahapan ini, seorang hamba tidak sekadar menjalankan perintah Khaliknya dan menjauhi larangan-Nya, namun ia merasa kelezatan, kedekatan, kerinduan, dengan-Nya. Tahapan ini disebut *Tajalli*. Tajalli adalah menampakkannya sifat-sifat Allah SWT pada diri manusia setelah sifat-sifat buruknya dihilangkan dan tabir yang menghalangi menjadi sirna.

Kecerdasan qalbiyah merupakan akibat dari kesehatan mental seseorang yang tidak sekedar hadir begitu saja, namun memerlukan proses dinamika seiring dengan perjalanan hidup seseorang itu sendiri. Dalam kecerdasan qalbiyah ditekankan pemanfaatan potensi manusia secara integral dalam hubungannya dengan pengembangan kepribadian, hal ini haruslah disertai prinsip yang berguna dalam upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan mental serta pencegahan terhadap gangguan-gangguan mental.

D. Seni Memahami orang lain

Apakah kita orang yang mudah sedih, putus asa dan depresi? Ada permasalahan dengan saudara, orang tua, teman sekantor atau barang kali dengan atasa. Kesedihan akan berakhir setelah segala sesuatunya dipahami. Namun memahami orang lain bukanlah semudah membalik telapak tangan. Jangankan memahami orang lain, kadang kala memahami diri sendiripun kita belum bisa. Jika demikian langkah apa yang harus dilakukan untuk memahami diri sendiri dan orang lain? Langkah *pertama* untuk memahami diri sendiri dapat kita mulai dengan: berfikir terbuka terhadap diri sendiri dan orang lain. Berfikir terbuka merupakan sarana terpenting untuk perasaan dan dapat menguatkan nilai-nilai kepribadian . perasaan harga diri yang tinggi dan nilai keperibadian dalam diri sendiri. Rasakan denyut jantung jika dia berdenyut secara perlahan dan teratur seperti itu pula sifat-sifat mulia dalam diri kita, tetapi tidak sedikit orang yang menganggap dirinya rendah bahkan menolak dirinya sendiri. Pola berfikir terbuka dapat kita arahkan pada hal-hal berikut: berfikir terbuka terhadap diri sendiri, orang tua, teman-teman, masa kini, masa lalu, masa depan dan tentang kehidupan itu sendiri. Bukankah dengan menerima alasan-alasan yang masuk akal akan membuat kita memahami orang lain. Selanjutnya Jika kita telah berpikir secara terbuka tentu kita akan mulai berfikir secara menyeluruh, melihat segala sesuatu dari berbagai sudut, bukan menatap permasalahan dari satu sisi, misalnya permasalahan dengan atasan, Bayangkan tatkala kita diceramahi oleh atasan gara-gara terlambat menyelesaikan tugas, waktu yang diberikan selama dua minggu, banyak kegiatan yang harus kita selesaikan dalam dua minggu itu, tiba-tiba waktu penyerahan tugas sudah tiba. Tidak ayal lagi tentu atasan kita marah-marah, lalu apa yang terjadi kita mengumpat sendiri dalam hati menyalahkan atasan karena ia marah-marah. Tetapi apakah kita memahami kepentingan atasan tadi?

Mungkin presentasi yang kita buat itu sangat dibutuhkannya sehingga ia memarahi kita karena tidak bisa ia terima tepat waktu. Ketahuilah bahwa kepentingan orang lain juga akan mempengaruhi sikap dan karakter manusia itu sendiri. Lihatlah secara menyeluruh! Langkah *kedua* agar anda mudah memahami orang lain: 2. Gunakanlah rasa sabar untuk mengenal orang lain tidak akan selesai dalam satu atau dua hari, sama seperti untuk memahami sebuah pelajaran, memahami orang lain membutuhkan waktu, kita akan mempelajari sifat-sifat orang disekitar kita, contoh teman dekat atau kekasih, jika kekasih kita orang yang tidak suka banyak bicara jangan suka sering bicara yang tidak jelas tujuannya jika berada disamping dia Di kampus jika dosen kita tidak biasa menerima telepon dari mahasiswanya jangan anda telepon dia, jika orang tua kita sifatnya pemarah jangan membuat hal-hal yang membuatnya marah, jika teman sekantor kita tidak suka dengan asap rokok jangan merokok didekatnya. Seiring dengan berjalannya waktu kita akan dapat melihat dan memahami karakter orang disekitar kita, ada banyak jenis karakter orang disekitar kita, ada yang mudah berintraksi , ada yang tidak. Mempelajari apa yang mereka sukai dan apa yang tidak mereka sukai, dengan demikian anda akan merasa nyaman dan tenang berada di sekitarmereka. Yakinlah bahwa dengan sabar mengetahui karakter orang lain akan sangat membantu kesuksesan kita dalam hidup. Jika rasa sabar belum anda rasakan dalam diri anda untuk memahami orang lain lihatlah pada alam sekitar banyak hal yang mendidik kita untuk sabar, bayangkan kita sedang menanam bunga Ros kesukaan kita di halaman rumah di sore hari, keesokan harinya apakah sang bunga langsung tumbuh? tidak kan?, kita mungkin butuh tiga sampai lima bulan atau lebih supaya setangkai bunganya yang indah dapat kita nikmati. Sekarang coba genggam rambut kita bagi seorang perempuan yang mendambakan rambut panjang akan butuh satu tahun atau

dua tahun untuk mendapatkannya, Bagi seorang petani Sawit akan butuh waktu empat sampai lima tahun untuk memanen hasilnya. Tidakkah hal-hal yang demikian mendidik kita untuk memiliki sifat sabar dalam hidup? Bila mana hal-hal di atas mulai dapat membimbing kita untuk memahami orang lain. Percayalah bahwa kita orang yang mudah dapat memahami orang lain. Latihlah diri kita untuk berfikir secara terbuka, yang akan menggiring kita pada kesimpulan apa penyebab timbulnya suatu permasalahan, Biasakanlah berfikir secara menyeluruh agar kita tidak mengambil kesimpulan yang salah, menanamkan rasa sabar dapat memudahkan kita memahami sifat, karakter dan kemauan orang lain. Sekarang yakinlah kita pada kemampuan kita sendiri untuk memahami orang lain, bergaulah dengan orang-orang di sekitar kita tanpa membuat orang kesal, marah serta emosi. Bilamana mempunyai kemampuan memahami orang lain hidup akan terasa lebih bernilai, kita akan bermanfaat bagi orang lain. Ingatkah kita bahwa orang yang paling baik di sisi Allahsesuai ajarannya adalah orang yang bermamfaat bagi orang lain, sebaliknya hindarilah perbuatan membuat orang susah, menyulitkan orang-orang di sekitar kita, membuat sedih orang yang kita cintai dll.

BAB II

PRINSIP-PRINSIP DASAR

A. Potret Kepribadian

Terkait dengan Hidayah Allah digambarkan dalam Qur'an surat Al-Baqarah sebagai berikut:

” ... Dengan perumpamaan itu banyak orang yang disesatkan Allah[01], dan dengan perumpamaan itu (pula) banyak orang yang diberi-Nya petunjuk. dan tidak ada yang disesatkan Allah kecuali orang-orang yang fasik, (Q.Surat al-Baqarah ayat 26)¹

Disesatkan Allah berarti: bahwa orang itu sesat berhubung keingkarannya dan tidak mau memahami petunjuk-petunjuk Allah. *Fasiqun* merupakan bentuk jamak dari kata *fasiq* yang secara bahasa berarti durhaka atau keluar dari jalan yang benar. Dalam pengertian ini *fasiqun* berarti Reputasi orang-orang yang durhaka zalim pada dirinya sendiri, durhaka kepada orang tua, suami atau

¹ Departemen Agama, Al Qur'an dan Terjemahan

istrinya, maupun kepada orang lain dan terlebih lagi durhaka kepada Allah swt.

Sedangkan menurut istilah agama Islam *fasiq* adalah orang yang telah beriman kepada Allah dan RasulNya dan mengakui kebenaran agama serta syariat Islam, tetapi ia pernah durhaka melakukan dosa besar seperti membunuh, berzinah walaupun hanya satu kali saja, atau ia suka melakukan dosa kecil dan bermaksiat seperti berkata dusta, ghibah, berihtilath membaur laki perempuan dan lain sebagainya secara terus menerus, sehingga dosa itu berkumolasi menjadi dosa besar juga.²

Ciri-ciri utama orang fasik ini adalah mudah sekali durhaka, tidak konsisten, tidak istiqamah hati dan jiwanya, bahkan kesaksian orang fasiq ini tidak bisa dipercaya walaupun ia bersumpah atas nama Allah sekalipun, mengapa demikian? Sebab orang fasik itu tidak sepenuhnya beriman kepada Allah sehingga prilakunya cenderung tidak jujur, suka berkhianat, mudah melupakan janji dan tidak setia pada kometmennya sendiri, bahkan tipikal fasik ini kepribadiannya cenderung plin-plan tanpa memikirkan akibatnya yang penting menyukainya tanpa pertimbangan yang logis, terkadang malah lebih takut dimarahi manusia dari pada murka dan azab Allah, lebih malu jika aib dan dosanya dilihat manusia daripada dilihat Allah bahkan tipikal ini sudah terjangkit pula sifat-sifat *nifaaq* suka berpura-pura sekedar mencari aman dari pandangan manusia lupa bahwa dirinya telah durhaka kepada Allah yang akan mendapatkan berbagai kesulitan, sebagai mana firman Allah :

*Artinya "... Mereka telah lupa kepada Allah, Maka Allah melupakan mereka. Sesungguhnya orang-orang munafik itu adalah orang-orang yang fasiq (Q. Surat At Taubah 67)*³

Ciri-ciri yang lain tipikal fasik ini cenderung mokong akibat dari hati yang terlalu sering diliputi dosa sehingga hati itu

² Abdul Mujib, Jusuf Muzakir; *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2002, hal.67.

³ Departemen Agama, Al Qur'an dan Terjemahan

mengeras seperti batu karang yang sulit ditembus oleh hidayah Allah, juga menyukai penampilan luar (sekedar acting) saja, seolah ia telah menjadi orang baik dengan hanya mengenakan baju koko dan jika wanita hanya berjilbab saja dan lain sebagainya, apabila melakukan kesalahan sulit sekali dinasehati, berusaha mencari dalih pembenaran, tidak menyukai peringatan dan nasehat dari orang lain karena dirinya sudah merasa paling benar, tetapi di sisi yang lain ia juga menjadi penjiat bagi orang yang di atasnya karena tipe ini memang memiliki sifat gila pujian walaupun harus bertentangan dengan hati nurani dan kejujuran sekalipun, bahkan kebajikannya hanya sering di jadikan kedok dibalik kebobrokkannya, sehingga perbuatan fasiq ini selamanya tidak layak kita ridoi sekalipun ia bersumpah karena Allah juga tidak akan meridhoinya. Sebagai mana firman Allah :

Artinya: “ mereka akan bersumpah kepadamu, agar kamu ridha kepada mereka. tetapi jika Sekiranya kamu ridha kepada mereka, Sesungguhnya Allah tidak ridha kepada orang-orang yang Fasik itu. (Q. surat At-Taubah 96).⁴

Orang yang fasik itu sangat mudah terjerumus lagi pada perbuatan dosa dan maksiat yang pernah ia lakukan sebelumnya dan mereka sulit sekali menyadari dosa yang telah diperbuatnya, karena ia baru berbuat kebajikan sedikit saja sudah merasa telah menjadi orang yang terbaik, suka membanding-banding dirinya dengan orang yang jauh lebih fasik lagi, cenderung menyebutkan kebajikannya sendiri, mudah sekali melupakan dosanya, padahal melupakan dosa itu merupakan kesalahan besar bisa terlena dengan dosa hingga lupa bertaubat, dan orang yang lupa bertaubat merupakan kelompok orang yang celaka dan sangat layak di jebloskan ke Neraka, sebagaimana firman Allah⁵

Artinya “ Dan Adapun orang-orang yang Fasik, Maka tempat mereka adalah Jahannam. Setiap kali mereka hendak keluar

⁴ Departemen Agama, Al Qur'an dan Terjemahan

⁵ Abdul Mujib; *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, PT Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2006, hal.87

daripadanya, mereka dikembalikan ke dalamnya dan dikatakan kepada mereka: "Rasakanlah siksa neraka yang dahulu kamu mendustakannya." (Q.Surat al-Sajadah ayat : 20)

Saran dan hikmah yang bisa kita ambil dari uraian ini:

1. Bagi yang merasa sudah terlanjur masuk dalam katagori fasik ini sesuai dengan ciri dan kreteria di atas baik dikarenakan pernah melakukan dosa besar maupun hanya hobby berbuat dosa dan maksiat secara terus menerus sehingga tertutup hatinya dari hidayah dan kebenaran, maka solusinya harus segera sadar dan bertaubat dengan "**taubatan nasuha**" artinya benar-benar bertaubat untuk tidak akan mengulanginya lagi, sebab fasik sangat mudah come back kepada dosa yang pernah dilakukan sebelumnya.⁶
2. Dengan taubatan nasuha ia harus merubah pola pikir (*mind set*) sekaligus prilakunya dari pola hidup fasiq yang selalu durhaka menjadi pola hidup bertaqwa, jangan sampai terus menerus menjadi musuh Allah sebab Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum sebelum kaum itu berupaya untuk merubahnya sendiri, sehingga dengan perubahan ini bisa keluar dari berbagai problematika hidup akibat murka Allah menuju mardhatillah.
3. Dengan kometmen mau merubah diri ia juga harus menjahui kebiasaan buruk melewati 3 pintu utama iblis yang dihiasi dengan **gemerlapnyaharta, tahta/jabatan serta syahwat** dengan lawan jenis, apalagi dosa besar yang pernah dilakukan itu berupa dosa berzina, dan kecanduan narkoba (*naudzubillah min dzalik*), sungguh mudah sekali akan terjerumus lagi, oleh karena itu ketiga pintu iblis ini harus benar-benar di jauhi, apabila masih terus didekati maka akan sangat rentan sekali untuk terulang terjerumus lagi, dalam hal fasik ini harus total mau merubah diri tidak cukup hanya

⁶ Abdul Mujib, Jusuf Muzakkir; *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2002, hal.102.

sekedar merasa kapok sesaat tapi harus di balut dan diikuti dengan bertaubat dengan taubatan Nasuha.

4. Dan khusus bagi pembaca yang Alhamdulillah masih mendapat Taufiq dan Hidayah Allah tidak pernah terjerumus pada lembah dosa besar, maka bersyukurlah karena hal ini hanya bisa atas pertolonganNya, wajib terus menjaga nikmat ini dan jangan pernah meremehkan dosa sekecil apapun serta waspadalah bahwa syetan dan iblis tidak akan pernah berhenti berupaya menjerumuskan kita dengan segala macam cara terutama dengan melakukan dosa yang dianggapnya remeh, inilah cara iblis yang paling ampuh.
5. Dengan membaca tulisan ini semoga kita akan mampu mengambil hikmahnya dengan perinsip menjauhi mentalitas *nifaaq dan fasiq*. “ *Aroftu as- syarro la lis syarri wa lakin liattaqiaya as-syarro , insya allah* ,aku memahami kejelekan ini tidak untuk berbuat jelek akan tetapi untuk bisa menghindari serta menjauhi kejelekan itu. Insha allah.
6. Bacalah tulisan lain terkait fasik pada web ini agar senantiasa kita mendapatkan hikmah, terutama tentang akibat perbuatan fasik yang banyak dijelaskan di dalam kitab suci-Al Qur an sehingga menjadi motivasi yang kuat untuk menjauhi perangai fasik tersebut.

Semoga dengan tulisan yang singkat ini kita mendapatkan taufiq dan Hidayah Allah sehingga kita tidak termasuk dalam kelompok al-fasiqun tanpa rumungso.⁷

B. Pencarian Diri

Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam membantu klien mengenali dirinya;

1. Menyatakan kepedulian atau keprihatinan dan membentuk kebutuhan akan bantuan

⁷ *Ibid*, hal.105.

Menyatakan kepedulian atau keprihatinan dan membentuk hubungan dengan klien sebagai upaya menjalin kedekatan. Melalui kegiatan ini diharapkan klien berkeinginan untuk dan semangat untuk menyelesaikan masalahnya. Proses ini juga akan memberikan gambaran tentang tujuannya mengikuti konseling. Keseriusan dan kejujuran klien akan nampak, dan memberikan penjelasan serta pengertian agar klien menyadari perlunya bantuan untuk menyelesaikan masalahnya dan klien mau mengikuti proses konseling.

2. Membentuk hubungan

Membangun hubungan yang bercirikan kepercayaan, keyakinan, dengan didasari keterbukaan dan kejujuran atas semua pernyataan klien dan Konselor dalam proses konseling. Pada proses ini diharapkan akan terjadi hubungan ketergantungan pada Konselor, yaitu bagaimana Konselor dapat dijadikan sebagai pribadi yang dijadikan contoh. Hal ini menyebabkan kepercayaan klien cukup besar terhadap konselor maka bantuan akan mudah diberikan. Teknik yang biasa digunakan adalah keterampilan mendengarkan, dan memantulkan perasaan.

3. Menentukan tujuan dan mengeksplorasi pilihan

Mendiskusikan tujuan kepada klien adalah hal penting yang harus dilakukan. Untuk mencari kejelasan, maksud dan tujuan konseling, diantaranya :

- a. Adanya perubahan pada diri klien secara fisik maupun psikis, tindakan atau perasaan.
- b. Terbentuknya perasaan diterima dan dipercaya adanya masalah dalam dirinya.
- c. Terciptanya pemahaman dan pengertian klien terhadap masalahnya.
- d. Mampu menyelesaikan dan mengatasi masalahnya dan masaah yang akan datang.

4. Menangani masalah

Pada langkah ini Konselor berusaha untuk dapat menentukan masalah mana yang akan diselesaikan terlebih dahulu dan mana masalah-masalah yang harus ditinggalkan. Konselor mengarahkan klien pada masalah yang menjadi prioritas utama.

5. Menumbuhkan kesadaran

Menumbuhkan kesadaran klien agar klien benar-benar memahami apa yang sedang dialami dan apa yang harus dikerjakan dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam menumbuhkan kesadaran klien Konselor berusaha mengarahkan klien mencapai apa yang disebut insight atau understanding.

6. Merencanakan cara bertindak

Kesulitan selanjutnya adalah mengambil satu tindakan atau keputusan penyelesaian masalah. Biasanya klien merasa kebingungan dan rasa keraguan, maka Konselor memberikan pilihan dan mengajak klien untuk merencanakan dan melakukan tindakan dari hasil insight.

7. Menilai hasil dan mengakhiri konseling

Dari setiap langkah perlu diperhatikan sejauh mana tujuan konseling yang telah didapat. Keputusan untuk mengakhiri konseling adalah usaha bersama antara klien dan Konselor. Walaupun Konselor sebagai penentu proses konseling tapi bukan berarti mengakhiri konseling sesuka hati menghantikan konseling tanpa persetujuan klien.⁸

Beberapa tahap yang harus dikembangkan dalam pemberian bantuan pencarian diri:

1. Tahapan Awal

Tahap awal merupakan upaya untuk menjalin hubungan baik antara Konselor dengan klien agar klien dapat terlibat langsung dalam proses konseling. Diharapkan dapat

⁸ Alwisol, (2009. *Psikologi Kepribadian*,:219-220 Calvin, Gardner dkk, *theories of personality*, 1978, hal.203-205.

memberikan arahan konseling secara tepat. Dalam tahap awal ada dua langkah yang harus diperhatikan. Dalam membina hubungan baik antara Konselor dengan klien, adanya rasa percaya antara keduanya, saling menerima dan bekerja sama dalam menyelesaikan masalah. Klien percaya dan menerima Konselor untuk membantu masalah yang dihadapi, klien mengungkapkan masalahnya dengan terbuka, Konselor menerima bahwa masalah klien benar-benar terjadi dan memberi bantuan dengan cara menciptakan rapport atau menggunakan teknik konseling lain.⁹

Batasan yang diberikan maksudnya Konselor berusaha mengarahkan masalah yang terjadi pada klien seperti dari beberapa masalah yang dialami Konselor coba memberikan prioritas pada masalah yang paling penting untuk diselesaikan.

2. Tahapan Inti

a. Eksplorasi kondisi klien

Usaha Konselor mengkondisikan keadaan klien dalam konseling, atau berusaha mengadakan perubahan pada tingkah laku dan perasaan klien.

b. Identifikasi masalah dan penyebabnya

Mengadakan pendataan masalah dan mencari tahu latar belakang terjadinya masalah

c. Identifikasi alternative pemecahan

Memberikan beberapa pilihan penyelesaian dan pemecahan masalah diharapkan klien sendiri yang memilih.

d. Pengujian dan penetapan alternative pemecahan

Meminta klien untuk merealisasikan dari pilihan / keputusan yang diambil. Evaluasi alternatif pemecahan

⁹ Baron, R. A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid 2. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga, 2005, hal.231.

- e. Meninjau kembali pengujian alternative pemecahan masalah serta hasil pemecahan masalah.
 - f. Implementasi alternative pemecahan
Menganjurkan untuk mengerjakan dari salah satu pemecahan masalah yang telah berhasil.
3. Tahap Akhir
- Tahap ini memberikan penilaian terhadap keefektifan proses bantuan konseling yang telah dilakukan.
- a. Analisis
Analisis adalah tahap pengumpulan data atau informasi tentang diri klien dan lingkungannya, untuk lebih mengerti terhadap keadaan klien. Mulai dari fisik dan psikis, keluarga, teman sebaya, nilai-nilai yang dianut serta aktivitas klien dengan data pendukung yang didapat dari berbagai sumber.
 - b. Sintesis
Sintesis merupakan tahapan untuk merangkum dan mengorganisasikan data hasil tahap analisis, sehingga dapat memberikan gambaran diri klien yang terdiri dari kelemahan dan kelebihan yang dimiliki, serta kemampuan dan ketidakmampuannya menyesuaikan diri. Dirumuskan secara spesifik, singkat dan padat juga sebagai diagnosis awal.
 - c. Diagnosis
Diagnosis merupakan tahapan untuk menetapkan hakikat masalah yang dihadapi klien beserta sebab-sebabnya dengan membuat perkiraan atau dugaan, kemungkinan yang akan dihadapi klien berkaitan dengan masalahnya. Ada beberapa tahapan dalam diagnosis yaitu:
 - 1) Identifikasi masalah
Identifikasi masalah merupakan upaya menentukan hakikat masalah yang dihadapi oleh klien. Penentuan ini dapat menggunakan klasifikasi masalah sebagai berikut : Klasifikasi masalah menurut Bordin a.

Ketergantungan pada orang lain (*dependence*) b. Kurang menguasai keterampilan (*lack of skill*) c. Konflik diri (*self conflict*) d. Kecemasan menentukan pilihan (*choice anxiety*) e. Masalah yang tidak dapat diklasifikasikan (*no problem*)

Klasifikasi masalah menurut Pepinsky a. Kurang percaya diri (*lack of assurance*) b. Kurang informasi (*lack of information*) c. Kurang menguasai keterampilan yang diperlukan (*lack of skill*) d. Bergantungan pada orang lain (*dependence*) e. Konflik diri (*self conflict*).

Dalam identifikasi masalah kita berusaha memahami apa yang dialami klien dan mencari kesulitan masalah yang dihadapi klien. Diagnosa mengambil kesimpulan untuk menentukan derita klien atau yang dirasakan klien. Dengan klasifikasi masalah dalam disgnosis sebagai berikut :

- a) Faktor ketidakpercayaan diri
Ketergantungan pada orang lain, ketidaktahuan potensi yang ada, sulit mengambil keputusan, kurang informasi.
 - b) Faktor depresi atau konflik diri
Kecemasan (*anxiety*), gangguan pikiran, gangguan perasaan, dan gangguan tingkah laku.
 - c) Faktor miskomunikasi atau misunderstanding
Kurang informasi, kurang tanggap, kurang peka terhadap lingkungan, atau kurang perhatian, mementingkan diri sendiri.
- 2) Penemuan sebab-sebab masalah (*etiologi*)
Langkah ini merupakan upaya penentuan dari sumber penyebab timbulnya masalah. Yakni diantaranya mencari hubungan antara masa lalu, sekarang dan masa yang akan datang. Dengan melihat hasil identifikasi masalah dapat timbul dari dalam diri dan luar diri klien. Penyebab yang berasal dari diri klien

antara lain; gangguan kesehatan, kebiasaan-kebiasaan buruk, sikap negatif, kurangnya informasi, kemampuan intelektual yang rendah dan lain-lain. Penyebab yang berasal dari luar diri klien antara lain; sikap orang tua/guru yang tidak menunjang perkembangan klien, lingkungan rumah/sekolah yang tidak sesuai dengan karakteristik klien, dan dukungan sosial ekonomi yang kurang menunjang, serta masyarakat yang tidak kondusif.

d. Prognosis

Langkah ini merupakan usaha memprediksi apa yang akan terjadi pada diri klien pada kemudian hari dengan memperhatikan masalah yang dialami klien. Dengan memberikan informasi berkaitan dengan prediksi yang dilakukan pada proses diagnosis klien dapat melakukan tindakan sebagai usaha penyelesaian masalahnya.

e. Konseling / treatment (perlakuan)

Konseling merupakan proses tatap muka antara klien dengan konselor sebagai usaha pemberian bantuan yang dilakukan secara komunikasi verbal. Dengan tujuan agar klien memiliki kepercayaan dan dapat melakukan penyesuaian diri dengan optimal terhadap lingkungan kehidupannya.

Bentuk bantuannya dalam bentuk sebagai berikut :

1) Identifikasi alternatif masalah

Usaha membuta beberapa pilihan pemecahan masalah berdasarkan hasil diagnosis dan sintesis baik untuk masalah yang berasal dari dalam diri klien atau masalah yang berasal dari luar diri klien.

2) Pengujian dan pemilihan alternatif pemecahan masalah

Merupakan tindakan yang kan memperjelas alternatif mana yang akan dilakukan sebagai pemecahan masalah.

a) Melaksanakan pemecahan masalah terpilih

Setelah pemecahan masalah dipilih maka konselor membantu klien dan menetapkan kapan akan direlisasikan. Pemecahan masalah tentu akan melibatkan klien, konselor dan pihak terkait lain. Tujuan konselor memberikan tugas ini adalah :

- (1) Mengadakan perubahan pada lingkungan klien yang tidak menunjang perkembangannya.
- (2) Mengubah sikap negatif klien baik terhadap dirinya dan lingkungannya sehingga klien tidak mengalami masalah.
- (3) Membantu klien menemukan lingkungan yang sesuai dengan dirinya.
- (4) Membantu klien memperoleh keterampilan dan persyaratan yang diperlukan sehingga masalah dapat diatasi.
- (5) Membantu klien menyesuaikan diri dengan keadaan yang dihadapi.¹⁰

f. Tindak lanjut (*follow up*)

Tindak lanjut berguna untuk melihat sejauh mana keberhasilan pemberian bantuan melalui proses konseling yang telah berlangsung. Juga sebagai upaya pemeliharaan yang dikembangkan oleh klien untuk mampu mengatasi masalahnya.

Konflik yang terjadi pada manusia bersumber pada berbagai macam sebab. Begitu beragamnya sumber konflik yang terjadi antar manusia, sehingga sulit itu untuk dideskripsikan secara jelas dan terperinci sumber dari konflik. Hal ini dikarenakan sesuatu yang seharusnya bisa menjadi sumber konflik, tetapi pada kelompok manusia tertentu ternyata tidak menjadi sumber konflik, demikian halnya sebaliknya. Kadang sesuatu yang sifatnya sepele

¹⁰ McLeod, John. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta :Kencana Prenada Media Group, 2010, hal.197.

bisa menjadi sumber konflik antara manusia. Konflik dilatarbelakangi oleh perbedaan ciri-ciri yang dibawa individu dalam suatu interaksi. perbedaan-perbedaan tersebut diantaranya adalah menyangkut ciri fisik, kepandaian, pengetahuan, adat istiadat, keyakinan, dan lain sebagainya.

Dengan dibawa sertanya ciri-ciri individual dalam interaksi sosial, konflik merupakan situasi yang wajar dalam setiap masyarakat dan tidak satu masyarakat pun yang tidak pernah mengalami konflik antar anggotanya atau dengan kelompok masyarakat lainnya, konflik hanya akan hilang bersamaan dengan hilangnya masyarakat itu sendiri. Kesimpulannya sumber konflik itu sangat beragam dan kadang sifatnya tidak rasional. Oleh karena kita tidak bisa menetapkan secara tegas bahwa yang menjadi sumber konflik adalah sesuatu hal tertentu, apalagi hanya didasarkan pada hal-hal yang sifatnya rasional. Pada umumnya penyebab munculnya konflik kepentingan sebagai berikut: (1) perbedaan kebutuhan, nilai, dan tujuan, (2) langkanya sumber daya seperti kekuatan, pengaruh, ruang, waktu, uang, popularitas dan posisi, dan (3) persaingan. Ketika kebutuhan, nilai dan tujuan saling bertentangan, ketika sejumlah sumber daya menjadi terbatas, dan ketika persaingan untuk suatu penghargaan serta hak-hak istimewa muncul, konflik kepentingan akan muncul. Menurut Anoraga (dalam Saputro, 2003) suatu konflik dapat terjadi karena perbendaan pendapat, salah paham, ada pihak yang dirugikan, dan perasaan sensitif. Lebih lanjut bisa kita lihat;

1) Perbedaan pendapat.

Suatu konflik yang terjadi karena perbedaan pendapat dimana masing-masing pihak merasa dirinya benar, tidak ada yang mau mengakui kesalahan, dan apabila

perbedaan pendapat tersebut amat tajam maka dapat menimbulkan rasa kurang enak, ketegangan dan sebagainya.

2) Salah paham.

Salah paham merupakan salah satu hal yang dapat menimbulkan konflik. Misalnya tindakan dari seseorang yang tujuan sebenarnya baik tetapi diterima sebaliknya oleh individu yang lain.

3) Ada pihak yang dirugikan.

Tindakan salah satu pihak mungkin dianggap merugikan yang lain atau masing-masing pihak merasa dirugikan pihak lain sehingga seseorang yang dirugikan merasa kurang enak, kurang senang atau bahkan membenci.

4) Perasaan *sensitive*.

Seseorang yang terlalu perasa sehingga sering menyalah artikan tindakan orang lain. Contoh, mungkin tindakan seseorang wajar, tetapi oleh pihak lain dianggap merugikan.

Baron & Byrne (dalam Kusnarwatiningsih, 2007) mengemukakan konflik disebabkan antara lain oleh perebutan sumber daya, pembalasan dendam, atribusi dan kesalahan dalam berkomunikasi. Sedangkan Soetopo (2001) juga mengemukakan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya konflik, antara lain: (1) ciri umum dari pihak-pihak yang terlibat dalam konflik; (2) hubungan pihak-pihak yang mengalami konflik sebelum terjadi konflik; (3) sifat masalah yang menimbulkan konflik; (4) lingkungan sosial tempat konflik terjadi; (5) kepentingan pihak-pihak yang terlibat dalam konflik; (6) strategi yang biasa digunakan pihak-pihak yang mengalami konflik; (7) konsekuensi konflik terhadap pihak yang mengalami konflik dan terhadap pihak lain; dan (8) tingkat kematangan pihak-

pihak yang berkonflik. Ada enam kategori penting dari kondisi-kondisi pemula (antecedent conditions) yang menjadi penyebab konflik, yaitu: (1) persaingan terhadap sumber-sumber (competition for resources), (2) ketergantungan pekerjaan (task interdependence), (3) kekaburan bidang tugas (jurisdictional ambiguity), (4) problem status (status problem), (5) rintangan komunikasi (communication barriers), dan (6) sifat-sifat individu (individual traits) (Robbins, Walton & Dutton dalam Wexley & Yukl, 1988). Schmuck (dalam Soetopo dan Supriyanto, 1999) mengemukakan bahwa kategori sumber-sumber konflik ada empat, yaitu (1) adanya perbedaan fungsi dalam organisasi, (2) adanya pertentangan kekuatan antar orang dan subsistem, (3) adanya perbedaan peranan, dan (4) adanya tekanan yang dipaksakan dari luar kepada organisasi.

Sedangkan Handoko (1998) menyatakan bahwa sumber-sumber konflik adalah sebagai berikut.

1. Komunikasi:

salah pengertian yang berkenaan dengan kalimat, bahasa yang sulit dimengerti, atau informasi yang mendua dan tidak lengkap, serta gaya individu manajer yang tidak konsisten.

2. Struktur:

Pertarungan kekuasaan antar departemen dengan kepentingan-kepentingan atau sistem penilaian yang bertentangan, persaingan untuk memperebutkan sumber-sumber daya yang terbatas, atau saling ketergantungan dua atau lebih kelompok-kelompok kegiatan kerja untuk mencapai tujuan mereka.

3. Pribadi: ketidaksesuaian tujuan atau nilai-nilai sosial pribadi karyawan dengan perilaku yang diperankan pada jabatan mereka, dan perbedaan dalam nilai-nilai atau persepsi.

Berbeda pula dengan pendapat Mangkunegara (2001) bahwa penyebab konflik dalam organisasi adalah: (1) koordinasi

kerja yang tidak dilakukan, (2) ketergantungan dalam pelaksanaan tugas, (3) tugas yang tidak jelas (tidak ada diskripsi jabatan), (4) perbedaan dalam orientasi kerja, (5) perbedaan dalam memahami tujuan organisasi, (6) perbedaan persepsi, (7) sistem kompetensi intensif (reward), dan (8) strategi permotivasian yang tidak tepat. Berdasarkan beberapa pendapat tentang sumber konflik sebagaimana dikemukakan oleh beberapa ahli, dapat ditegaskan bahwa sumber konflik dapat berasal dari dalam dan luar diri individu. Dari dalam diri individu misalnya adanya perbedaan tujuan, nilai, kebutuhan serta perasaan yang terlalu sensitif. Dari luar diri individu misalnya adanya tekanan dari lingkungan, persaingan, serta langkanya sumber daya yang ada.

1. Faktor Penyebab Konflik.

a. Perbedaan individu

Perbedaan kepribadian antar individu bisa menjadi faktor penyebab terjadinya konflik, biasanya perbedaan individu yang menjadi sumber konflik adalah perbedaan pendirian dan perasaan. Setiap manusia adalah individu yang unik, artinya setiap orang memiliki pendirian dan perasaan yang berbeda-beda satu dengan lainnya. Perbedaan pendirian dan perasaan akan sesuatu hal atau lingkungan yang nyata ini dapat menjadi faktor penyebab konflik sosial, sebab dalam menjalani hubungan sosial, seseorang tidak selalu sejalan dengan kelompoknya. Misalnya, ketika berlangsung pentas musik di lingkungan pemukiman, tentu perasaan setiap warganya akan berbedabeda. Ada yang merasa terganggu karena berisik, tetapi ada pula yang merasa terhibur.

b. Perbedaan latar belakang kebudayaan

Perbedaan latar belakang kebudayaan sehingga membentuk pribadi-pribadi yang berbeda. Seseorang sedikit banyak akan terpengaruh dengan pola-pola pemikiran dan pendirian kelompoknya. Pemikiran dan pendirian yang berbeda itu

pada akhirnya akan menghasilkan perbedaan individu yang dapat memicu konflik.

- c. Perbedaan kepentingan antara individu atau kelompok Manusia memiliki perasaan, pendirian maupun latar belakang kebudayaan yang berbeda.

Oleh sebab itu, dalam waktu yang bersamaan, masing-masing orang atau kelompok memiliki kepentingan yang berbeda-beda. Kadang-kadang orang dapat melakukan hal yang sama, tetapi untuk tujuan yang berbeda-beda. Sebagai contoh, misalnya perbedaan kepentingan dalam hal pemanfaatan hutan. Para tokoh masyarakat menanggapi hutan sebagai kekayaan budaya yang menjadi bagian dari kebudayaan mereka sehingga harus dijaga dan tidak boleh ditebang. Para petani menbang pohon-pohon karena dianggap sebagai penghalang bagi mereka untuk membuat kebun atau ladang. Bagi para pengusaha kayu, pohon-pohon ditebang dan kemudian kayunya diekspor guna mendapatkan uang dan membuka pekerjaan. Sedangkan bagi pecinta lingkungan, hutan adalah bagian dari lingkungan sehingga harus dilestarikan. Di sini jelas terlihat ada perbedaan kepentingan antara satu kelompok dengan kelompok lainnya sehingga akan mendatangkan konflik sosial di masyarakat. Konflik akibat perbedaan kepentingan ini dapat pula menyangkut bidang politik, ekonomi, sosial, dan budaya. Begitu pula dapat terjadi antar kelompok atau antara kelompok dengan individu, misalnya konflik antara kelompok buruh dengan pengusaha yang terjadi karena perbedaan kepentingan di antara keduanya. Para buruh menginginkan upah yang memadai, sedangkan pengusaha menginginkan pendapatan yang besar untuk dinikmati sendiri dan memperbesar bidang serta volume usaha mereka.

- d. Perubahan-perubahan nilai yang cepat dan mendadak dalam masyarakat Perubahan adalah sesuatu yang lazim dan wajar terjadi, tetapi jika perubahan itu berlangsung cepat atau

bahkan mendadak, perubahan tersebut dapat memicu terjadinya konflik sosial. Misalnya, pada masyarakat pedesaan yang mengalami proses industrialisasi yang mendadak akan memunculkan konflik sosial sebab nilai-nilai lama pada masyarakat tradisional yang biasanya bercorak pertanian secara cepat berubah menjadi nilai-nilai masyarakat industri.

Nilai-nilai yang berubah itu seperti nilai kegotong royongan berganti menjadi nilai kontrak kerja dengan upah yang disesuaikan menurut jenis pekerjaannya. Hubungan kekerabatan bergeser menjadi hubungan struktural yang disusun dalam organisasi formal perusahaan. Nilai-nilai kebersamaan berubah menjadi individualis dan nilai-nilai tentang pemanfaatan waktu yang cenderung tidak ketat berubah menjadi pembagian waktu yang tegas seperti jadwal kerja dan istirahat dalam dunia industri. Perubahan-perubahan ini, jika terjadi seara cepat atau mendadak, akan membuat kegoncangan proses-proses sosial di masyarakat, bahkan akan terjadi upaya penolakan terhadap semua bentuk perubahan karena dianggap mengacaukan tatanan kehidupan masyarakat yang telah ada.

C. Empati Kunci Proses konseling

1. Pengertian Empati

Istilah “empati”), berasal dari perkataan Yunani yaitu “*phatos*” yang artinya perasaan mendalam atau kuat. Selain itu, istilah “empati” juga berasal dari kata “*einfulbung*” yang digunakan oleh seorang psikolog Jerman, yang secara harfiah yaitu memasuki perasaan orang lain (*feeling into*).¹¹ Hurlock mengungkapkan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat

¹¹ Panuntun, J. G. (2012). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Empati Pada Siswa Kelas X SMK 3 Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013*. Skripsi Sarjana pada FKIP UKSW Salatiga: tidak diterbitkan, hal. 37.

orang lain. Kemampuan untuk empati ini mulai dapat dimiliki seseorang ketika menduduki masa akhir kanak-kanak awal (6 tahun) dengan demikian dapat dikatakan bahwa semua individu memiliki dasar kemampuan untuk dapat berempati, hanya saja berbeda tingkat kedalaman dan cara mengaktualisasikannya. Empati seharusnya sudah dimiliki oleh remaja, karena kemampuan berempati sudah mulai muncul pada masa kanak-kanak awal.¹²

Lebih lanjut dijelaskan empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, dan mencoba menyelesaikan masalah serta mengambil perspektif orang lain.¹³ Empati sangat penting untuk hubungan yang sehat dan kesejahteraan secara keseluruhan. Dalam komponen afektif empati adalah respons emosional terhadap tekanan orang lain dan dapat dibagi menjadi dua bentuk: *personal distress* dan *empathic concern*.¹⁴

Hoffman mendefinisikan empati yang mengacu kepada dua aspek kognitif dan afektif. 1) Empati sebagai kesadaran kognitif terhadap kondisi internal orang lain (*thoughts, feelings, perceptions, dan intentions*) dan 2) Respon afektif yang dilakukan untuk orang lain. Kemudian Hoffman juga mendefinisikan empati afektif sebagai pertemuan antara observer dan *feeling* terhadap orang lain. Sebagian besar riset pada empati afektif sebagai motif prososial fokus kepada *empathic distress* karena aksi moral prososial menimbulkan dorongan untuk menolong

¹² Hurlock, Elizabeth. (1999). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Alih Bahasa: Med. Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga, hal.118.

¹³ Baron, R. A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid 2. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga, hal.67.

¹⁴ Cassels, T. G, dkk. (2010). *The Role of Culture in Affective Empathy: Cultural and Bicultural Differences*. Journal of Cognition and Culture. Vol 10, hal. 106.

seseorang yang dalam kondisi tidak nyaman, marah, menderita, dan sebagainya.¹⁵

Menurut Stewart merumuskan empati sebagai kemampuan untuk menempatkan diri di tempat orang lain supaya bisa memahami dan mengerti kebutuhan dan perasaannya. Sedangkan menurut Sutardi (2007), empati dapat dianggap sebagai kelanjutan dari toleransi. Empati dapat dimaknai sebagai kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain oleh seorang individu atau suatu kelompok masyarakat.¹⁶ kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

Ahli lain yang berpendapat mengenai empati yaitu Nancy Eisenberg (Panuntun, 2012) yang menyatakan bahwa empati adalah sebuah respons afektif yang berasal dari penangkapan atau pemahaman keadaan emosi atau kondisi lain, dan yang mirip dengan perasaan orang lain. Empati juga sebagai kemampuan untuk meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan mampu menghayati pengalaman orang lain. Penangkapan atau pemahaman keadaan emosi, yaitu dimana empati terjadi ketika seseorang dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain, namun tetap tidak kehilangan realitas dirinya sendiri. Hal ini berarti emosi yang tergugah

¹⁵ Hoffman, M. L. (1978). *Empathy: The Formative Years, Implications for Children Practice*. Journal New Direction in Psychotherapy, hal.254

¹⁶ Setiawan, A. (2012). *Empati*. [Online] Tersedia: <http://andiysetiawan.blogspot.com/2012/11/empati.html> [29 September 2012.

untuk ikut merasakan apa yang orang lain rasakan tidak lantas membuat seseorang menjadi kehilangan identitas dan sikap dirinya. Seseorang tetap memiliki integritas diri.

Empati dalam hubungannya dengan kecerdasan emosional merupakan suatu komponen yang sangat penting. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, semakin terbuka seseorang terhadap emosinya, maka semakin terampil juga seseorang membaca perasaan orang lain. Jadi, empati membutuhkan pembedaan antara emosi dan keinginan pribadi dengan emosi dan keinginan orang lain.

Ketepatan dalam berempati sangat dipengaruhi kemampuan seseorang dalam menginterpretasikan informasi yang diberikan orang lain mengenai situasi internalnya yang dapat diketahui melalui perilaku dan sikap-sikap mereka.

Adapun konsep empati menurut Al-Hadits, yaitu sebagaimana dengan sabda Rasulullah SAW, "Jika orang-orang tidak lagi mempedulikan orang miskin, memamerkan kekayaannya, bertingkah seperti anjing (menjilat atasan, menendang bawahan), dan hanya mengeruk keuntungan, maka Allah mendatangkan empat perkara: paceklik, kezaliman penguasa, pengkhianatan penegak hukum, dan tekanan dari pihak musuh." (HR Ad-Dailami). Dapat kita tafsirkan dalam hadits tersebut, Rasulullah mengajarkan kita semua untuk mempunyai sikap empati. Sehingga, bukan hanya kasih sayang sesama yang dirasakan, tapi kasih sayang Allah juga kita rasakan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa empati adalah suatu kemampuan sikap seseorang dari kesadaran diri dalam memahami orang lain ataupun suatu kelompok, baik yang berbentuk respon kognitif maupun afektif dengan ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain.

2. Perkembangan Empati

Menurut Taufik (2012), empati bukanlah sekedar sifat alami yang dianugerahkan Tuhan yang keberadaannya secara otomatis dimiliki oleh individu, melainkan potensi-potensi yang harus terus dipupuk dan dikembangkan dalam berbagai setting kehidupan, termasuk pembelajaran yang diberikan oleh orang tua kepada anak-anaknya sejak kecil.

Hoffman (Taufik, 2012) empati memiliki basis *genetic* atau empati diturunkan oleh orang tua kepada anak-anaknya. Namun Hoffman tidak mempercayai bahwa empati muncul pada masa anak-anak atau setelah anak melampaui beberapa tugas perkembangannya, tahapan perkembangan itu memang ada namun tidak menjadi syarat mutlak bagi seseorang untuk bersikap empati. Menurutnya, empati individu sudah mulai terbentuk saat ia masih bayi, yaitu tangisan saat dilahirkan.

Hoffman memberikan contoh saat bayi perempuan berusia 11 bulan melihat bayi lainnya jatuh dan mulai menangis, kemudian bayi perempuan tersebut seakan-akan ikut menangis. Fenomena ini menurut Hoffman merupakan salah satu indikator empati dan merupakan bentuk dari *self centered emotional responses* karena tidak bisa menimbulkan keinginan pada diri anak untuk menolong dan memaahami kesedihan orang lain dengan hanya bisa diekspresikan untuk dirinya sendiri (empati pasif).

Menurut Gordon (2010) dalam jurnalnya yang berjudul *Empathic Civilization: Building a New World One Child at a Time* menyatakan bahwa sepuluh tahun studi oleh para peneliti independen di beberapa negara telah menunjukkan bahwa anak-anak mengalami *Roots of Empathy* telah secara dramatis mengurangi tingkat agresi dan meningkatkan tingkat melek sosial dan emosional. Program ini mengurangi bullying, menciptakan landasan positif bagi kesehatan mental, mengajarkan anak-anak tentang orangtua yang bertanggung jawab dan responsif, dan menciptakan sebuah lingkungan di

mana anak-anak yang rentan menjadi anak-anak lebih tangguh dan agresif atau dominan menjadi lebih inklusif. Manfaat tahun terakhir dan memiliki efek positif pada hasil akademik. Memberikan anak *Roots of Empathy* adalah seperti menyediakan bahan bakar roket masyarakat sehingga empati yang dapat berkembang.

Menurut De Waal (Segal dkk,2012), empati adalah kemampuan untuk memahami apa yang orang lain rasakan dan pikirkan yang merupakan keterampilan penting dalam memfasilitasi kesepakatan sosial dan berhasil menavigasi hubungan pribadi. Hal ini penting untuk kelangsungan hidup individu karena memerlukan keakuratan dalam persepsi, interpretasi, dan respon terhadap sinyal emosional orang lain. Oleh karena itu, empati adalah sebuah blok bangunan penting untuk perilaku prososial, atau tindakan orang mengambil manfaat lain dan masyarakat.

Pada perkembangannya, empati selalu dikaitkan dengan sikap. Batson dkk (1991) dalam tiga eksperimennya mengenai empati dan sikap menguji bahwa empati akan membangkitkan motivasi altruistik. Pada penelitian ini Batson mendefinisikan empati sebagai orientasi lain dari respons emosional yang kongruen mengenai kondisi orang lain, jika orang lain dalam tekanan atau dalam kondisi sedang membutuhkan maka akan tumbuh sikap *empathic feeling*. *Empathic feeling* akan muncul ketika seseorang sedang melakukan pengamatan terhadap kondisi orang lain yang sedang membutuhkan atau merasakan kondisi orang tersebut.

Untuk memperkuat penelitian sebelumnya, Batson dkk (1997) dalam jurnalnya yang berjudul *Information Function Of Empathic Emotion: Learning That We Value the Other's Welfare* melakukan penelitian untuk mengetahui efek empati terhadap sikap yang menghasilkan tiga tahapan model yaitu:

- 1) Melakukan perspektif terhadap seseorang yang dalam kondisi membutuhkan (misalnya dengan membayangkan

- apa yang sedang individu rasakan) akan meningkatkan *feeling* empati terhadap individu itu
- 2) *Feeling* empati ini akan membawa kepada persepsi untuk meningkatkan kondisi individu
 - 3) Asumsi bahwa individu sebagai anggota kelompok membutuhkan pertolongan, maka penilaian positif digeneralisasikan kepada kelompok secara keseluruhan, sehingga seseorang yang berempati kepada seorang anggota kelompok juga akan berempati pula kepada kelompok secara keseluruhan.

Penelitian ini cukup memiliki peranan penting dalam empati karena selama ini empati dimaknai lebih dekat ke arah konseling dan psikoterapi. Namun pada penelitian Batson ini lebih ditekankan pada hubungan antar kelompok. Selain itu, Ioannidou dan Konstantikaki (2008) mengemukakan bahwa *teamwork* merupakan cara yang cukup efektif dalam memfokuskan individu dalam membentuk sikap empati, dengan mendorong individu untuk memahami kebutuhan orang lain dan memberikan beberapa masukan yang dibutuhkan orang lain, serta bekerja sama dalam mencapai suatu tujuan. Ini merupakan salah satu cara mengembangkan kepercayaan diri individu dalam pergaulan dan kehosivitanan antar anggota kelompok agar semakin erat.

Dewasa ini, empati sering dijadikan faktor penting dalam pekerjaan sosial dan konseling. Penelitian di bidang ini menunjukkan bahwa empati adalah alat penting untuk intervensi terapeutik yang positif dan perlakuan dalam pekerjaan sosial. Studi menunjukkan bahwa klien yang mengalami empati melalui pengobatan menghambat perilaku anti-sosial dan agresi. Dalam hal ini, kurangnya empati berkorelasi dengan bullying, perilaku agresif, kejahatan kekerasan dan menyinggung pada penyimpangan seksual (Questia 2009).

Menurut Ioannidou dan Konstantikaki (2008) empati juga tepat digunakan sebagai alat komunikasi dan memfasilitasi wawancara klinis konseling, meningkatkan efisiensi pengumpulan informasi, dan dalam menghormati klien. Emotional Intelligence (EQ), sering digunakan untuk menggambarkan sebuah konsep yang melibatkan kapasitas, keterampilan dalam mengelola emosi baik dalam diri maupun orang lain, serta kemampuan dalam ikut merasakan perasaan orang lain, sehingga disini berkaitan erat dengan sikap empati. Walaupun isu ini masih menjadi perdebatan dan dapat terus berubah.

Mercer dan Reynolds (2002) mengemukakan pentingnya empati dalam hubungan terapeutik berkaitan dengan tujuan dari hubungan tersebut. Terlepas dari konteks hubungan terapeutik, tampaknya ada sebuah tujuan dari empati, meliputi:

- 1) mendukung komunikasi interpersonal dalam rangka memahami persepsi dan kebutuhan konseli
- 2) memberdayakan konseli untuk belajar, atau mengatasi masalahnya lebih efektif dengan lingkungannya
- 3) penyelesaian masalah konseli.

Mercer dan Reynolds (2002) mengemukakan empati dapat menciptakan iklim antarpribadi yang bebas dari defensif dan memungkinkan individu untuk berbicara tentang persepsi mereka terhadap kebutuhannya. Davis (Gerdes dan Segal, 2009) mengembangkan sebuah model yang mencakup sebagian besar konstruksi empati yang telah dikembangkan sebelum penemuan neurobiologis terakhir berkaitan dengan empati. Modelnya dimulai dengan apa yang dia sebut anteseden, berjalan melalui beberapa proses, dan hasil dalam hasil. Anteseden termasuk kapasitas biologis serta sosialisasi dipelajari. Proses meliputi tindakan motor mimikri serta pengolahan kognitif aktif. Hasil dibagi menjadi dua kategori, intrapersonal dan interpersonal, termasuk respons afektif

(fisiologis merasakan sesuatu), dan pengolahan kognitif atribusi (mencari tahu bagaimana orang lain merasa dan mengapa didasarkan pada perilaku yang diamati). Modelnya, sementara yang komprehensif dan inklusif dari semua konsep utama, sangat rumit dan campuran aspek fisiologis dan kognitif empati seluruh model. Dan tidak termasuk hasil dari perasaan empatik, tetapi terbatas pada tingkat individu.

3. Karakteristik Empati

Goleman (1997) menyatakan terdapat 3 (tiga) karakteristik kemampuan seseorang dalam berempati, yaitu:

1) Mampu Menerima Sudut Pandang Orang Lain

Individu mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan perkembangan aspek kognitif seseorang, kemampuan untuk menerima sudut pandang orang lain dan pemahaman terhadap perasaan orang lain akan lebih lengkap dan akurat sehingga ia akan mampu memberikan perlakuan dengan cara yang tepat.

2) Memiliki Kepekaan Terhadap Perasaan Orang Lain

Individu mampu mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain dan peka terhadap hadirnya emosi dalam diri orang lain melalui pesan non verbal yang ditampakkan, misalnya nada bicara, gerak-gerik dan ekspresi wajah. Kepekaan yang sering diasah akan dapat membangkitkan reaksi spontan terhadap kondisi orang lain.

3) Mampu Mendengarkan Orang Lain

Mendengarkan merupakan sebuah ketrampilan yang perlu dimiliki untuk mengasah kemampuan empati. Sikap mau mendengar memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap perasaan orang lain dan mampu membangkitkan penerimaan terhadap perbedaan yang terjadi.

Adapun menurut Departemen Agama Republik Indonesia (Irani, 2007) karakteristik seseorang yang berempati tinggi, yaitu:

- 4) Ikut merasakan (*sharing feeling*) kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain. Hal ini berarti individu mampu merasakan suatu emosi, mampu mengidentifikasi perasaan orang lain.
- 5) Dibangun berdasarkan kesadaran sendiri, semakin kita mengetahui emosi diri sendiri semakin terampil kita meraba perasaan orang lain. Hal ini berarti mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan meningkatkan kemampuan kognitif, khususnya kemampuan menehrma perspektif orang lain dan mengambil alih peran, seseorang akan memperoleh pemahaman terhadap perasaan orang lain dan emosi orang lain yang lebih lengkap dan aktual, sehingga mereka lebih menaruh belas kasihan yang akan lebih banyak membantu orang lain dengan cara yang tepat.
- 6) Peka terhadap bahasa isyarat, karena emosi lebih sering diungkapkan melalui bahasa isyarat. Hal ini berarti individu mampu membaca perasaan orang lain dalam bahasa non verbal seperti ekspresi wajah, gerak-gerak dan bahasa tubuh lainnya.
- 7) Mengambil peran (*role taking*) empati melahirkan perilaku konkret, jika individu menyadari apa yang dirasakan setiap saat, maka empati akan datang dengan sendirinya dan lebih lanjut individu akan bereaksi terhadap syarat-syarat orang lain dengan sensasi fisiknya sendiri tidak hanyadengan pengakuan kognitif terhadap perasaan mereka.

4. Esensi dari Empati

Pada dasarnya setiap anak sudah memiliki kepekaan (empati) dalam dirinya, tergantung bagaimana cara anak dan

juga orangtuanya mengasah kemampuan anak tersebut. Oleh karena itu, orangtua ataupun guru sangat disarankan untuk menanamkan sifat empati kepada anak sejak dini. Eisenberg (2002) menyatakan bahwa tiadanya *attunement* (penyesuaian diri) dalam jangka panjang antara orangtua dengan anak akan menimbulkan kerugian emosional yang sangat besar bagi anak tersebut. Apabila orangtua terus menerus gagal memperlihatkan empati apa pun dalam bentuk emosi tertentu (kebahagiaan, kesedihan, kebutuhan membela) pada anak, maka anak akan mulai menghindar untuk mengungkapkannya. Eisenberg (2002) juga menyatakan empati penting bagi individu, karena dengan empati seseorang dapat:

1) Menyesuaikan Diri

Empati mempermudah proses adaptasi, karena ada kesadaran dalam diri bahwa sudut pandang setiap orang berbeda. Orang yang memiliki rasa empati yang baik, maka penyesuaian dirinya akan dimanifestasikan dalam sifat optimis dan fleksibel.

2) Mempercepat Hubungan dengan Orang Lain

Jika setiap orang berusaha untuk berempati, maka setiap individu akan mudah untuk merasa diterima dan dipahami oleh orang lain.

3) Meningkatkan Harga Diri

Empati dapat meningkatkan harga diri seseorang. Dimulai dari peran empati dalam hubungan sosial, yang merupakan media berkreasai dan menyatakan identitas diri.

4) Meningkatkan Pemahaman Diri

Kemampuan memahami perasaan orang lain dan menunjukkan perasaan tersebut tanpa harus secara nyata terlibat dalam perasaan orang lain, menyebabkan seorang individu sadar bahwa orang lain dapat melakukan penilaian berdasarkan perilakunya. Hal itu menyebabkan individu lebih sadar dan memperhatikan pendapat orang

lain tentang dirinya. Melalui proses tersebut akan terbentuk pemahaman diri yang terjadi dengan perbandingan sosial yang dilakukan dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain.

- 5) Sedangkan menurut pandangan Carl Rogers (1975, dalam Cotton, 2001) empati berperan penting dalam pembelajaran, empati terbukti menjadi bagian penting juga dalam proses belajar mengajar. Dalam konteks sebagai calon konselor dan untuk menjadi pengajar yang efektif, seseorang perlu memiliki kemampuan ini. Seorang pengajar memerlukan empati untuk memahami kondisi muridnya untuk dapat membantunya belajar dan memperoleh pengetahuan. Pengajar yang tidak memahami perasaan-perasaan, pikiran-pikiran, motif-motif dan orientasi tindakan muridnya akan sulit untuk membantu dan memfasilitasi kegiatan belajar murid-muridnya.

5. Faktor yang Mempengaruhi Empati

Eisenberg (2002) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi proses perkembangan empati pada diri seseorang, yaitu:

1) Kebutuhan

Individu yang mempunyai kebutuhan afiliasi yang tinggi akan mempunyai tingkat empati dan nilai prososial yang rendah, sedangkan individu yang memiliki kebutuhan afiliasi yang rendah akan mempunyai tingkat empati yang tinggi.

2) Jenis Kelamin

Perempuan mempunyai tingkat empati yang lebih tinggi daripada laki-laki. Persepsi ini didasarkan pada kepercayaan bahwa perempuan lebih *nurturance* (bersifat memelihara) dan lebih berorientasi interpersonal dibandingkan laki-laki. Untuk respon empati, mendapatkan hasil bahwa anak perempuan lebih empati dalam merespon secara verbal keadaan distress

orang lain. Empati adalah merupakan ciri khas dari wanita yang lebih peka terhadap emosi orang lain dan bisa lebih mengungkapkan emosinya dibandingkan laki-laki (Koestner, 1990). Kemampuan berempati akan semakin bertambah dengan meningkatnya usia. Selanjutnya Koestner (1990) menyatakan bahwa semakin tua usia seseorang semakin baik kemampuan empatinya. Hal ini dikarenakan bertambahnya pemahaman perspektif.

3) Derajat Kematangan Psikis

Empati juga dipengaruhi oleh derajat kematangan. Yang dimaksud dengan derajat kematangan dalam hal ini adalah besarnya kemampuan seseorang dalam memandang, menempatkan diri pada perasaan orang lain serta melihat kenyataan dengan empati secara proporsional. Derajat kematangan seseorang akan sangat mempengaruhi kemampuan empatinya terhadap orang lain. Seseorang dengan derajat kematangan yang baik akan mampu untuk menampilkan empati yang tinggi pula.

4) Sosialisasi

Sosialisasi merupakan proses melatih kepekaan diri terhadap rangsangan sosial yang berhubungan dengan empati dan sesuai dengan norma, nilai atau harapan sosial. Sosialisasi memungkinkan seseorang dapat mengalami empati artinya mengarahkan seseorang untuk melihat keadaan orang lain dan berpikir tentang orang lain. Sosialisasi menjadi dasar penting dalam berempati karena dapat melahirkan sikap empati pada anak, kepekaan sosial juga berpengaruh pada perkembangan empati anak terhadap lingkungan.

Selain itu, ada pula faktor lain yang mempengaruhi empati, yaitu:

a) Pola Asuh

Menurut Hoffman dalam Taufik (2012), empati memiliki basis *genetic* atau empati diturunkan oleh orang tua kepada anak-anaknya. Gordon (2003) mengatakan

bahwa orang tua yang memiliki sifat agresi, kasar, dan lalai dalam mengasuh anak merupakan bukti dari rendahnya tingkat empati. Oleh karena itu, Franz (Ginting, 2009), menemukan adanya hubungan yang kuat antara pola asuh pada masa-masa awal dengan *emphatic concern* anak yang mempunyai ayah yang terlibat baik dalam pengasuhan dan ibu yang sabar dalam menghadapi ketergantungan anak (*tolerance of dependency*) akan mempunyai empati yang lebih tinggi.

b) Variasi Situasi, Pengalaman, dan Objek Respon

Tinggi rendahnya kemampuan berempati seseorang akan sangat dipengaruhi oleh situasi, pengalaman, dan respon empati yang diberikan (Ginting, 2009)

6. Aspek-aspek Kemampuan Empati

Menurut Eisenberg (2002) dalam Panuntun (2012) bahwa dalam proses individu berempati melibatkan aspek afektif dan kognitif. Aspek afektif merupakan kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain yaitu ikut merasakan ketika orang lain merasa sedih, menangis, terluka, menderita bahkan disakiti, sedangkan aspek kognitif dalam empati difokuskan pada proses intelektual untuk memahami perspektif orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka, misalnya membayangkan perasaan orang lain ketika marah, kecewa, senang, memahami keadaan orang lain dari; cara berbicara, dari raut wajah, cara pandang dalam berpendapat.

D. Orientasi pemecahan masalah

Orientasi yang dimaksudkan disini ialah “pusat perhatian” atau “titik berat pandangan”. Misalnya, seseorang yang berorientasi ekonomi dalam pergaulan, maka ia akan menitikberatkan pandangan atau memusatkan perhatiannya pada perhitungan untung rugi yang dapat ditimbulkan oleh pergaulan yang ia adakan

dengan orang lain, sedangkan orang yang berorientasi agama akan melihat pergaulan itu sebagai lapangan tempat dilangsungkannya ibadah menurut ajaran agama. Apakah yang menjadi titik berat pandangan atau pusat perhatian konselor terhadap kliennya? Itulah orientasi bimbingan dan konseling yang menjadi pokok pembicaraan pada bagian ini.

1. Orientasi Perseorangan

Misalnya seseorang konselor memasuki sebuah kelas, didalam kelas itu ada sejumlah orang siswa. Apakah yang menjadi titik berat pandangan konselor berkenaan dengan sasaran layanan, yaitu siswa-siswa yang hendaknya memperoleh layanan bimbingan dan konseling. Semua siswa itu secara keseluruhan atautkah masing-masing siswa seorang demi seorang? “Orientasi perseorangan” bimbingan dan konseling menghendaki agar konselor menitikberatkan pandangan pada siswa secara individual. Satu per satu perlu mendapat perhatian. Pemahaman konselor yang baik terhadap keseluruhan siswa sebagai kelompok dalam kelas itu penting juga, tetapi arah pelayanan dan kegiatan bimbingan ditujukan kepada masing-masing siswa. Kondisi keseluruhan (kelompok) siswa itu merupakan konfigurasi (bentuk keseluruhan) yang dampak positif dan negatifnya terhadap siswa secara individual harus diperhitungkan.

Berkenaan dengan isu “kelompok” atau “individu”, konselor memilih individu sebagai titik berat pandangannya. Dalam hal ini individu diutamakan dan kelompok dianggap sebagai lapangan yang dapat memberikan pengaruh tertentu terhadap individu. Dengan kata lain, kelompok dimanfaatkan sebesar-besarnya untuk kepentingan kelompok, dalam hal ini kepentingan kelompok diletakkan dalam kaitannya dengan hubungan timbal balik yang wajar antarindividu dan kelompoknya. Kepentingan kelompok dalam arti misalnya keharuman nama dan citra kelompok, dan sebagainya, tidak

akan terganggu oleh pemusatan pada kepentingan dan kebahagiaan individu yang menjadi anggota kelompok itu. Kepentingan kelompok justru dikembangkan dan ditingkatkan melalui terpenuhinya kepentingan dan tercapainya kebahagiaan individu. Apabila secara individual para anggota kelompok itu dapat terpenuhi kepentingannya dan merasa bahagia dapat diharapkan kepentingan kelompok pun akan terpenuhi pula. Lebih-lebih lagi, pelayanan bimbingan dan konseling yang berorientasikan individu itu sama sekali tidak boleh menyimpang ataupun bertentangan dengan nilai-nilai yang berkembang di dalam kelompok sepanjang nilai-nilai itu sesuai dengan norma-norma umum yang berlaku.

Sejumlah kaidah yang berkaitan dengan orientasi perorangan dalam bimbingan dan konseling dapat dicatat sebagai berikut :

- a. Semua kegiatan yang diselenggarakan dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling diarahkan bagi peningkatan perwujudan diri sendiri setiap individu yang menjadi sasaran layanan.
- b. Pelayanan bimbingan dan konseling meliputi kegiatan berkenaan dengan individu untuk memahami kebutuhan-kebutuhannya, motivasi- memotivasinya dan kemampuan-kemampuan potensialnya, yang semuanya unik, serta untuk membantu individu agar dapat menghargai kebutuhan, motivasi, dan potensinya itu kearah pengembangannya yang optimal, dan pemanfaatannya yang sebesar-besarnya bagi diri dan lingkungannya.
- c. Setiap klien harus diterima sebagai individu dan harus ditangani secara individual (Rogers, dalam McDaniel, 1956).
- d. Adalah menjadi tanggung jawab konselor untuk memahami minat, kemampuan, dan perasaan klien serta untuk menyesuaikan program-program pelayanan dengan

kebutuhan klien setepat mungkin. Dalam hal itu, penyelenggaraan program yang sistematis untuk mempelajari individu merupakan dasar yang tak terelakkan bagi berfungsinya program bimbingan (McDaniel, 1956).

Kaidah-kaidah tersebut akan diturunkan sampai dengan penerapannya dalam berbagai jenis layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling.

2. Orientasi Perkembangan

Ketika membahas fungsi-fungsi bimbingan dan konseling (Bab V) telah dikemukakan salah satu fungsi tersebut adalah fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Orientasi perkembangan dalam bimbingan dan konseling lebih menekankan lagi pentingnya peranan perkembangan yang terjadi dan yang hendaknya diterjadikan pada diri individu. Bimbingan dan konseling memusatkan perhatiannya pada keseluruhan proses perkembangan itu.

Menurut Myrick (dalam Mayers,1992) perkembangan individu secara tradisional dari dulu sampai sekarang menjadi inti dari pelayanan bimbingan. Sejak tahun 1950-an penekanan pada perkembangan dalam bimbingan dan konseling sejalan dengan konsepsi tugas-tugas perkembangan dalam bimbingan yang dicetuskan oleh Havighurst (Hansen,dkk., 1976). Dalam hal itu, peranan bimbingan dan konseling adalah memberikan kemudahan-kemudahan bagi gerak individu menjalani alur perkembangannya. Pelayanan bimbingan dan konseling berlangsung dan dipusatkan untuk menunjang kemampuan inheren individu bergerak menuju kematangan dalam perkembangannya.

Ivey dan Rigazio Digilio (dalam Mayers,1992) menekankan bahwa orientasi perkembangan justru merupakan ciri khas yang menjadi inti gerakan bimbingan. Perkembangan merupakan konsep inti dan terpadukan,serta

menjadi tujuan dari segenap layanan bimbingan dan konseling. Selanjutnya ditegaskan bahwa, praktek bimbingan dan konseling tidak lain adalah memberikan kemudahan yang berlangsung perkembangan yang berkelanjutan. Permasalahannya yang dihadapi oleh individu harus diartikan sebagai terhalangnya perkembangan, dan hal itu semua mendorong konselor dan klien bekerjasama untuk menghilangkan penghalang itu serta memperngaruhi lajunya perkembangan klien.

Secara khusus, Thompson & Rudolph (1983) melihat perkembangan individu dari sudut perkembangan kognisi. Dalam perkembangannya, anak-anak berkemungkinan mengalami hambatan perkembangan kognisi dalam empat bentuk :

- a. Hambatan egosentrisme, yaitu ketidakmampuan melihat kemungkinan lain di luar apa yang dipahaminya,
- b. Hambatan konsentrasi, yaitu ketidakmampuan untuk memusatkan perhatian pada lebih dari satu aspek tentang sesuatu hal,
- c. Hambatan reversibilitas, yaitu ketidakmampuan menelusuri alur yang terbalik dari alur yang dipahami semula,
- d. Hambatan transformasi, ketidakmampuan meletakkan sesuatu pada susunan urutan yang ditetapkan.

Thomphson & Rudolph menekankan bahwa tugas bimbingan dan konseling adalah menangani hambatan-hambatan perkembangan itu.

3. Orientasi Permasalahan

Ada yang mengatakan bahwa hidup dan berkembang itu mengandung risiko. Perjalanan kehidupan dan proses perkembangan sering kali ternyata tidak mulus, banyak mengalami hambatan dan rintangan. Padahal tujuan umum bimbingan dan konseling, sejalan dengan tujuan hidup dan perkembangan itu sendiri, ialah kebahagiaan. Hambatan dan

rintangan dalam perjalanan hidup dan perkembangan pastilah akan mengganggu tercapainya kebahagiaan itu. Agar tujuan hidup dan perkembangan, yang sebagiannya adalah tujuan bimbingan dan konseling, itu dapat tercapai dengan sebaik-baiknya, maka risiko yang mungkin menimpa kehidupan dan perkembangan itu harus diwaspadai. Kewaspadaan terhadap timbulnya hambatan dan rintangan itulah yang melahirkan konsep orientasi masalah dalam pelayanan bimbingan dan konseling.

Dalam kaitannya dengan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling yang telah dibicarakan, orientasi masalah secara langsung bersangkutan-sangkut dengan fungsi pencegahan dan fungsi pengentasan. Fungsi pencegahan menghendaki agar individu dapat terhindar dari masalah-masalah yang mungkin membebani dirinya, sedangkan fungsi pengentasan menginginkan agar individu yang sudah terlanjur mengalami masalah dapat terentaskan masalahnya. Fungsi-fungsi lain, yaitu fungsi pemahaman, dan fungsi pemeliharaan / pengembangan pada dasarnya juga bersangkutan-paut dengan permasalahan pada diri klien. Fungsi pemahaman memungkinkan individu memahami berbagai informasi dan aspek lingkungan yang dapat berguna untuk mencegah timbulnya masalah pada diri klien, dan dapat pula bermanfaat di dalam upaya pengentasan masalah yang terjadi. Demikian pula fungsi pemeliharaan dapat mengarah pada tercegahkan ataupun terentaskannya masalah-masalah tertentu. Dengan demikian konsep orientasi masalah terentang seluas daerah beroperasinya fungsi-fungsi bimbingan dan dengan demikian pula menyusupi segenap jenis layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling.

Jenis masalah yang (mungkin) diderita oleh individu amat bervariasi. Roos L. Mooney (dalam Prayitno, 1987) mengidentifikasi 330 masalah yang digolongkan kedalam sebelas kelompok masalah, yaitu kelompok masalah yang berkenaan dengan :

- a. Perkembangan jasmani dan kesehatan (PJK)
- b. Keuangan, keadaan lingkungan dan pekerjaan (KLP)
- c. Kegiatan sosial dan reaksi (KSR)
- d. Hubungan muda-mudi, pacaran dan perkawinan (HPP)
- e. Hubungan sosial kejiwaan (HSK)
- f. Keadaan pribadi kejiwaan (KPK)
- g. Moral dan agama (MDA)
- h. Keadaan rumah dan keluarga (KRK)
- i. Masa depan pendidikan dan pekerjaan (MPP)
- j. Penyesuaian terhadap tugas-tugas sekolah (PTS)
- k. Kurikulum sekolah dan prosedur pengajaran (KPP)

Frekuensi dialaminya masalah – masalah tersebut juga bervariasi. Satu jenis masalah barangkali lebih banyak dialami, sedangkan jenis masalah lain lebih jarang muncul.

Pelayanan bimbingan dan konseling memiliki peranan penting, baik bagi individu yang berada dalam lingkungan sekolah, rumah tangga (keluarga), maupun masyarakat pada umumnya. Uraian dibawah ini membicarakan peranan bimbingan dan konseling pada masing-masing ruang lingkup kerja tersebut.

1. Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Sekolah merupakan lembaga formal yang secara khusus dibentuk untuk menyelenggarakan pendidikan bagi warga masyarakat. Dalam kelembagaan sekolah dapat terdapat sejumlah bidang kegiatan dan bidang pelayanan bimbingan dan konseling mempunyai kedudukan dan peranan yang khusus.

Bidang-bidang pelayang disekolah antara lain :

- a. Bidang kurikulum dan pengajaran meliputi semua bentuk pengembangan kurikulum dan pelaksanaan pengajaran , yaitu penyampaian dan pengembangan pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kemampuan berkomunikasi peserta didik.
- b. Bidang administrasi atau kepemimpinan, yaitu bidang yang meliputi berbagai fungsi berkenaan dengan tanggung jawab

dan pengambilan kebijaksanaan, serta bentuk-bentuk kegiatan pengelolaan dan administrasi sekolah, seperti perencanaan, pembiayaan, pengadaan, dan pengembangan staf, prasarana dan sarana fisik, dan pengawasan.

- c. Bidang kesiswaan, yaitu bidang yang meliputi berbagai fungsi dan kegiatan yang mengacu kepada pelayanan kesiswaan secara individual agar masing-masing peserta didik itu dapat berkembang sesuai dengan bakat, potensi, dan minatnya, serta tahap-tahap perkembangannya. Bidang ini dikenal sebagai bidang pelayanan bimbingan dan konseling.

2. Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Di Luar Sekolah

Permasalahan yang dialami individu tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah saja melainkan juga di luar sekolah. Permasalahan itu dapat juga muncul di lingkungan keluarga dan masyarakat secara luas. Oleh sebab itu bimbingan dan konseling melalui berbagai layanannya dapat terjadi di keluarga maupun dalam masyarakat secara luas, membantu orang-orang dari berbagai umur dalam memecahkan masalah yang mereka hadapi. Dengan demikian konselor akan berada di mana-mana seperti di lembaga pemasyarakatan, rumah jompo dan yatim piatu, rumah sakit umum, di lingkungan perusahaan, industri, kantor (baik pemerintah maupun swasta) dalam lingkungan keluarga dan lain sebagainya.

Sehubungan dengan ruang lingkup kerja bimbingan dan konseling yang cukup luas ini maka dituntut konselor yang profesional yang dapat bekerja sama dengan berbagai pihak seperti dengan tokoh masyarakat, sebagaimana yang dikemukakan oleh Prayitno (1994) sebagai berikut :

“Dalam melaksanakan fungsi-fungsi profesionalnya itu konselor bekerja di sekolah dan di luar sekolah, di lembaga formal dan non formal, di desa-desa maupun di kota-kota. Konselor bekerja sama dengan keluarga dan tokoh masyarakat, dengan kepala desa dan camat, dengan para

pemimpin formal dan non formal, konselor di masa depan bekerja semua bidang kehidupan .”

E. Paradigma Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling merupakan suatu bentukan, atau keterpaduan yang mengintegrasikan sejumlah elemen yaitu pelayanan, isi pendidikan , kaidah psikologi dan warna sosiobudaya. (Prayitno : 2002) keempat elemen-elemen itu menjadi satu kesatuan. Apabila satu di antara empat elemen tidak ada maka bentukan/keterpaduan itu menjadi timpang dan tidak mempunyai bentuk. Oleh sebab itu, keempat elemen itu (pelayanan, isi pendidikan, kaidah psikologi dan warna sosiobudaya) terpadu yang membentuk pola atau model dasar bangunan bimbingan dan konseling yang di sebut paradigma bimbingan dan konseling.

Prayitno (2002) mengemukakan paradigma bimbingan dan konseling sebagai pelayanan psiko pendidikan dalam bingkai sosiobudaya :

1. Pelayanan

Kegiatan BK merupakan suatu bentuk pelayanan yang bersifat kemanusiaan, dari manusia, untuk manusia dan oleh manusia dan dalam suasana kemanusiaan. Suatu pelayanan terkandung di dalamnya manfaat atau keuntungan dari pelayanan itu, terutama bagi pengguna pelayanan. Kegunaan, manfaat, keuntungan ataupun jasa dari berfungsinya layanan itu. Dengan demikian suatu pelayanan tidak berfungsi apabila pelayan itu tidak dapat menunjukkan atau membuktikan kegunaan, manfaat atau keuntungan tertentu.

Secara umum tiap-tiap pelayanan itu memiliki kekhasan tertentu sesuai daya manfaat yang diberikan dari pelayanan itu sendiri, pelayanan kesehatan misalnya (yang diberikan oleh dokter) berguna dan memberikan manfaat bagi para pasien untuk memperoleh informasi tentang kesihatan, layanan pemeriksaan dan pengobatan agar penyakit tersembuhkan.

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan yang memberikan kegunaan, keuntungan atau manfaat dari kegiatan itu sendiri. Apa manfaat layanan BK bagi pengguna ? hal ini telah dikemukakan dalam fungsi-fungsi BK.

2. Pendidikan sebagai inti/isi pelayanan BK

Seperti yang telah diketahui bahwa inti pendidikan adalah belajar dan pembelajaran seperti yang tercantum pada UU No. 20 Tahun 2003 pasal 1 butir 1 tentang pengertian pendidikan sebagai berikut :

“Pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan keterampilan, yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara ”¹⁷.

Pada dasarnya pelayanan BK adalah proses pendidikan yang didalamnya berisi kegiatan belajar bagi kliennya seperti yang dikemukakan Gistod (dalam prayitno, 2004 : 184) sebagai berikut :

“Bimbingan dan konseling adalah proses yang berorientasi pada belajar..., belajar untuk memahami lebih jauh tentang diri sendiri belajar untuk mengembangkan dan menerapkan secara efektif berbagai pemahaman.....”

Lebih jauh Nugent (dalam prayitno, 2004) mengemukakan bahwa dalam konseling klien mempelajari keterampilan dalam pengambilan keputusan pemecahan masalah, tingkah laku, tindakan, serta sikap-sikap baru. Dengan belajar itulah klien memperoleh berbagai hal yang baru bagi dirinya dan memperoleh hal-hal baru itulah klien berkembang.

¹⁷ UUNPN, Kemendiknas, 2007.

Di samping proses belajar, kegiatan BK itu bersifat normatif artinya pelayanan BK harus didasarkan pada norma yang berlaku, baik isinya, prosesnya, tekniknya, maupun instrumentasi yang digunakan. Pelayanan yang tidak normatif bukanlah pelayanan BK.

**BAB
III****PEMAHAMAN KARAKTER
DALAM KONSELING****A. Membaca Karakter**

Bimbingan dan konseling di Indonesia secara formal masuk dalam sistem pendidikan nasional mulai tahun 1975, yaitu pada saat diberlakukannya kurikulum 1975 di sekolah-sekolah seluruh Indonesia. Hal ini berarti bahwa sejak saat itu di mulai diakuinya profesi bimbingan dan konseling di sekolah. Suatu profesi yang diharapkan akan dapat membantu dan mendukung mengembangkan seluruh kemampuan peserta didik sesuai dengan potensinya melalui layanan bimbingan dan konseling yang bersifat psikopedagogis. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan salah satu bentuk kegiatan pendidikan untuk pencapaian tujuan pendidikan. Harapan besar ditumpukan pada para penyelenggara layanan bimbingan dan konseling di sekolah (konselor). Di dalam perjalanan mengemban tugas tersebut, bimbingan dan konseling sebagai suatu profesi yang secara legal formal relatif masih muda, banyak mengalami

gangguan dan hambatan. Beragam gangguan dan hambatan tersebut, mulai dari jumlah tenaga yang masih terbatas sehingga semua orang “merasa” diperbolehkan melaksanakan tugas tersebut sampai dengan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang belum optimal.

Penyelenggaraan pendidikan karakter banyak memerlukan pendekatan personal, baik dalam arti guru pembimbing harus kompeten dan layak untuk dicontoh, disamping itu juga pada umumnya para siswa akan ‘respek’ kepada mereka yang memiliki kedekatan secara pribadi sehingga memudahkan terjadinya penyampaian pesan-pesan atau informasi tentang pendidikan karakter. Ada banyak faktor penyebab terjadinya kesalahan persepsi tentang konselor sekolah tersebut di atas, salah satunya kinerja konselor sekolah yang belum maksimal atau belum bisa menunjukkan tugas dan peran yang seharusnya dikerjakan sebagai seorang konselor¹.

Penjelasan diatas menunjukkan bahwa betapa pentingnya solusi untuk mengatasi keadaan tersebut. Suatu kondisi yang cukup rumit, mengingat tugas tersebut sudah mendarah daging (*habitual performance*) bagi para konselor sekolah sebagai pelaksana kesehariannya, namun di pihak lain ternyata kinerja yang tampak belum sesuai dengan harapan. Bukti secara empiris menunjukkan masih banyak siswa yang belum bisa berperilaku secara normatif, antara lain mulai dari berperilaku tidak sopan, berbohong (termasuk membolos), membuat onar, berkelahi, sampai dengan berperilaku melanggar norma kesusilaan. Hal ini terjadi antara lain dari sisi peran yang semestinya dilakukan oleh seorang konselor sekolah dalam pengembangan aspek pribadi dan sosial siswa yang belum maksimal. Walaupun konselor sekolah bukan sebagai satu-satunya pihak yang harus atau paling bertanggung jawab terhadap kondisi tersebut, namun konselor sekolah tidak bisa lepas dari tanggung jawab tersebut (Washington, et.all, 2008). Dari

¹ Hasan Langgulung; Teori-teori Kesehatan Mental; Pustaka Al-Husna; Jakarta; Cet.2; 1992,HAL.36.

perspektif ini, diharapkan tulisan ini dapat mem-berikan wacana untuk mengurai keru-mitan masalah peran yang harus ditam-pilakn oleh konselor sekolah.

1. Pengertian Pendidikan Karakter

Williams & Schnaps (1999) mende-finisikan pendidikan karakter sebagai

"Any deliberate approach by which school personnel, often in conjunction with pa-rents and community members, help child-ren and youth become caring, principled and responsible".² Maknanya kurang lebih pendidikan karakter merupakan berbagai usaha yang dilakukan oleh para personil sekolah, bahkan yang dilakukan bersama-sama dengan orang tua dan anggota masyarakat, untuk membantu anak-anak dan remaja agar menjadi atau memiliki sifat peduli, berpendirian, dan bertanggung jawab.

Lebih lanjut Williams (2000) menjelaskan bahwa makna dari istilah pendidikan karakter tersebut awalnya digunakan oleh *National Commission on Character Education* (di Amerika) sebagai suatu istilah payung yang meliputi berbagai pendekatan, filosofi, dan pro-gram. Pemecahan masalah, pembuatan keputusan, penyelesaian konflik merupakan aspek yang penting dari pengembangan karakter moral. Oleh karena itu, di dalam pendidikan karakter semestinya memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengalami sifat-sifat tersebut secara langsung. Secara khusus, tujuan pendidikan moral adalah membatu siswa agar secara moral lebih bertanggung jawab, menjadi warga negara yang lebih berdisiplin (McBrien & Brandt, 1997). Di samping itu, dalam nuansa bimbingan dan konseling me-nurut American School Counselor Asso-ciation (1998) menyatakan tujuan dari pendidikan karakter adalah *"assist stu-dents in becoming positive and self-directed in their lives and education and in striving toward future goals"*, yaitu

² Mercer, S. W. dan Reynolds, W. J. (2002). *Empathy and Quality Care*. CSO health services research training fellow, Department of General Practice, University of Glasgow. W J, hal. 52.

membantu siswa agar menjadi lebih positif dan mampu mengarahkan diri dalam pendidikan dan kehidupan, dan dalam ber-usaha keras dalam pencapaian tujuan masa depannya. Tujuan tersebut dilakukan dengan mengajarkan kepada siswa tentang nilai-nilai dasar kemanusiaan seperti kejujuran, kebaikan, kedermawanan, keberanian, kebebasan, persamaan, dan rasa hormat atau kemuliaan.³ (McBrien & Brandt, 1997).

2. Posisi Konselor Sekolah Dalam Pendidikan Karakter Di Indonesia

Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 menggariskan bahwa “Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”. Dari hal tersebut nampak bahwa pendidikan bukan sekedar berfungsi sebagai media untuk mengembangkan kemampuan semata, melainkan juga berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat. Dari hal ini maka sebenarnya pendidikan watak (karakter) tidak bisa ditinggalkan dalam berfungsinya pendidikan. Oleh karena itu, sebagai fungsi yang melekat pada keberadaan pendidikan nasional untuk membentuk watak dan peradaban bangsa, pendidikan karakter merupakan manifestasi dari peran tersebut. Untuk itu, pendidikan karakter menjadi tugas dari semua pihak yang terlibat dalam usaha pendidikan (pendidik). Sementara itu,

³ Musthafa Fahmi; *Penyesuaian Diri, Pengertian dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*; Bulan Bintang; Jakarta ; 1982, hal.53

konselor sekolah di dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Tahun 2003 telah diakui sebagai salah satu tenaga pendidik, seperti yang tersurat di dalam Pasal ; Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan”. Dari pengertian tersebut maka konselor sekolah (guru pembimbing merupakan sebutan konselor sekolah sesuai sebutan resmi untuk guru yang mempunyai tugas khusus dalam bimbingan dan konseling, menurut Surat Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan dan Kepala Badan Administrasi Kepegawaian Nasional Nomor 25 Tahun 1993) tidak bisa lepas dari fungsi dan tujuan pendidikan tersebut. Dengan kata lain, pendidikan Karakter dan Konselor Sekolah mempunyai peran dan tugas yang terkait dengan pendidikan karakter. Sebagai salah satu pihak yang berkepentingan dengan pendidikan karakter ini, konselor sekolah harus berkomitmen untuk melaksanakan pendidikan karakter tersebut. (Stone dan Dyal, 1997:22).

3. Model Penyelenggaraan Pendidikan Karakter

Keberhasilan dalam menyelenggarakan dan menanamkan nilai-nilai kehidupan melalui pendidikan karakter dapat pula dipengaruhi oleh cara atau pendekatan yang dipergunakan dalam menyampaikan. Menurut Suparno, dkk. (2002:42-44), ada empat model pendekatan penyampaian pendidikan karakter.

4. Model Sebagai Mata Pelajaran Tersendiri

Dalam model pendekatan ini, pendidikan karakter dianggap sebagai ma-ta pelajaran tersendiri. Oleh karena itu, pendidikan karakter memiliki kedu-dukan yang sama dan diperlakukan sama seperti pelajaran atau bidang studi lain. Dalam hal ini, guru bidang studi pendidikan karakter harus mempersiapkan dan mengembangkan kurikulum, mengembangkan silabus, membuat Rancangan Proses

Pembelajaran (RPP), metodologi pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran. Konsekuensinya pendidikan karakter harus dirancang dalam jadwal pelajaran secara terstruktur. Kelebihan dari pendekatan ini antara lain materi yang disampaikan menjadi lebih terencana matang/terfokus, materi yang telah disampaikan lebih terukur. Sedangkan kelemahan pendekatan ini adalah sangat tergantung pada tuntutan kurikulum, kemudian penanaman nilai-nilai tersebut seolah-olah hanya menjadi tanggung jawab satu orang guru semata, demikian pula dampak yang muncul pendidikan karakter hanya menyentuh aspek kognitif, tidak menyentuh internalisasi nilai tersebut.

5. Model Terintegrasi Dalam Semua Bidang Studi

Pendekatan yang kedua dalam menyampaikan pendidikan karakter adalah disampaikan secara terintegrasi dalam setiap bidang pelajaran, dan oleh karena itu menjadi tanggung jawab semua guru (Washington, et.all, 2008). Dalam konteks ini setiap guru dapat memilih materi pendidikan karakter yang sesuai dengan tema atau pokok bahasan bidang studi. Melalui model terintegrasi ini maka setiap guru adalah pengajar pendidikan karakter tanpa kecuali. Keunggulan model terintegrasi pada setiap bidang studi antara lain setiap guru ikut bertanggung jawab akan penanaman nilai-nilai hidup kepada semua siswa, di samping itu pemahaman akan nilai-nilai pendidikan karakter cenderung tidak bersifat informative kognitif, melainkan bersifat aplikatif sesuai dengan konteks pada setiap bidang studi. Dampaknya siswa akan lebih terbiasa dengan nilai-nilai yang sudah diterapkan dalam berbagai seting. Sisi kelemahannya adalah pemahaman dan persepsi tentang nilai yang akan ditanamkan harus jelas dan sama bagi semua guru. Namun, menjamin kesamaan bagi setiap guru adalah hal yang tidak mudah, hal ini mengingat latar belakang setiap guru yang berbeda-beda. Di samping itu, jika terjadi perbedaan penafsiran nilai-nilai di antara guru sendiri akan menjadikan siswa justru bingung.

6. Model di Luar Pengajaran

Penanaman nilai-nilai pendidikan karakter dapat juga ditanamkan di luar kegiatan pembelajaran formal. Pendekatan ini lebih mengutamakan pengolahan dan penanaman nilai melalui suatu kegiatan untuk dibahas dan kemudian dibahas nilai-nilai hidupnya. Model kegiatan demikian dapat dilaksanakan oleh guru sekolah yang diberi tugas tersebut atau dipercayakan kepada lembaga lain untuk melaksanakannya. Kelebihan pendekatan ini adalah siswa akan mendapatkan pengalaman secara langsung dan konkrit. Kelemahannya adalah tidak ada dalam struktur yang tetap dalam kerangka pendidikan dan pengajaran di sekolah, sehingga akan membutuhkan waktu yang lebih lama dan biaya yang lebih banyak.

7. Model Gabungan

Model gabungan adalah menggabungkan antara model terintegrasi dan model di luar pelajaran secara bersama. Model ini dapat dilaksanakan dalam kerja sama dengan tim baik oleh guru maupun dalam kerja sama dengan pihak luar sekolah. Kelebihan model ini adalah semua guru terlibat, di samping itu guru dapat belajar dari pihak luar untuk mengembangkan diri dan siswa. Siswa menerima informasi tentang nilai-nilai sekaligus juga diperkuat dengan pengalaman melalui kegiatan-kegiatan yang terencana dengan baik.

Mengingat pendidikan karakter merupakan salah satu fungsi dari pendidikan nasional, maka sepatutnya pendidikan karakter ada pada setiap materi pelajaran. Oleh karena itu, pendekatan secara terintegrasi merupakan pendekatan minimal yang harus dilaksanakan semua tenaga pendidik sesuai dengan konteks tugas masing-masing di sekolah, termasuk dalam hal ini adalah konselor sekolah. Namun, bukan berarti bahwa pendekatan yang paling sesuai adalah dengan model integratif. Pendekatan gabungan tentu akan lebih baik lagi karena siswa bukan hanya mendapatkan informasi semata melainkan juga siswa menggali nilai-nilai

pendidikan karakter melalui kegiatan secara kontekstual sehingga penghayatan siswa lebih mendalam dan tentu saja lebih menggemirakan siswa. Dari perspektif ini maka konselor sekolah dituntut untuk dapat menyampaikan informasi serta mengajak dan memberikan penghayatan secara langsung tentang berbagai informasi nilai-nilai karakter.

B. Konselor Sekolah Dalam Kegiatan Pendidikan Karakter

Di dalam rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal termuat dalam lampiran 3 Standar Kompetensi Konselor (Departemen Pendidikan Nasional, 2007:261) dijelaskan bahwa pelayanan ahli bimbingan dan konseling yang di-ampu oleh konselor sekolah berada dalam konteks tugas “kawasan pelayanan yang bertujuan memandirikan siswa (individu) dalam memandu perjalanan hidup mereka melalui pengambilan keputusan tentang pendidikan termasuk yang terkait dengan keperluan untuk memilih, meraih serta mempertahankan karir untuk mewujudkan kehidupan yang produktif dan sejahtera, serta untuk menjadi warga masyarakat yang peduli kemaslahatan umum melalui pendidikan”. Ekspektasi kinerja konselor yang mengampu pelayanan bimbingan dan konseling selalu digerakkan oleh motif altruistik dalam arti selalu menggunakan penyikapan yang empatik, menghormati keragaman, serta mengedepankan kemaslahatan pengguna pelayanannya, dilakukan dengan selalu mencermati kemungkinan dampak jangka panjang dari tindak pelayanannya itu terhadap pengguna pelayanan, sehingga pengampu pelayanan profesional itu juga dinamakan “*the reflective practitioner*”.

Terkait dengan kegiatan pendidikan karakter di sekolah konselor sekolah wajib memfasilitasi pengembangan dan penumbuhan karakter serta tanpa mengabaikan penguasaan *hard skills* lebih lanjut yang diperlukan dalam perjalanan hidup serta dalam mempersiapkan karier (Departemen Pendidikan Nasional, 2007:186). Oleh karena itu, konselor sekolah hendaknya merencanakan dalam program kegiatannya untuk secara aktif

berpartisipasi dalam pengembangan dan penumbuhan karakter pada siswa. Kegiatan tersebut dapat dilakukan secara mandiri yang terancang dalam program bimbingan dan konseling, dan juga bersama-sama dengan pendidik lain (guru bidang studi misalnya) yang terancang dalam program sekolah yang dilakukan secara sinergis dari beberapa pihak. Berkaitan dengan bentuk kegiatan tersebut, maka layanan yang diberikan oleh konselor sekolah dapat bersifat preventif, kuratif, dan preseveratif atau developmental dalam rangka menunaikan fungsi pendidikan dalam mengembangkan karakter siswa. Layanan yang bersifat preventif berarti kegiatan yang dilakukan oleh konselor sekolah bermaksud untuk mencegah agar perilaku siswa tidak berlawanan dengan karakter yang diharapkan. Layanan yang bersifat kuratif bermakna bahwa layanan konselor ditujukan untuk mengobati/memperbaiki perilaku siswa yang sudah terlanjur melanggar karakter yang diharapkan. Kegiatan preseveratif/developmental berarti layanan yang diberikan oleh konselor sekolah bermaksud untuk memelihara dan sekaligus mengembangkan perilaku siswa yang sudah sesuai agar tetap terjaga dengan baik, tidak melanggar norma, dan juga mengembangkan agar semakin lebih baik lagi perkembangan karakternya.

Secara umum, materi pendidikan karakter dijelaskan oleh Berkowitz, Battistich, dan Bier (2008:442) yang melaporkan bahwa materi pendidikan karakter sangat luas. Dari hasil penelitiannya dijelaskan bahwa paling tidak ada 25 variabel yang dapat dipakai sebagai materi pendidikan karakter. Namun, dari 25 variabel tersebut yang paling umum dilaporkan dan secara signifikan hanya ada 10, yaitu:

- a. Perilaku seksual
- b. Pengetahuan tentang karakter (*Character knowledge*)
- c. Pemahaman tentang moral sosial
- d. Keterampilan pemecahan masalah
- e. Kompetensi emosional
- f. Hubungan dengan orang lain (*Relationships*)

- g. Perasaan keterikatan dengan sekolah (*Attachment to school*)
- h. Prestasi akademis
- i. Kompetensi berkomunikasi
- j. Sikap kepada guru (*Attitudes toward teachers*)

Sementara itu, Otten (2000) menyatakan bahwa pendidikan karakter yang diintegrasikan ke dalam seluruh masyarakat sekolah sebagai suatu strategi untuk membantu mengingatkan kembali siswa untuk berhubungan dengan konflik, menjaga siswa untuk tetap selalu siaga dalam lingkungan pendidikan, dan menginvestasikan kembali masyarakat untuk berpartisipasi aktif sebagai warga negara. Dijelaskan lebih lanjut di dalam ERIC Resource Center (www.-eric.ed.gov) bahwa dengan semakin meningkatnya urgensi pendidikan karakter, maka konselor sekolah perlu memahami tentang cara menggabungkan pendidikan karakter dalam program bimbingan dan konseling. Jenis materi yang disarankan antara lain sebagai berikut.

- a. Tanggung Jawab (*Responsibility*)
Maksudnya mampu mempertanggungjawabkan. Memiliki perasaan untuk memenuhi tugas dengan dapat di-percaya, mandiri dan berkomitmen.
- b. Ketekunan (*Perseverance*)
Kemampuan mencapai sesuatu dengan menentukan nilai-nilai obyektif disertai kesabaran dan keberanian di saat menghadapi kegagalan.
- c. Kepedulian (*Caring*)
Kemampuan menunjukkan pemahaman terhadap orang lain dengan memperlakukannya secara baik, dengan belas kasih, bersikap dermawan, dan dengan semangat memaafkan.
- d. Disiplin (*Self-Discipline*)
Kemampuan menunjukkan hal yang terbaik dalam segala situasi melalui pengontrolan emosi, kata-kata, dorongan, keinginan, dan tindakan.
- e. Kewarganegaraan (*Citizenship*)
Kemampuan untuk mematuhi hukum dan terlibat dalam

- pelayanan kepada sekolah, masyarakat dan negara.
- f. Kejujuran (*Honesty*)
Kemampuan menyampaikan kebenaran, mengakui kesalahan, dapat dipercaya, dan bertindak secara terhormat.
 - g. Keberanian (*Courage*)
Bertindak secara benar pada saat menghadapi kesulitan dan mengikuti hati nurani dari pada pendapat orang banyak.
 - h. Keadilan (*Fairness*)
Melaksanakan keadilan sosial, kewajaran dan persamaan. Bekerja sama dengan orang lain. Memahami keunikan dan nilai-nilai dari setiap individu di dalam masyarakat.
 - i. Rasa Hormat (*Respect*)
Menunjukkan rasa hormat yang tinggi atas kewibawaan orang lain, diri sendiri, dan negara. Ancaman kepada orang lain diterima sebagai ancaman juga kepada diri sendiri. Memahami bahwa semua orang memiliki nilai-nilai kemanusiaan yang sama.
 - j. Integritas (*Integrity*)
Suatu ketegasan di dalam mentaati suatu nilai-nilai moral, sehingga menjadi jujur, dapat dipercaya, dan penuh kehormatan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka materi-materi tersebut memang banyak terkait dengan bidang layanan bimbingan dan konseling, khususnya bimbingan pribadi dan bimbingan sosial. Oleh karena itu, ketersediaan materi pendidikan karakter bagi konselor sekolah di Indonesia sangatlah banyak dan luas. Nilai-nilai esensi moralitas baik sebagai makhluk individu dan atau sebagai makhluk sosial bagi seorang pelajar merupakan materi pendidikan moral.

1. Peran Konselor Sekolah Dalam Pendidikan Karakter Di Indonesia

ERIC Resource Center (www.eric.-ed.gov) menjelaskan bahwa jika pendidikan karakter diselenggarakan di sekolah,

maka konselor sekolah akan menjadi pioner dan sekaligus koordinator program tersebut. Hal itu karena konselor sekolah yang memang secara khusus memiliki tugas untuk membantu siswa mengembangkan kepedulian sosial dan masalah-masalah kesehatan mental, dengan demikian konselor sekolah harus sangat akrab dengan program pendidikan karakter. Pentingnya peran konselor sekolah dalam pendidikan karakter ini *American School Counselor Association (ASCA)* menunjukkan dukungannya dengan menyatakan:

“Professional school counselors need to take an active role in initiating, facilitating and promoting character education programs in the school curriculum. The professional school counselor, as apart of the school community and as a highly resourceful person, takes an active role by working cooperatively with the teachers and administration in providing character education in the schools as an integral part of the school curriculum and activities” (ASCA, 1998).

Dengan demikian, pernyataan di atas menyiratkan perlunya konselor sekolah untuk senantiasa diperingatkan agar mereka memahami dan menyadari salah satu tugas pokoknya. Hal itu tidak bisa dihindarkan karena hasil penelitian menunjukkan bahwa sebenarnya program bimbingan dan konseling di sekolah pada dasarnya juga sudah mengakomodasi materi tugas tersebut (Ryan, & Bohlin, 2000). Namun demikian, ada beberapa pendapat menyatakan sebaliknya konselor sekolah hendaknya menjauhi pendidikan karakter karena terasa bertentangan dengan kebebasan akademis, atau bahkan menyalahi atau menyangkut keyakinan pribadi atau melanggar hak dan perilaku pribadi (Ryan, & Bohlin, 2000). Sungguhpun begitu, sebelumnya perlu diperhatikan dan dipertimbangkan oleh konselor sekolah bahwa semua bentuk pendidikan pasti berisi materi tentang yang mengajarkan nilai-nilai kebaikan, kemanusiaan, dan kehidupan yang pada hakekatnya itu semua adalah pendidikan karakter. Beberapa pertimbangan bahwa konselor

sekolah harus berperan dalam pendidikan karakter.

2. Konselor Sekolah sebagai Pendidik

Ini adalah tugas dan fungsi dasar dari setiap pendidik. Seperti dijelaskan di atas, konselor merupakan salah satu jenis tenaga pendidik, sementara itu salah satu fungsi pendidikan nasional adalah mengembangkan watak dan karakter bangsa. Sementara itu, konselor adalah merupakan salah satu pendidik yang telah diakui sebagai tenaga kependidikan. Oleh karena itu, konselor sekolah sebagai representasi pendidik jelas memiliki rasional yang kuat untuk menyampaikan pendidikan karakter kepada siswa. Artinya, di pundak konselor sekolah pendidikan karakter telah menjadi salah satu tugas dan kewajiban yang harus dilaksanakan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Bentuk pelaksanaan hal tersebut dapat secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung, konselor sekolah harus merancang pelaksanaan pendidikan karakter dalam program kegiatannya. Melalui program yang sudah dirancang dapat disusun berbagai macam kegiatan untuk menyampaikan pesan-pesan pengembangan karakter siswa. Oleh karena itu, konselor sekolah perlu memahami bagaimana caranya memilih, menyampaikan, dan memfasilitasi program pendidikan karakter. Secara tidak langsung konselor sekolah dapat menyampaikan nilai-nilai pendidikan karakter setiap ada kesempatan untuk menyampaikannya, artinya konselor sekolah harus menyelenggarakan di manapun dan kapanpun melaksanakan tugasnya secara sadar atau ingat bahwa dirinya memiliki kewajiban untuk melaksanakan pendidikan karakter dengan cara menyelipkan (terintegrasi) dalam menunaikan tugasnya.

3. Konselor Sekolah sebagai Manajer Kegiatan Pendidikan Karakter

Konselor sekolah sebagai manajer bermakna bahwa dirinya harus mampu mengelola seluruh kegiatan yang telah diprogramkan melalui keterlibatan berbagai pihak untuk

pelaksanaan pendidikan karakter. Konselor sekolah harus mampu melibatkan semua pemangku kepentingan (siswa, guru bidang studi, orang tua, kepala sekolah) di dalam mensukseskan pelaksanaan programnya. Mulai dari program pelayanan dasar yang berupa rancangan kurikulum bimbingan yang berisi materi tentang pendidikan karakter, seperti kerja sama, keberagaman, kejujuran, menangani kecemasan, membantu orang lain, persahabatan, ketekunan, kesungguhan, manajemen konflik, pencegahan penggunaan narkoba, dan sebagainya. Pelaksanaan program pelayanan dasar ini memungkinkan untuk sangat memerlukan keterlibatan atau kerja sama dengan pihak lain. Hal ini sebagai wujud bahwa pendidikan karakter merupakan tanggung jawab bersama sebagai pendidik. Di samping itu, masih ada program lain, yaitu program perencanaan individual berupa layanan untuk membantu membuat pilihan atau keputusan, dan seterusnya, dan program pelayanan responsif yang antara lain berupa kegiatan konseling individu, konseling kelompok.

4. Konselor Sekolah sebagai Konselor

Sebagai konselor dalam pengertian konvensional konselor sekolah melaksanakan kegiatan konseling. Hal ini mengingat fungsi bimbingan dan konseling yang bersifat kuratif. Kenyataan di sekolah, setiap siswa tidaklah steril terhadap berbagai permasalahan kehidupan terutama sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Kemampuan untuk menerima kondisi diri sendiri sampai dengan masalah hubungan dengan orang lain sering menimbulkan dilema bagi para siswa. Kemampuan untuk memahami diri, menerima diri, dan mengarahkan diri memerlukan proses bantuan agar siswa terbiasa untuk mampu memilih dari berbagai alternatif dengan berbagai konsekuensi sehingga siswa semakin mandiri. Demikian pula kemampuan memahami orang lain, memaklumi orang lain, menerima orang lain, dan memperlakukan orang lain dengan baik dan benar memerlukan proses bantuan yang panjang agar setiap siswa

mampu bersikap ramah, solider, toleran, empatik, dan sebagainya sehingga mereka jauh dari kesan bersikap arogan, kasar, sangar, kejam, dan sebagainya. Kondisi realita para peserta didik yang demikian mengharuskan konselor sekolah untuk menjadi sebenarnya konselor untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan yang mungkin timbul pada diri siswa. Berbagai masalah yang timbul tersebut pada hakikatnya merupakan berbagai masalah dalam perkembangan karakter siswa. Dari perspektif ini pada dasarnya kegiatan konseling yang dilakukan oleh konselor sekolah untuk mengatasi berbagai masalah individu dan sosial siswa merupakan pelaksanaan pendidikan karakter. Oleh karena itu, sekali lagi tidak ada alasan konselor sekolah tidak melaksanakan kegiatan pendidikan karakter kecuali fungsi utamanya sebagai konselor sekolah tidak dilakukannya.

5. Konselor Sekolah sebagai Konsultan

Hampir sama dengan tugas sebagai konselor, sebagai konsultan konselor sekolah menerima konsultasi dari berbagai pihak lain untuk membantu perkembangan siswa. Pendidikan karakter tidaklah mungkin diselesaikan sendiri oleh salah satu pihak. Pendidikan karakter memerlukan keterlibatan semua pihak di sekolah maupun keluarga. Berdasarkan perspektif ini maka semua pihak memiliki peran yang bersifat saling komplementer. Oleh karena itu, konselor sekolah sebagai pihak yang memberikan layanan bersifat psiko-pedagogis harus mampu memberikan layanan yang bersifat konsultatif atas kepentingan berbagai pihak, mulai dari siswa, guru, orang tua, kepala sekolah, bahkan mungkin sampai dengan masyarakat.

Berdasarkan rasional tentang tugas konselor sekolah terkait dengan pendidikan karakter di Indonesia tersebut, maka ada beberapa peran konselor sekolah dalam pelaksanaan pendidikan karakter di Indonesia.

6. Konselor Sekolah Berperan sebagai Panutan/Contoh

Seperti dijelaskan di atas, konselor sekolah menjadi

salah satu figur sentral dalam pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah. Oleh karena itu, sebagai pendidik konselor sekolah merupakan figur yang menjadi sorotan para siswa khususnya dalam contoh pelaksanaan pendidikan karakter kehidupan sehari-hari di sekolah. Sebagai teladan bagi siswa maka semua aspek kepribadian, penampilan, dan tingkah laku akan menjadi contoh siswa. Aspek kepribadian merupakan manifestasi kondisi psikobiologis sosial konselor sekolah dalam menghadapi atau menyesuaikan terhadap lingkungan yang baru. Para siswa (orang lain) akan melihat keseluruhan indikator sistem psikofisik konselor sekolah dalam berhubungan dengan orang lain. Berbagai macam ciri kepribadian yang meliputi seluruh sifat-sifat, karakter, sikap, dan sebagainya akan dinilai sebagai kepribadian konselor sekolah. Dari perspektif ini, konselor sekolah harus menyadari seluruh aspek kepribadiannya menjadi panutan para siswa. Demikian pula penampilan dan tingkah laku konselor sekolah menjadi panutan para siswa. Cara berpakaian, berdandan, model pakaian dan seterusnya menjadi sorotan para siswa. Oleh karena itu, menjadi sangat sulit terlaksana pendidikan karakter jika konselor sekolah tidak bisa menyesuaikan gaya penampilannya agar sesuai dengan apa yang disampaikan. Apalagi aspek tingkah laku dari konselor sekolah yang secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan siswa akan sangat mempengaruhi keberhasilan pendidikan karakter. Berdasarkan berbagai hal di atas maka kemampuan konselor sekolah untuk menjadi panutan atau contoh dalam pelaksanaan nilai-nilai pendidikan karakter sangat perlu. Artinya, keberhasilan pendidikan karakter akan sangat banyak ditentukan oleh kualitas konselor sekolah dalam menjadikan dirinya sebagai teladan.

7. Konselor Sekolah sebagai Perancang Kegiatan

Pelaksanaan suatu program akan baik jika telah dirancang atau diper-siapkan dengan baik program tersebut. Konselor sekolah dapat membantu keberhasilan pelaksanaan

pendidikan karakter dengan memprogramkan pendidikan karakter melalui program pelayanan dasar yang berupa berbagai informasi yang secara langsung ataupun terintegrasi dalam pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan dan konseling. Hal ini terutama menyangkut materi-materi layanan bimbingan pribadi dan bimbingan sosial. Materi layanan bimbingan pribadi antara lain kejujuran, ketekunan, tanggung jawab, keberanian, kedisiplinan, integritas, kompetensi emosional dan seterusnya, sedangkan bimbingan sosial antara lain meliputi keadilan, toleransi, rasa hormat, kompetensi penyelesaian masalah, keterampilan berkomunikasi, dan sebagainya. Dari berbagai materi tersebut nampak sekali bahwa konselor sekolah memiliki pran yang sangat sentral dalam pelaksanaan pendidikan karakter di Indonesia jika diprogramkan dalam kegiatan bimbingan dan konseling. Hal ini dapat dilaksanakan secara mandiri ataupun bersama-sama dengan guru lain di sekolah.

8. Konselor Sekolah sebagai *Healer/Problem Solver*

Di samping melalui perancangan program kegiatan, konselor sekolah dapat berperan dalam pendidikan karakter melalui fungsinya sebagai *healer/ problem solver*. Kenyataan di sekolah para siswa menghadapi berbagai masalah mulai dari masalah belajar, masalah karir, masalah pribadi, sampai masalah sosial. Seperti dijelaskan di atas bahwa pelayanan bimbingan dan konseling terkait dengan pendidikan karakter terutama melalui bimbingan pribadi dan bimbingan sosial. Dari sudut pandang ini maka peran konselor sekolah nampak ketika membantu memecahkan berbagai permasalahan yang terkait dengan masalah pribadi atau masalah sosial. Hal itu semua sebagai bentuk kegiatan pelayanan responsif dari konselor sekolah. Di samping itu, ketika siswa menghadapi berbagai persoalan yang bersifat pilihan maka peran konselor untuk membantu siswa memilih dapat dilakukan melalui kegiatan perencanaan individual Konselor Sekolah sebagai Konsultan/ Mediator

Bahwa pendidikan karakter merupakan tugas dan tanggung jawab semua pendidik di sekolah. Oleh karena itu, konselor akan dapat berperan sebagai patner ataupun sebagai konsultan dalam pelaksanaan pendidikan karakter di sekolah. Bahkan, konsultasi tidak terbatas hanya dengan para pelaksana pendidikan karakter di sekolah (guru, kepala sekolah) tetapi juga dengan para pelaksanan pendidikan karakter di luar sekolah (orang tua, anggota masyarakat). Hal ini sangat mungkin dilakukan mengingat pendidikan karakter sebenarnya menyangkut banyak pihak yang terlibat dalam pelaksanaanya.

Di samping itu, di mungkinkan juga konselor sekolah bertindak sebagai mediator dalam rangka penyelesaian permasalahan yang dihadapi para siswa.

BAB IV

ALIRAN-ALIRAN KONSELING

A. Psikoanalisa

1. Sejarah Perkembangan

Pendekatan psikoanalisis dikembangkan oleh Sigmund Freud (1856-1939). Psikoanalisis mulai diperkenalkan oleh Sigmund Freud pada buku pertamanya yaitu penafsiran atas mimpi (*dream interpretation*) pada tahun 1900. Ia mengemukakan pandangannya bahwa struktur kejiwaan manusia sebagian besar terdiri dari alam ketaksadaran.

Pengertian Psikoanalisis mencakup tiga aspek : (1) sebagai metode penelitian proses-proses psikis; (2) sebagai suatu teknik untuk mengobati gangguan-gangguan psikis; (3) sebagai Teori Kepribadian. Psikoanalisis mempunyai beberapa prinsip yaitu:

a. Prinsip konstansi

Prinsip konstansi ; hidup psikis berkecenderungan untuk mempertahankan kuantitas ketegangan psikis pada taraf

serendahmungkin atau setidak-tidaknya pada taraf yang sedapat mungkin stabil. Konstansi atau stabilitas itu dihasilkan dengan melepaskan energy psikus yang sudah ada pada subjek atau dengan menghindarkan bertambahnya ketegangan, misalnya melalui jalan “pertahanan” melawan pertambahan tersebut. Prinsip ini diambil alih oleh Freud dari psikolog Fechner sejak permulaan pertama terbentuknya psikoanalisis dan tidak pernah ia tinggalkan. Dengan demikian, berbagai gejala psikus dapat dimengerti sebagai percobaan (berhasil atau tidak) untuk mempertahankan atau memulihkan konstansi tersebut.

b. Prinsip kesenangan

Prinsip kesenangan ; pada awalnya dipresentasikan sebagai prinsip ketidaksenangan, mengikuti keajekan hipotesis yang mengatakan bahwa “Piranti mental pada dasarnya berusaha keras untuk mempertahankan kuantitas rangsangan serendah mungkin atau paling tidak menjaganya agar tetap konstan”. Jadi, semua hal yang meningkatkan kuantitas rangsangan akan dirasakan tidak menyenangkan dan apa pun yang menguranginya akan dirasakan menyenangkan. Freud mengkualifikasikan ide dominasi prinsip kesenangan dengan mengatakan bahwa meskipun dalam pikiran ada kecenderungan yang kuat kearah prinsip kesenangan, ada juga kekuatan-kekuatan lain sebagai lawannya, hasil akhir tidak selalu memenuhi kecenderungan yang mengacu kepada kesenangan.

c. Prinsip realitas

Prinsip realitas ; gratifikasi insting ditunda sampai kenyataan memungkinkan seseorang untuk mendapatkan kesenangan maksimum dengan rasa sakit atau konsekuensi negatif maksimum. Misalnya dorongan seksual dalam id mungkin mendorong seseorang untuk melakukan rayuan seksual orang terhadap yang disukai akan tetapi ego akan menghentikan untuk bertindak secara impulsif, ego akan

memonitor realitas, menilai apakah kesempatan akan benar-benar berhasil dan menunda tindakan sampai dia mengembangkan strategi yang dapat membawa kesuksesan. Menurut prinsip realitas, energi dari id dapat diblok, dialihkan atau dilepaskan secara gradual, semuanya tergantung kepada tuntutan realitas.

2. Hakikat Manusia

Aliran Freud memandang manusia sebagai makhluk deterministic. Menurut Freud, tingkah laku manusia ditentukan oleh kekuatan irasional, motivasi bawah sadar (*unconsciousness motivation*), dorongan (*drive*) biologis dan insting, serta kejadian psikoseksual selama enam tahun pertama kehidupan.

Instink merupakan pusat dari pendekatan yang dikembangkan Freud. Walaupun pada dasarnya menggunakan istilah libido yang mengacu pada energy seksual, ia mengembangkan istilah ini menjadi energi seluruh instink kehidupan. Insting-insting ini bertujuan sebagai pertahanan hidup dari individu dan manusia, berorientasi pada pertumbuhan, perkembangan dan kreativitas. Freud juga mengemukakan manusia memiliki insting mati (*death instincts*), yaitu insting yang berhubungan dengan dorongan agresif (*aggressive drive*) dan insting hidup (*life instincts*).

Manusia memiliki gambaran jiwa yang dapat dianalogikan seperti gunung es. Kesadaran (*consciousness*) yaitu berisikan ide-ide atau hal-hal yang disadari. Prakesadaran (*subconsciousness*) yaitu berisikan ide-ide atau hal-hal yang tidak disadari yang sewaktu-waktu dapat dipanggil ke kesadaran. Ketidaksadaran (*unconsciousness*) yaitu berisikan dorongan-dorongan yang sebagian besar sudah ada sejak lahir yaitu dorongan seksual dan agresi dan sebagian lagi berasal dari pengalaman masa lalu yang pernah terjadi pada tingkat kesadaran dan bersifat traumatis, sehingga perlu ditekan dan dimasukkan dalam ketidaksadaran.

3. Perkembangan Perilaku

a. Struktur Kepribadian

Menurut pandangan psikoanalisis, struktur atau organisasi kepribadian individu terdiri dari tiga system yaitu id, ego dan superego. Tingkah laku manusia hamper selalu merupakan produk interaksi ketiga system tersebut.

Id merupakan system utama kepribadian. Id merupakan rahim tempat ego berkembang. Id adalah sumber utama dan reservoir atau cadangan dari energy-energi psikis dan merupakan penggerak ego dan superego yang berhubungan erat dengan proses-proses jasmani, dari mana energi berasal.

Ego merupakan bagian yang memiliki kontak dengan realitas dunia luar. Ego bertindak sebagai eksekutif yang mengatur, mengontrol, dan meregulasi kepribadian. Ego dapat dianalogikan sebagai polisi lalu lintas (*traffic cop*) untuk id, superego dan dunia. Tugas utama ego adalah memediasi antara insting dan lingkungan sekitar. Ego berfungsi untuk mewujudkan kebutuhan pada dunia nyata dan mampu membedakan apa yang ada pada dalam diri dan luar diri yang disebut dengan proses sekunder.

Superego merupakan perwujudan internal dari nilai-nilai dan prinsip moral, serta cita-cita tradisional masyarakat. Superego merupakan wewenang moral dari kepribadian dan mempresentasikan hal-hal yang ideal.

System Id, Ego dan Superego saling berinteraksi. Jika Ego gagal menyalurkan kehendak Id menurut batasan realita dan nilai-nilai moral, ia akan dihukum dengan kecemasan. Menurut Freud terdapat tiga kecemasan yang dapat dialami individu yaitu kecemasan realitas, kecemasan moral dan kecemasan neurotic.

b. Perkembangan Kepribadian

Psikoanalisis memiliki pendekatan yang unik dalam melihat perkembangan kepribadian manusia. Freud mengemukakan perkembangan psikoseksual yang merupakan dasar pemahaman terhadap permasalahan yang dialami oleh konseli. Dalam pendekatan psikoanalisis terdapat lima fase perkembangan psikoseksual yaitu Fase Oral (0-1 tahun) dimana anak memperoleh kepuasan dan kenikmatan yang bersumber pada mulutnya melalui menghisap dan menggigit. Fase Anal (1-3 tahun) pusat kenikmatan terletak pada daerah anus yaitu melalui menahan dan mengeluarkan terutama pada saat buang air besar. Fase Phallic (3-5 tahun) dimana anak mulai memindahkan pusat kepauasan pada daerah kelamin, anak mulai tertarik perbedaan anatomi laki-laki dan perempuan serta pembentukan identitas seksual.

c. Dinamika Kepribadian

Insting merupakan representasi psikologis yang dibawa sejak lahir yang mengacu pada keinginan (*wish*) yang merupakan bagian dari kebutuhan (*need*).

d. Pribadi Sehat dan Bermasalah

Pribadi yang sehat adalah pribadi yang bisa mengontrol system id, ego dan superego, sedangkan pribadi yang tidak sehat adalah sebaliknya, pribadi yang tidak bisa mengontrol system id, ego dan superego.

e. Mekanisme Pertahanan Ego

Mekanisme pertahanan ego (*ego-defense mechanism*) memiliki dua karakteristik yaitu menyangkal realitas atau mengganti realitas (*distort rality*). Beberapa ego-defense yang umum digunakan oleh individu yaitu represi (*repression*) dan supresi (*suppression*), pembentukan reaksi (*reaction formation*), proyeksi (*projection*), rasionalisasi (*rationalization*), penempatan yang keliru (*displacement*), fiksasi

dan regresi, penyangkalan (*denial*), introyeksi (*introjections*) dan identifikasi.

4. Hakikat Konseling

Secara umum hakikat konseling adalah mengubah perilaku. Dalam pendekatan psikoanalisis hakikat konseling adalah agar individu mengetahui ego dan menempatkan ego pada tempat yang benar yaitu sebagai pihak mampu memilih secara rasional dan menjadi mediator antara id dan superego. Konseling dalam pandangan psikoanalisis adalah sebagai proses re-eduksi terhadap ego menjadi lebih realistik dan rasional.

5. Kondisi Pengubahan

a. Tujuan

Tujuan terapi psikoanalisis adalah membentuk kembali struktur karakter individual dengan jalan membuat kesadaran yang tidak disadari di dalam diri konseli, merekonstruksi, membahas, menganalisa, dan menafsirkan kembali pengalaman-pengalaman masa lampau yang terjadi.

b. Sikap, Peran dan Tugas Konselor

Peran utama konselor dalam konselin ini adalah membantu konseli dalam mencapai kesadaran diri, ketulusan hati, dan hubungan pribadi yang efektif dalam menghadapi kecemasan melalui cara-cara yang realistik, serta dalam rangka memperoleh kembali atas tingkah lakunya yang impulsive dan rasional.

c. Sikap, Peran dan Tugas Konseli

Klien harus bersedia terlibat dalam proses konseling secara intensif, dan melakukan asosiasi bebas dengan melakukan atau mengatakan segala sesuatu yang terlintas dalam pikirannya, karena produksi verbal konseli merupakan esensi dan kegiatan konseling psikoanalisis.

d. Situasi Hubungan

Dalam konseling psikoanalisis terdapat tiga bagian hubungan konselor dengan klien yaitu Aliansi (sikap konseli yang rasional dan tidak neurosis), Transferensi (proses pengalihan pengalaman kepada orang yang dipercayai), dan Kontratransferensi (pengembangan pandangan yang tidak selaras yang berasal dari konflik oleh konselor).

6. Mekanisme Perubahan

a. Tahap-Tahap Konseling

1) Tahap Pembukaan

Tahap pembukaan ini terjadi pada permulaan interview hingga masalah klien ditetapkan. Terdapat dua bagian pada tahap ini, yaitu (1) disepakati tentang struktur situasi analisis yang menyangkut tanggung jawab konselor dan klien; (2) bagian kedua dimulai dengan klien menyimpulkan posisinya, sementara konselor terus mempelajari dan memahami dinamika konflik-konflik ketidaksadaran yang dialami klien. Pada tahap ini klien menyatakan tentang dirinya dan konselor mengamati dan merekam untuk referensi tahap berikutnya

2) Pengembangan Transferensi

Perkembangan dan analisis transferensi merupakan inti dalam psikoanalisis. Pada fase ini perasaan klien mulai ditunjukkan kepada konselor, yang dianggap sebagai orang yang telah menguasainya di masa lalunya (significant figure person). Pada tahap ini konselor harus menjaga jangan sampai terjadi kontratransferensi, yaitu transferensi balik yang dilakukan konselor pada klien karena konselor memiliki perasaan-perasaan yang tidak terpecahkan. Kontratransferensi ini jangan sampai mengganggu

hubungan konseling dan bercampur dengan analisis transferensi klien.

3) Bekerja melalui transferensi

Tahap ini mencakup mendalami pemecahan dan pengertian klien sebagai orang yang terus melakukan transferensi. Tahap ini dapat tumpang tindih dengan tahap sebelumnya, hanya saja transferensi terus berlangsung, dan konselor berusaha memahami tentang dinamika kepribadian kliennya

4) Resolusi Transferensi

Tujuan pada tahap ini adalah memecahkan perilaku neurosis klien yang ditunjukkan kepada konselor sepanjang hubungan konseling. Konselor juga mulai mengembangkan hubungan yang dapat meningkatkan kemandirian pada klien dan menghindari adanya ketergantungan klien kepada konselornya.

Jika klien dan konselor berkeyakinan bahwa transferensi bekerja terus, konseling dapat diakhiri maka konselor dapat mengikuti transferensi itu untuk mengembangkan secara obyektif sehingga tercapai otonomi klien.

b. Teknik-Teknik Konseling

1) Asosiasi Bebas

Asosiasi bertujuan untuk meninggalkan cara berpikir yang biasa menyensor pikiran.

2) Analisis Mimpi

mengungkapkan tentang berbagai kejadian dalam mimpinya dan konselor berusaha untuk menganalisisnya.

3) Analisis Kepribadian (*Case Historis*)

Dinamika penyembuhan gangguan kepribadian dilakukan dengan melihat dinamika dari dorongan

libido terhadap ego dan bagaimana superego menahan dorongan tersebut.

4) Hipnotis

Hipnotis bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami faktor ketidaksadaran (*unconsciousness*) yang menjadi penyebab masalah.

5) Analisis Resistensi (*Analysis of Resistance*)

Resistensi berarti penolakan, analisis resistensi ditujukan untuk menyadarkan klien terhadap alasan-alasan terjadinya penolakannya (resistensi). Konselor meminta perhatian klien untuk menafsirkan resistensi

6) Analisis Transferensi (*Analysis of Transference*)

Transferensi adalah mengalihkan, bisa berupa perasaan dan harapan masa lalu. Dalam hal ini, klien diupayakan untuk menghidupkan kembali pengalaman dan konflik masa lalu terkait dengan cinta, seksualitas, kebencian, kecemasan yang oleh klien dibawa ke masa sekarang dan dilemparkan ke konselor. Biasanya klien bisa membenci atau mencintai konselor. Konselor menggunakan sifat-sifat netral, objektif, anonim, dan pasif agar bisa terungkap transferensi tersebut.

7) Interpretasi (*Interpretation*)

Mengungkap apa yang terkandung di balik apa yang dikatakan klien, baik dalam asosiasi bebas, mimpi, resistensi, dan transferensi klien. Konselor menetapkan, menjelaskan dan bahkan mengajar klien tentang makna perilaku yang termanifestasikan dalam mimpi, asosiasi bebas, resistensi dan transferensi.

7. Hasil-Hasil Penelitian

Hasil penelitian psikoanalisis di masa kini contohnya penelitian mengenai “pengaruh katarsis dalam menulis ekspresif sebagai intervensi depresi ringan pada mahasiswa”. Katarsis dalam asosiasi bebas menurut sudut pandang psikoanalisa merupakan ekspresi dan pelepasan emosi yang

ditekan. Pengalaman emosional yang menyakitkan dalam psikoterapi, biasanya melibatkan kesadaran pada materi sebelum ditekan.

8. Kelamahan dan Kelebihan

a. Kelebihan

- 1) Konselor bisa mengetahui masalah pada diri konseli, karena prosesnya dimulai dari mencari tahu pengalaman masa lalu konseli.
- 2) Mampu membantu konseli mengetahui masalah yang selama ini tidak disadarinya.
- 3) Menolong konseli mendapatkan pengertian yang terus menerus pada mekanisme penyesuaian diri mereka sendiri.
- 4) Membentuk kembali kepribadian konseli dengan jalan mengabaikan hal yang tidak disadari menjadi sadar kembali dengan menitik beratkan pada pemahaman dan pengenalan pengalaman masa anak, untuk ditata, didiskusikan, dianalisis, dan ditafsirkan sehingga kepribadian konseli bisa direkonstruksi kembali.
- 5) Meningkatkan kesadaran dan control ego terhadap impuls-impuls dan berbagai bentuk dorongan naluriah yang tidak rasional.

b. Kelemahan

- 1) Waktu yang dibutuhkan dalam terapi terlalu panjang.
- 2) Diperlukan konselor yang benar-benar terlatih untuk melakukan teknik psikoanalisis.
- 3) Pandangan yang terlalu deterministik di nilai terlalu merendahkan martabat manusia.
- 4) Terlalu menekankan pada libido, padahal tidak semua hal dapat dijelaskan dengan libido
- 5) Pengalaman masa kecil sangat menentukan atau berpengaruh terhadap kepribadian masa dewasa.

B. Pendekatan Eksistensial Humanistik

1. Definisi dan Sejarah Terapi Humanistik-Eksistensial

Istilah psikologi humanistik (*Humanistic Psychology*) diperkenalkan oleh sekelompok ahli psikologi yang pada awal tahun 1960-an bekerja sama di bawah kepemimpinan Abraham Maslow dalam mencari alternatif dari dua teori yang sangat berpengaruh atas pemikiran intelektual dalam psikologi. Kedua teori yang dimaksud adalah psikoanalisis dan behaviorisme. Maslow menyebut psikologi humanistik sebagai “kekuatan ketiga” (*a third force*).

Meskipun tokoh-tokoh psikologi humanistik memiliki pandangan yang berbeda-beda, tetapi mereka berpijak pada konsepsi fundamental yang sama mengenai manusia, yang berakar pada salah satu aliran filsafat modern, yaitu eksistensialisme. Eksistensialisme adalah hal yang mengadadalam dunia (*being-in-the-world*) dan menyadari penuh akan keberadaannya (Koeswara, 1986 : 113). Eksistensialisme menolak paham yang menempatkan manusia semata-mata sebagai hasil bawaan ataupun lingkungan. Sebaliknya, para filsuf eksistensial percaya bahwa setiap individu memiliki kebebasan untuk memilih tindakan, menentukan sendiri nasib atau wujud dari keberadaannya, serta bertanggung jawab atas pilihan dan keberadaannya, dalam hal ini “pilihan” menjadi evaluasi tertinggi dari tindakan yang akan diambil oleh seseorang.

Teori eksistensial-humanistik menekankan renungan filosofi tentang apa artinya menjadi manusia. Banyak para ahli psikologi yang berorientasi eksistensial, mengajukan argumen menentang pembatasan studi tingkah laku pada metode-metode yang digunakan oleh ilmu alam.

Terapi eksistensial berpijak pada premis bahwa manusia tidak bisa lari dari kebebasan dan bahwa kebebasan dan tanggung jawab berkaitan. Dalam penerapan-penerapan terapeutiknya eksistensial-humanistik memusatkan perhatian

pada filosofis yang melandasi terapi. Pendekatan atau teori eksistensial-humanistik menyajikan suatu landasan filosofis bagi orang berhubungan dengan sesama yang menjadi ciri khas, kebutuhan yang unik dan menjadi tujuan konselingnya, dan yang melalui implikasi-implikasi bagi usaha membantu dalam menghadapi pertanyaan-pertanyaan dasar yang menyangkut keberadaan manusia.

Pendekatan eksistensial-humanistik mengembalikan pribadi kepada fokus sentral, sentral memberikan gambaran tentang manusia pada tarafnya yang tertinggi. Ia menunjukkan bahwa manusia selalu ada dalam proses pemenuhan dan bahwa manusia secara sinambung mengaktualkan dan memenuhi potensinya. Pendekatan eksistensial secara tajam berfokus pada fakta-fakta utama keberadaan manusia—kesadaran diri dan kebebasan yang konsisten.

Pendekatan Eksistensial-humanistik berfokus pada diri manusia. Pendekatan ini mengutamakan suatu sikap yang menekankan pada pemahaman atas manusia. Pendekatan Eksistensial-Humanistik dalam konseling menggunakan sistem teknik-teknik yang bertujuan untuk mempengaruhi konseli. Pendekatan terapi eksistensial-humanistik bukan merupakan terapi tunggal, melainkan suatu pendekatan yang mencakup terapi-terapi yang berlainan yang kesemuanya berlandaskan konsep-konsep dan asumsi-asumsi tentang manusia.

2. Konsep Utama Terapi Humanistik-Eksistensial

a. Kesadaran Diri

Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri seorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kesadaran untuk memilih alternatif-alternatif yakni memutuskan secara bebas didalam kerangka pembatasnya

adalah suatu aspek yang esensial pada manusia. Kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab. Para ekstensialis menekan manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya.

b. Kebebasan, tanggung jawab, dan kecemasan

Kesadaran atas kebebasan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kecemasan ekstensial bisa diakibatkan atas keterbatasannya dan atas kemungkinan yang tak terhindarkan untuk mati (nonbeing). Kesadaran atas kematian memiliki arti penting bagi kehidupan individu sekarang, sebab kesasaran tersebut menghadapkan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensi-potensinya. Dosa ekstensial yang juga merupakan bagian kondisi manusia. Adalah akibat dari kegagalan individu untuk benar-benar menjadi sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

3. Penciptaan Makna

Manusia itu unik dalam arti bahwa ia berusaha untuk menentukan tujuan hidup dan menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan. Menjadi manusia juga berarti menghadapi kesendirian (manusia lahir sendirian dan mati sendirian pula). Walaupun pada hakikatnya sendirian, manusia memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan sesamanya dalam suatu cara yang bermakna, sebab manusia adalah makhluk rasional. Kegagalan dalam menciptakan hubungan yang bermakna bisa menimbulkan kondisi-kondisi isolasi dipersonalisasi, alineasi, keterasingan, dan kesepian. Manusia juga berusaha untuk mengaktualkan diri yakni mengungkapkan potensi-potensi manusiawinya. Sampai tarap tertentu, jika tidak mampu mengaktualkan diri, ia bisa menjadi "sakit".

4. Tujuan-tujuan Terapeutik

Terapi eksistensial bertujuan agar klien mengalami keberadaannya secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi-potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak atas kemampuannya.

5. Fungsi dan Peran Terapis dalam Terapi Humanistik-Eksistensial

Terapis dalam terapi humanistik eksistensial mempunyai tugas utama, yaitu berusaha untuk memahami klien sebagai sesuatu yang ada di dalam dunia ini. Dimana teknik yang digunakannya itu selalu mendahului suatu pemahaman yang mendalam terhadap kliennya. Prosedur yang digunakan bisa bervariasi, tidak hanya dari klien yang satu ke klien yang lainnya, tetapi juga dari satu ke lain fase terapi yang dijalani oleh klien yang sama.

6. Prosedur dan Teknik Terapi

Menurut Baldwin (1987), inti dari terapi ini adalah penggunaan pribadi terapi

a. Kapasitas Untuk Sadar Akan Dirinya : Implikasi Konseling.

Meningkatkan kesadaran diri, yang mencakup kesadaran akan adanya alternative, motivasi, factor yang mempengaruhi seseorang dan tujuan hidup pribadi, merupakan sasaran dari semua konseling. Adalah tugas terapis untuk menunjukkan kepada klien bahwa peningkatan kesadaran memerlukan imbalan.

b. Kebebasan dan Tanggung Jawab : Implikasi Konseling.

Terapis eksistensial terus-menerus mengarahkan fokus pada pertanggungjawaban klien atas situasi mereka. Mereka tidak membiarkan klien menyalahkan orang lain, menyalahkan kekuatan dari luar, ataupun menyalahkan bunda mengandug. Apabila klien tidak mau mengakui dan menerima pertanggungjawaban bahwa sebenarnya mereka sendirilah yang menciptakan situasi yang ada, maka sedikit

saja motivasi mereka untuk ikut terlibat dalam usaha perubahan.

Terapis membantu klien dalam menemukan betapa mereka telah menghindari kebebasan dan membangkitkan semangat mereka untuk belajar mengambil resiko dengan menggunakan kebebasan itu. Kalau tidak berbuat seperti itu berarti klien tak mampu berjalan dan secara neurotik menjadi tergantung pada terapis.

Terapis perlu mengajarkan klien bahwa secara eksplisit mereka menerima fakta bahwa mereka memiliki pilihan, meskipun mereka mungkin selama hidupnya selalu berusaha untuk menghindarinya.

c. Usaha Untuk Mendapatkan Identitas dan Bisa Berhubungan Dengan Orang Lain : Implikasi Konseling.

Bagian dari langkah terapeutik terdiri dari tugasnya untuk menantang klien mereka untuk mau memulai meneliti cara dimana mereka telah kehilangan sentuhan identitas mereka, terutama dengan jalan membiarkan orang lain memolakan hidup bagi mereka. Proses terapi itu sendiri sering menakutkan bagi klien manakala mereka melihat kenyataan bahwa mereka telah menyerahkan kebebasan mereka kepada orang lain dan bahwa dalam hubungan terapi mereka terpaksa menerima kembali. Dengan jalan menolak untuk memberikan penyelesaian atau jawaban yang mudah maka terapis memaksa klien berkonfrontasi dengan realitas yang hanya mereka sendiri yang harus bisa menemukan jawaban mereka sendiri.

d. Pencarian Makna : Implikasi Konseling.

Berhubungan dengan konsep ketidakbermaknaan adalah apa yang oleh pratis eksistensial disebut sebagai kesalahan eksistensial. Ini adalah kondisi yang tumbuh dari perasaan ketidaksempurnaan atau kesadaran akan kenyataan bahwa orang ternyata tidak menjadi siapa dia

seharusnya. Ini adalah kesadaran bahwa tindakan serta pilihan seseorang mengungkapkan kurang dari potensi sepenuhnya yang dimilikinya sebagai pribadi. Manakala orang mengabaikan potensi-potensi tertentu yang dimiliki, maka tentu ada perasaan kesalahan eksistensial ini. Beban kesalahan ini tidak dipandang sebagai neurotik, juga bukan sebagai gejala yang memerlukan penyembuhan. Yang dilakukan oleh terapis eksistensial adalah menggantinya untuk mengetahui apa yang bisa dipelajari klien tentang cara mereka menjalani kehidupan. Dan ini bisa digunakan untuk menantang kehadiran makna dan arah hidup.

e. Kecemasan Sebagai Kondisi Dalam Hidup : Implikasi Konseling.

Kecemasan merupakan materi dalam sesi terapi produktif. Kalau klien tidak mengalami kecemasan maka motivasi untuk mengalami perubahan menjadi rendah. Jadi, terapis yang berorientasi eksistensial dapat menolong klien mengenali bahwa belajar bagaimana bertenggang rasa dengan keragu-raguan dan ketidakpastian dan bagaimana caranya hidup tanpa ditopang bisa merupakan tahap yang perlu dialami dalam perjalanan dari hidup yang serba tergantung ke arah kehidupan sebagai manusia yang lebih autonom. Terapis dan klien dapat menggali kemungkinan yang ada, yaitu bahwa melepaskan diri dari pola yang tidak sehat dan membangun gaya hidup baru bisa disertai dari pola yang tidak sehat dan membangun gaya hidup baru bisa berkurang pada saat klien mengalami hal-hal yang lebih memuaskan dengan cara-cara hidup yang lebih baru. Manakala klien menjadi lebih percaya diri maka kecemasan mereka sebagai akibat dari ramalan-ramalan akan datangnya bencana akan menjadi berkurang.

f. Kesadaran Akan Maut dan Ketiadaan : Implikasi Konseling.

Latihan dapat memobilisasikan klien untuk secara sungguh-sungguh memantapkan waktu yang masih mereka miliki, dan ini bisa menggugah mereka untuk mau menerima kemungkinan bahwa mereka bisa menerima keberadaannya sebagai mayat hidup sebagai pengganti kehidupan yang lebih bermakna.

g. Tahap-tahap Pelaksanaan Terapi Humanistik Eksistensial

Pendekatan ini bisa menggunakan beberapa teknik dan konsep psikoanalitik dan juga bisa menggunakan teknik kognitif-behavioral. Metode ini berasal dari Gestalt dan analisis transaksional. Terdapat tiga tahap yang dapat dilakukan oleh terapis dalam terapi humanistik eksistensial, antara lain :

1) Tahap pendahuluan

Konselor membantu klien dalam mengidentifikasi dan mengklarifikasi asumsi mereka terhadap dunia. Klien diajak mendefinisikan cara pandang agar eksistensi mereka diterima. Konselor mengajarkan mereka bercemin pada eksistensial mereka dan meneliti peran mereka dalam hal penciptaan masalah dalam kehidupan mereka.

2) Tahap pertengahan

Klien didorong agar bersemangat untuk lebih dalam meneliti sumber dan otoritas dan sistem mereka. Semangat ini akan memberikan klien pemahaman baru dan restrukturisasi nilai dan sikap mereka untuk mencapai kehidupan yang lebih baik dan dianggap pantas.

3) Tahap akhir

Berfokus untuk bisa melaksanakan apa yang telah mereka pelajari tentang diri mereka. Klien didorong untuk mengaplikasikan nilai barunya dengan jalan yang kongkrit. Klien biasanya akan

menemukan kekuatan untuk menjalani eksistensi kehidupannya yang memiliki tujuan. Dalam perspektif eksistensial, teknik sendiri dipandang alat untuk membuat klien sadar akan pilihan mereka, serta bertanggungjawab atas penggunaan kebebasan pribadinya.

h. Kekurangan dan Kelebihan Terapi Humanistik-Ekstensial

1) Kelebihan

- a) Teknik ini dapat digunakan bagi klien yang mengalami kekurangan dalam perkembangan dan kepercayaan diri.
- b) Adanya kebebasan klien untuk mengambil keputusan sendiri
- c) Memanusiakan manusia
- d) Bersifat pembentukan kepribadian, hati nurani, perubahan sikap, analisis terhadap fenomena sosial.
- e) Pendekatan terapi eksistensial lebih cocok digunakan pada perkembangan klien seperti masalah karier, kegagalan dalam perkawinan, pengucilan dalam pergaulan ataupun masa transisi dalam perkembangan dari remaja menjadi dewasa

2) Kelemahan

- a) Dalam metodologi, bahasa dan konsepnya yang mistikal
- b) Dalam pelaksanaannya tidak memiliki teknik yang tegas
- c) Terlalu percaya pada kemampuan klien dalam mengatasi masalahnya (keputusan ditentukan oleh klien sendiri)
- d) Memakan waktu lama.

C. Konseling Behavioral

Manusia adalah makhluk reaktif yang tingkah lakunya dikontrol oleh faktor-faktor dari luar. Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi terhadap lingkungannya dan interaksi ini menghasilkan pola-pola perilaku yang kemudian membentuk kepribadian. Tingkah laku seseorang ditentukan oleh banyak dan macamnya penguatan yang diterima dalam situasi hidupnya. Tingkah laku dipelajari ketika individu berinteraksi dengan lingkungan melalui hukum-hukum belajar : (a) pembiasaan klasik; (b) pembiasaan operan; (c) peniruan. Tingkah laku tertentu pada individu dipengaruhi oleh kepuasan dan ketidak puasan yang diperolehnya.

Manusia bukanlah hasil dari dorongan tidak sadar melainkan merupakan hasil belajar, sehingga ia dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi pembentukan tingkah laku.

Karakteristik konseling behavioral adalah : (a) berfokus pada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (b) memerlukan kecermatan dalam ' perumusan tujuan konseling, (c) mengembangkan prosedur perlakuan spesifik sesuai dengan masalah klien, dan (d) penilaian yang obyektif terhadap tujuan konseling.

1. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

- a. Tingkah laku bermasalah adalah tingkah laku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau tingkah laku yang tidak tepat, yaitu tingkah laku yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan.
- b. Tingkah laku yang salah hakikatnya terbentuk dari cara belajar atau lingkungan yang salah.
- c. Manusia bermasalah itu mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya. Tingkah laku maladaptif terjadi juga karena kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat.

- d. Seluruh tingkah laku manusia didapat dengan cara belajar dan juga tingkah laku tersebut dapat diubah dengan menggunakan prinsip-prinsip belajar

2. Tujuan Konseling

Menghapus/menghilangkan tingkah laku maldaptif (masalah) untuk digantikan dengan tingkah laku baru yaitu tingkah laku adaptif yang diinginkan klien.

Tujuan yang sifatnya umum harus dijabarkan ke dalam perilaku yang spesifik : (a) diinginkan oleh klien; (b) konselor mampu dan bersedia membantu mencapai tujuan tersebut; (c) klien dapat mencapai tujuan tersebut; (d) dirumuskan secara spesifik.

Konselor dan klien bersama-sama (bekerja sama) menetapkan/merumuskan tujuan-tujuan khusus konseling.

3. Deskripsi Proses Konseling Behavioral

Proses konseling adalah proses belajar, konselor membantu terjadinya proses belajar tersebut.

a. Konselor aktif :

- 1) Merumuskan masalah yang dialami klien dan menetapkan apakah konselor dapat membantu pemecahannya atau tidak
- 2) Konselor memegang sebagian besar tanggung jawab atas kegiatan konseling, khususnya tentang teknik-teknik yang digunakan dalam konseling
- 3) Konselor mengontrol proses konseling dan bertanggung jawab atas hasil-hasilnya.

b. Deskripsi langkah-langkah konseling Behavioral :

- 1) *Assesment*, langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan klien (untuk mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahannya, pola hubungan interpersonal, tingkah laku penyesuaian, dan area masalahnya) Konselor mendorong klien untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya

pada waktu itu. Assesment diperlukan untuk mengidentifikasi metode atau teknik mana yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.

- 2) *Goal setting*, yaitu langkah untuk merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah assessment konselor dan klien menyusun dan merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling. Perumusan tujuan konseling dilakukan dengan tahapan sebagai berikut : (a) Konselor dan klien mendefinisikan masalah yang dihadapi klien; (b) Klien mengkhuskan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling; (c) Konselor dan klien mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan klien: (a) apakah merupakan tujuan yang benar-benar dimiliki dan diinginkan klien; (b) apakah tujuan itu realistis; (c) kemungkinan manfaatnya; dan (d) kemungkinan kerugiannya; (e) Konselor dan klien membuat keputusan apakah melanjutkan konseling dengan menetapkan teknik yang akan dilaksanakan, mempertimbangkan kembali tujuan yang akan dicapai, atau melakukan referral.
 - 3) *Technique implementation*, yaitu menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling.
 - 4) *Evaluation termination*, yaitu melakukan kegiatan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.
 - 5) *Feedback*, yaitu memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.
4. Teknik konseling behavioral didasarkan pada penghapusan respon yang telah dipelajari (yang membentuk tingkah laku

bermasalah) terhadap perangsang, dengan demikian respon-respon yang baru (sebagai tujuan konseling) akan dapat dibentuk.

Prinsip Kerja Teknik Konseling Behavioral:

- a. Memodifikasi tingkah laku melalui pemberian penguatan. Agar klien terdorong untuk merubah tingkah lakunya penguatan tersebut hendaknya mempunyai daya yang cukup kuat dan dilaksanakan secara sistematis dan nyata-nyata ditampilkan melalui tingkah laku klien.
 - b. Mengurangi frekuensi berlangsungnya tingkah laku yang tidak diinginkan.
 - c. Memberikan penguatan terhadap suatu respon yang akan mengakibatkan terhambatnya kemunculan tingkah laku yang tidak diinginkan.
 - d. Mengkondisikan perubahan tingkah laku melalui pemberian contoh atau model (film, tape recorder, atau contoh nyata langsung).
 - e. Merencanakan prosedur pemberian penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan dengan sistem kontrak. Penguatannya dapat berbentuk ganjaran yang berbentuk materi maupun keuntungan sosial.
5. Teknik-teknik Konseling Behavioral
- a. Latihan Asertif

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

- b. Desensitisasi Sistematis

Desensitisasi sistematis merupakan teknik konseling behavioral yang memfokuskan bantuan untuk menenangkan klien dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan klien untuk rileks. Esensi teknik ini adalah menghilangkan tingkah laku yang diperkuat secara negatif dan menyertakan respon yang berlawanan dengan tingkah laku yang akan dihilangkan. Dengan pengkondisian klasik respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Jadi desensitisasi sistematis hakikatnya merupakan teknik relaksi yang digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif biasanya merupakan kecemasan, dan ia menyertakan respon yang berlawanan dengan tingkah laku yang akan dihilangkan.

c. Pengkondisian Aversi

Teknik ini dapat digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Teknik ini dimaksudkan untuk meningkatkan kepekaan klien agar mengamati respon pada stimulus yang disenanginya dengan kebalikan stimulus tersebut.

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

d. Pembentukan Tingkah laku Model

Teknik ini dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku baru pada klien, dan memperkuat tingkah laku yang sudah terbentuk. Dalam hal ini konselor menunjukkan kepada klien tentang tingkah laku model, dapat menggunakan model audio, model fisik, model hidup atau lainnya yang teramati dan dipahami jenis tingkah laku yang hendak dicontoh. Tingkah laku yang berhasil dicontoh memperoleh ganjaran

dari konselor. Ganjaran dapat berupa pujian sebagai ganjaran sosial.

**BAB
V****KONSELOR
YANG PARIPURNA****A. Kompetensi Konselor**

Keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional dinyatakan sebagai salah satu kualifikasi pendidik, sejajar dengan kualifikasi guru, dosen, pamong belajar, tutor, widyaiswara, fasilitator, dan instruktur (UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 6). Kesejajaran posisi ini tidaklah berarti bahwa semua tenaga pendidik itu tanpa keunikan konteks tugas dan ekspektasi kinerja. Demikian juga konselor memiliki keunikan konteks tugas dan ekspektasi kinerja yang tidak persis sama dengan guru. Ini mengandung implikasi bahwa untuk masing-masing kualifikasi pendidik, termasuk konselor, perlu disusun standar kualifikasi

akademik dan kompetensi berdasar kepada konteks tugas dan ekspektasi kinerja masing-masing.

Dengan mempertimbangkan berbagai kenyataan serta pemikiran yang telah dikaji, bisa ditegaskan bahwa pelayanan ahli bimbingan dan konseling yang diampu oleh Konselor berada dalam konteks tugas “kawasan pelayanan yang bertujuan memandirikan individu dalam menavigasi perjalanan hidupnya melalui pengambilan keputusan tentang pendidikan termasuk yang terkait dengan keperluan untuk memilih, meraih serta mempertahankan karir untuk mewujudkan kehidupan yang produktif dan sejahtera, serta untuk menjadi warga masyarakat yang peduli kemaslahatan umum melalui pendidikan.

Kompetensi adalah sebuah kontinum perkembangan mulai dari proses kesadaran (*awareness*), akomodasi, dan tindakan nyata sebagai wujud kinerja. Sebagai suatu keutuhan, kompetensi konselor merujuk kepada penguasaan konsep, penghayatan dan perwujudan nilai, penampilan pribadi yang bersifat membantu, dan unjuk kerja profesional yang akuntabel. Kompetensi konselor mesti dibangun dari landasan filosofis tentang hakikat manusia dan kehidupannya sebagai makhluk Allah Yang Maha Kuasa, pribadi, dan warga negara yang ada dalam konteks kultur tertentu, jelasnya kultur Indonesia. Konselor adalah pendidik, karena itu konselor harus berkompeten sebagai pendidik. Konselor adalah seorang profesional, karena itu layanan bimbingan dan konseling harus diatur dan didasarkan kepada regulasi perilaku profesional, yaitu Kode Etik. Seorang konselor profesional perlu memiliki kesadaran etik karena di dalam memberikan layanan kepada siswa (manusia) maupun dalam kolaborasi dengan pihak lain akan selalu diperhadapkan kepada persoalan dan isu-isu etis dalam pengambilan keputusan untuk membantu individu.

Konselor bekerja dalam berbagai seting, dan itu menjadi kekhususan dari wilayah layanan bimbingan dan konseling. Keragaman seting pekerjaan konselor ini mengandung makna adanya pengetahuan, sikap, dan keterampilan bersama yang harus

dikuasai oleh konselor dalam seting manapun. Kompetensi ini disebut kompetensi utama minimal, sebagai kompetensi bersama (*common competencies*), yang harus dikuasai oleh konselor sekolah, perkawinan, karir, traumatik, rehabilitasi, dan kesehatan mental. Setiap seting bimbingan dan konseling menghendaki kompetensi khusus yang harus dikuasai konselor untuk dapat memberikan layanan dalam seting/wilayah khusus itu. Kompetensi ini disebut kompetensi inti atau kompetensi khusus (*core/specific competencies*).

Dalam kapasitasnya sebagai pendidik, konselor berperan dan berfungsi sebagai seorang pendidik psikologis (*psychological educator/psychoeducator*), dengan perangkat pengetahuan dan keterampilan psikologis yang dimilikinya untuk membantu individu mencapai tingkat perkembangan yang lebih tinggi. Peran ini merepresentasikan sebuah tantangan yang dapat memperkuat tujuan-tujuan keilmuan dan praktek profesional konselor sebagai layanan yang menunjukkan keunikan dan kebermaknaan tersendiri di dalam masyarakat. Sebagai seorang pendidik psikologis, konselor harus kompeten dalam hal:

1. Memahami kompleksitas interaksi individu-lingkungan dalam ragam konteks sosial budaya. Ini berarti seorang konselor harus mampu mengases, mengintervensi, dan mengevaluasi keterlibatan dinamis dari keluarga, lingkungan, sekolah, lembaga sosial dan masyarakat sebagai faktor yang berpengaruh terhadap keberfungsian individu di dalam sistem.
2. Menguasai ragam bentuk intervensi psikologis baik antar maupun intrapribadi dan lintas budaya. Kemampuan menguasai teknik-teknik tretmen tradisional yang terdiri atas konseling individual dan kelompok harus diperluas ke arah penguasaan teknik-teknik konsultasi, pelatihan, dan pengembangan organisasi.
3. Menguasai strategi dan teknik asesmen yang memungkinkan dapat difahaminya keberfungsian psikologis individu dan interaksinya di dalam lingkungan.

4. Memahami proses perkembangan manusia secara individual maupun secara sosial. Sebagai seorang profesional, konselor harus mampu mengkonseptualisasikan dan memfasilitasi proses pertumbuhan melalui pengembangan interaksi optimal antara individu dengan lingkungan. Konselor harus bergerak melintas dari konsep statik tentang “kecocokan individu-lingkungan” ke arah “alur individu-lingkungan”, yang menekankan kepada keterikatan pengayaan pertumbuhan antara individu dengan suatu lingkungan belajar. Implikasi dari pergeseran ini adalah bahwa asesmen tradisional yang menekankan kepada pemahaman intrapsikis, simptom dan sindrome, yang bersifat psikopatologis bukanlah sebagai prioritas utama. Prioritas tinggi terletak pada asesmen pengaruh lingkungan terhadap perilaku individu, pengalaman tersupervisi dalam hal layanan konsultasi, pelatihan, pengembangan organisasi, riset dalam keberfungsian keluarga, dan perkembangan life span, di samping konseling individual dan kelompok.
5. Memegang kokoh regulasi profesi yang terinternalisasi ke dalam kekuatan etik profesi yang mempribadi.
6. Memahami dan menguasai kaidah-kaidah dan praktek pendidikan .

Secara skematik landasan pemikiran di atas dituangkan ke dalam Bagan 1, Struktur Kompetensi Konselor. Kompetensi Utama Minimal yang harus dikuasai oleh Sarjana Bimbingan dan Konseling sebagai konselor. Kompetensi kependidikan tidak dirumuskan dalam rumusan ini, dan merujuk kepada kompetensi bersama yang harus dikuasai oleh para Sarjana Pendidikan.

1. Kompetensi

Kompetensi (*competence*) mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral yang harus dimiliki konselor untuk membantu klien. Kompetensi ini sangat penting bagi konselor,

karena klien datang pada konseling untuk belajar dan mengembangkan potensi yang dibutuhkan untuk mencapai hidup yang lebih efektif dan bahagia. Peranan seorang konselor ialah untuk mengajarkan semua kompetensi ini kepada klien. Oleh karena itu maka banyak kompetensi yang dimiliki konselor, makin besar kemungkinan konselor dapat membantu klien baik secara langsung maupun tidak langsung dalam memperoleh kompetensi hidup.

Hal yang membedakan hubungan persahabatan dengan hubungan konseling adalah pada kompetensi konselor. Konselor yang efektif memiliki kombinasi kompetensi pengetahuan akademik, kualitas kepribadian, dan keterampilan membantu.

Seorang konselor yang senantiasa berusaha menjadi lebih kompeten memiliki ciri – ciri : (a) secara berkelanjutan senantiasa berusaha meningkatkan pengetahuan tentang perilaku dan konseling antara lain melalui bacaan, menghindari konferensi atau seminar, mengikuti pelatihan, berdiskusi dengan rekan sejawat, (b) senantiasa mencari – mencari pengalaman – pengalaman hidup yang baru yang dapat membantunya meningkatkan kompetensi dan mempertajam keterampilannya, (c) senantiasa mencoba berbagai gagasan dan pendekatan dalam konseling, (d) senantiasa melakukan penilaian dalam setiap langkah konseling untuk mencapai keefektifan konseling. Peningkatan kompetensi konselor sering terhambat oleh adanya mitos bahwa tingkatan akademik dan jumlah pengalaman akan secara otomatis meningkatkan kualitas seorang menjadi konselor yang efektif.

Unjuk kerja konselor sangat dipengaruhi oleh kualitas penguasaan ke empat kompetensi tersebut yang dilandasi oleh sikap, nilai, dan kecenderungan pribadi yang mendukung. Kompetensi akademik dan profesional konselor secara terintegrasi membangun keutuhan kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional.

a. Kompetensi Pedagogik

Konselor rehabilitasi disyaratkan memiliki kompetensi pedagogik, sebab konseling rehabilitasi tidak bisa dilakukan dengan melepaskan diri dari ilmu-ilmu dan praktik pedagogik. Karena itu konselor rehabilitasi harus memiliki:

(1) penguasaan teori dan praktik pendidikan, seperti penguasaan (a) ilmu pendidikan dan landasan keilmuannya, (b) implementasi prinsip-prinsip pendidikan dan proses pembelajaran; serta (c) landasan budaya dalam praktik pendidikan. (2) Konselor rehabilitasi harus memahami kaidah-kaidah perkembangan fisiologis dan psikologis serta perilaku konseli disabiliti, terutama berkaitan dengan kaidah-kaidah: (a) perilaku manusia pada umumnya, (b) perkembangan fisik dan psikologis individu, (c) kepribadian, (d) individualitas dan perbedaan konseli, (e) keberbakatan, (f) kesehatan mental dan (g) pembelajaran bagi konseli disabiliti; (3) Konselor rehabilitasi harus menguasai esensi pelayanan konseling bagi konseli disabiliti dalam jalur, jenis, dan jenjang satuan pendidikan, baik pada satuan jalur pendidikan formal, nonformal dan informal maupun pada satuan jenjang pendidikan dasar, menengah dan pendidikan tinggi.

b. Kompetensi Kepribadian

Konselor adalah sosok yang harus mampu menampilkan diri sebagai pendidik, pengajar, penasihat, teman diskusi, bahkan menjadi lawan berdebat manakala konselinya menunjukkan kecenderungan berpikir yang irasional, tidak kongruen antara pikiran dan perbuatan bahkan mungkin saat konseli tidak menunjukkan sebagai individu yang memiliki komitmen dan bertanggung jawab.

Menteri Pendidikan Nasional, melalui Permendiknas nomor 27 tahun 2008 merinci kompetensi kepribadian yang harus dimiliki konselor, yaitu sebagai berikut: (1) Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, di dalamnya

terkandung: (a) menampilkan kepribadian yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, (b) konsisten dalam menjalankan kehidupan beragama dan toleran terhadap pemeluk agama lain, (c) berakhlak mulia dan berbudi pekerti luhur; (2) Menghargai dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, individualitas dan kebebasan, di dalamnya mengandung kemampuan konselor dalam: (a) mengaplikasikan pandangan positif dan dinamis tentang manusia sebagai makhluk spiritual, bermoral, sosial, individual, dan berpotensi, (b) menghargai dan mengembangkan potensi positif individu pada umumnya dan konseli pada khususnya, (c) peduli terhadap kemaslahatan manusia pada umumnya dan konseli pada khususnya, (d) menjunjung tinggi harkat dan martabat manusia sesuai dengan hak asasinya, (e) toleran terhadap permasalahan konseli, (f) bersikap demokratis;

(3) Menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat, yaitu dengan : (a) menampilkan kepribadian dan perilaku yang terpuji (seperti berwibawa, jujur, sabar, ramah, dan konsisten), (b) menampilkan emosi yang stabil, (c) peka, bersikap empati, serta menghormati keragaman dan perubahan, (d) menampilkan toleransi tinggi terhadap konseli yang menghadapi stres dan frustrasi; (4) menampilkan kinerja berkualitas tinggi, seperti: (a) menampilkan tindakan yang cerdas, kreatif, inovatif, dan produktif, (b) bersemangat, berdisiplin, dan mandiri, (c) berpenampilan menarik dan menyenangkan, serta (d) berkomunikasi secara efektif.

c. Kompetensi Sosial

Bagi seorang konselor rehabilitasi, kompetensi sosial tidak hanya merupakan dasar kemampuan untuk menjalin hubungan bantuan dengan klien, akan tetapi bagi semua komponen yang memiliki keterkaitan dengan pekerjaan rehabilitasi dan kepentingan klien, serta lingkungannya.

Artinya kompetensi sosial tidak hanya dibutuhkan untuk membangun hubungan bantuan dalam membuat rencana kehidupan klien, disabiliti tetapi diperlukan untuk mengembangkan jejaring dalam upaya meningkatkan efektivitas kinerjanya. Konselor yang memiliki kompetensi sosial dengan baik akan menunjukkan kemampuan: (1) kolaborasi intern di tempat bekerja, dengan (a) memahami dasar, tujuan, organisasi, dan peran pihak-pihak lain dalam konseling rehabilitasi; (b) mengkomunikasikan dasar, tujuan, dan kegiatan pelayanan konseling rehabilitasi kepada pihak-pihak lain, baik di tempat bekerja maupun kepada masyarakat luas; (c) bekerja sama dengan pihak-pihak terkait dalam pelaksanaan konseling rehabilitasi (seperti pendidik, orang tua, dokter, psikolog, rokhaniawan, masyarakat, organisasi komunitas disabiliti dan organisasi profesi lain);

(2) Berperan dalam organisasi dan kegiatan profesi bimbingan dan konseling. Dalam aspek ini konselor dituntut untuk: (a) memahami dasar, tujuan, anggaran dasar dan anggaran rumah atangga organisasi profesi bimbingan dan konseling untuk pengembangan diri dan profesi, (b) mentaati kode etik profesi bimbingan dan konseling, (c) aktif dalam organisasi profesi bimbingan dan konseling untuk pengembangan diri dan profesi; (3) berkolaborasi dengan profesi lain, yaitu dalam: (a) mengkomunikasikan aspek-aspek profesional bimbingan dan konseling kepada organisasi profesi lain, (b) memahami peran organisasi profesi lain dan memanfaatkannya untuk suksesnya pelayanan bimbingan dan konseling, (c) bekerja dalam tim bersama tenaga paraprofesional dan profesional profesi lain, dan (d) melaksanakan referal kepada ahli profesi lain sesuai dengan keperluan.

d. Kompetensi Profesional

Konseling rehabilitasi bukan hanya pekerjaan teknis yang memerlukan penguasaan teknik dan keterampilan

konseling, tetapi sebagai salah satu *frame work* bagi pengembangan pribadi individu baik konseli maupun konselor. Kuat tidaknya landasan filosofis yang memaknai manusia, landasan psikologis yang memberikan pemahaman terhadap keunikan manusia, landasan sosial budaya yang memberikan pemahaman tentang kultur, nilai dan moral individu dan kelompoknya, serta landasan religi yang memberikan pemahaman manusia tentang akidah serta nilai keagamaan yang dianutnya akan memberikan warna dan dampak yang sangat jelas dalam tujuan dan hasil konselingnya.

Kompetensi profesional meliputi pemahaman dan penghayatan mendalam seorang konselor rehabilitasi mengenai filsafat profesi atau kepakaran di bidang konseling rehabilitasi yang berkenaan dengan aspek religi, sosial budaya maupun aspek-aspek psikologisnya. Kompetensi ini hendaknya merupakan seperangkat perilaku nyata yang ditunjukkan oleh seorang konselor profesional dalam melaksanakan tugas atau pekerjaan profesional atau keahliannya. Sebab tinggi dan rendahnya kualitas profesional seorang konselor akan berdampak langsung terhadap tinggi dan rendahnya pengakuan masyarakat luas dan imbalan yang akan diterimanya. Dengan kata lain, seorang konselor profesional akan selalu menjaga kualitas kinerja dan nama baik pribadi dan profesinya (Suherman AS, 2006).

3. Kesehatan psikologis yang baik

Kesehatan psikologi yang baik akan mendasari pemahaman perilaku dan keterampilan dan pada gilirannya akan mengemabangkan satu daya yang positif dalam konseling. Karakteristik konselor yang memiliki kesehatan psikologis yang baik antara lain : (a) mencapai pemuasan kebutuhan seperti rasa aman, cinta memelihara, kekuatan, seksual, dan perhatian diluar hubungan konseling. (b) tidak membawa pengalaman masa lalu dan masalah pribadi di luar

konseling kedalam konseling.(c) menyadari titik penyimpangan dan kelemahan yang dapat membantu mengenal situasi yang terkait dengan masalahm (d) tidak hanya mencapai kelestarian hidup, tetapi mencapai kehidupan dalam kondisi yang baik.

salah satu kendala yang timbul adalah konselor membiarkan ketakutan dan ketidakpuasan atas kehidupan pribadinya menjadi satu komunitas samara dalam konseling.

4. *Trustworthiness* (Dapat Dipercaya)

Kualitas Ini berarti bahwa konselor itu tidak menjadi ancaman atau penyebab kecemasan bagi klien.Kualitas konselor yang dapat dipercaya sangat penting dalam konseling, karena beberapa alasan, yaitu sebagai berikut.

- a. Esensi tujuan konseling adalah mendorong klien untuk mengemukakan masalah dirinya yang paling dalam. Dalam hal ini, klien harus merasa bahwa konselor itu dapat memahami dan mau menerima curahan hatinya (curhatnya) dengan tanpa penolakan. Jika klien tidak memiliki rasa percaya ini, maka rasa frustrasi lah yang menjadi hasil konseling.
- b. Klien dalam konseling perlu mempercayai karakter dan motivasi konselor. Artinya klien percaya bahwa konselor mempunyai motivasi untuk membantunya.
- c. Apabila klien mendapat penerimaan dan kepercayaan dari konselor, maka akan berkembang dalam dirinya sikap percaya terhadap dirinya sendiri.

Konselor yang dipercaya cenderung memiliki kualitas sikap dan perilaku sebagai berikut.

- a. Memiliki pribadi yang konsisten
- b. Dapat dipercaya oleh orang lain, baik ucapannya maupun perbuatannya
- c. Tidak pernah membuat orang lain (klien) kecewa atau kesal

- d. Bertanggung jawab, mampu merespon orang lain secara utuh, tidak inkar janji, dan mau membantu secara penuh.

5. *Honesty* (Jujur)

Yang dimaksud jujur disini adalah bahwa konselor itu harus sejati dalam penampilannya, bersikap transparan (terbuka), autentik, dan asli (*genuine*). Sikap jujur ini penting dalam konseling, karena alasan-alasan berikut.

- a. Sikap keterbukaan memungkinkan konselor dan klien untuk menjalin hubungan psikologis yang lebih dekat satu sama lainnya di dalam proses konseling. Konselor yang menutup atau menyembunyikan bagian-bagian dirinya terhadap klien dapat menghalangi terjadinya relasi yang lebih dekat. Kedekatan hubungan psikologis sangat penting dalam konseling, sebab dapat menimbulkan hubungan yang langsung dan terbuka antara konselor dengan klien. Apabila terjadi ketertutupan dalam konseling dapat menyebabkan merintangi perkembangan klien.
- b. Kejujuran memungkinkan konselor dapat memberikan umpan balik secara objektif kepada klien. Konselor yang jujur memiliki karakteristik sebagai berikut.

- a. Bersikap kongruen, artinya sifat-sifat dirinya yang dipersepsi oleh dirinya sendiri (*real self*) sama sebangun dengan yang dipersepsi oleh orang lain (*public self*).
- b. Memiliki pemahaman yang jelas tentang makna kejujuran.

6. *Strength* (Kekuatan)

Kekuatan atau kemampuan konselor sangat penting dalam konseling, sebab dengan hal itu klien akan merasa aman. Klien memandang konselor sebagai orang yang (a) tabah dalam menghadapi masalah, (b) dapat mendorong klien

untuk mengatasi masalahnya, dan (c) dapat menanggulangi kebutuhan dan masalah pribadi.

Konselor yang memiliki kekuatan cenderung menampilkan kualitas sikap dan perilaku berikut.

- a. Dapat membuat batasan waktu yang pantas dalam konseling.
- b. Bersifat fleksibel
- c. Memiliki identitas diri yang jelas.

7. *Warmth* (Bersikap Hangat)

Yang dimaksud bersikap hangat itu adalah : ramah, penuh perhatian, dan memberikan kasih sayang. Klien yang datang meminta bantuan konselor, pada umumnya yang kurang mengalami kehangatan dalam hidupnya, sehingga dia kehilangan kemampuan untuk bersikap ramah, memberikan perhatian, dan kasih sayang. Melalui konseling, klien ingin mendapatkan rasa hangat tersebut dan melakukan “sharing” dengan konselor. Apabila hal itu diperoleh, maka klien dapat mengalami perasaan yang nyaman.

8. *Actives responsiveness*

Keterlibatan konselor dalam proses konseling bersifat dinamis, tidak pasif. Melalui respon yang aktif, konselor dapat mengkomunikasikan perhatian dirinya terhadap kebutuhan klien. Disini, konselor mengajukan pertanyaan yang tepat, memberikan umpan balik yang bermanfaat, memberikan informasi yang berguna, mengemukakan gagasan-gagasan baru, berdiskusi dengan klien tentang cara mengambil keputusan yang tepat, dan membagi tanggung jawab dengan klien dalam proses konseling.

9. *Patience* (Sabar)

Melalui kesabaran konselor dalam proses konseling dapat membantu klien untuk mengembangkan dirinya secara alami. Sikap sabar konselor menunjukkan lebih memperhatikan diri klien daripada hasilnya. Konselor yang

sabar cenderung menampilkan kualitas sikap dan perilaku sebagai berikut.

a. *Sensitivity* (kepekaan)

Kualitas ini berarti bahwa konselor menyadari tentang adanya dinamika psikologis yang tersembunyi atau sifat-sifat mudah tersinggung, baik pada diri klien maupun dirinya sendiri.

Klien yang datang untuk meminta bantuan konselor pada umumnya tidak menyadari masalah yang sebenarnya mereka hadapi. Bahkan ada yang tidak menyadari bahwa dirinya bermasalah. Pada diri mereka hanya nampak gejala-gejalanya (pseudo masalah), sementara yang sebenarnya tertutup oleh perilaku pertahanan dirinya. Konselor yang sensitif akan mampu mengungkap atau menganalisis apa masalah sebenarnya yang dihadapi klien. Konselor yang sensitif memiliki kualitas perilaku berikut.

- 1) Sensitif terhadap reaksi dirinya sendiri
- 2) Mengetahui kapan, dimana, dan berapa lama mengungkap masalah klien (probing)
- 3) Mengajukan pertanyaan tentang persepsi klien tentang masalah yang dihadapinya
- 4) Sensitif terhadap sifat-sifat mudah tersinggung dirinya.

b. *Holistic awareness* (Kesadaran Holistik)

Pendekatan holistik dalam konseling berarti bahwa konselor memahami klien secara utuh dan tidak mendekatinya secara serpihan. Namun begitu bukan berarti bahwa konselor sebagai seorang ahli dalam segala hal, disini menunjukkan bahwa konselor perlu memahami adanya berbagai dimensi yang menimbulkan masalah klien, dan memahami bagaimana dimensi yang satu memberi pengaruh terhadap dimensi yang lainnya. Dimensi-dimensi itu meliputi: fisik, intelektual, emosi, sosial, seksual, dan moral-spiritual.

Konselor yang memiliki kesadaran holistik cenderung menampilkan karakteristik sebagai berikut.

- 1) Menyadari secara akurat tentang dimensi-dimensi kepribadian yang kompleks
- 2) Menemukan cara memberikan konsultasi yang tepat dan mempertimbangkan tentang perlunya referral (rujukan)
- 3) Akrab dan terbuka terhadap berbagai teori.

2. Kearifan Sebagai Satu Kualitas Kepribadian Konselor

Dalam perkembangan terkini, disamping karakteristik sebagaimana telah dikemukakan, para pakar mengemukakan bahwa kearifan merupakan satu kualitas kepribadian konselor efektif. Beberapa tokoh yaitu Fred J. Hanna, Fred Bemak, dll. Hanna dan Otnes menyatakan bahwa kualitas manusia termasuk kearifan merupakan gambaran konselor efektif, sebagai lawan dari konselor yang kurang efektif. Pengertian kearifan itu sendiri, yaitu dapat didefinisikan sebagai suatu perangkat kognitif dan afektif tertentu yang secara langsung terkait pada pemilihan dan perkembangan keterampilan dan pemahaman hidup yang diperlukan untuk kehidupan yang baik, pemenuhan penyesuaian yang efektif, dan tilikan terhadap hakikat diri, orang lain, lingkungan dan interaksi antar pribadi. Baltes dan Smith (1990) mendefinisikan kearifan sebagai 'pengetahuan ahli' dalam 'paradigma hidup yang mendasar' dan melibatkan 'tilikan istimewa kedalam perkembangan manusia dan masalah – masalah hidup' sebagaimana halnya 'keistimewaan timbangan yang baik' dalam konteks perencanaan hidup, tinjauan hidup, dan manajemen hidup'. Arlin (1990) melaporkan bahwa penerapan kearifan dalam pemecahan masalah sebagai kecakapan untuk mengidentifikasi pemecahan masalah secara benar dalam kerangka yang sempurna, sehingga pemecahan masalah tidak memunculkan masalah yang lebih banyak.

Evaluasi secara sederhana bisa dirujuk dari pendapat surya(2003) bahwa kualitas profesionalisme dirujuk oleh lima unjuk kerja sebagai berikut :

- a. Keinginan untuk selalu menampilkan perilaku yang standar ideal berdasarkan criteria ini jelas bahwa konselor yang memiliki profesionalisme tinggi akan selalu berusaha mewujudkan dirinya sesuai dengan standar ideal. Ia akan mengidentifikasi dirinya kepada figure yang dipandang memliki standar ideal.
- b. Meningkatkan dan memelihara citra profesi. Profesionalisme yang tinggi ditunjukkan oleh besarnya keinginan untuk selalu meningkatkan dan memelihara citra profesi melalui perwujudan perilaku profesional. Perwujudan ini dilakukan melalui berbagai cara seperti penampilan, cara berbicara, penggunaan bahasa, postur, sikap hidup sehari – hari, hubungan antar pribadi dan sebagainya.
- c. Mengejar kualitas dan cita – cita dalam profesi. Profesionalitas yang tinggi ditunjukkan dengan adanya upaya untuk selalu mencapai kualitas dan cita – cita dalam profesi.

3. Tujuan layanan bimbingan ialah agar siswa dapat :

- a. Merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang.
- b. Mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimiliki peserta didik secara optimal.
- c. Menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat serta lingkungan kerjanya.
- d. Mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja.

Untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut, mereka harus mendapatkan kesempatan untuk :

- a. Mengetahui dan memahami potensi, kekuatan, dan tugas-tugas perkembangannya.

- b. Mengetahui dan memahami potensi atau peluang yang ada di lingkungannya,
- c. Mengetahui dan menentukan tujuan dan rencana hidupnya serta rencana pencapaian tujuan tersebut
- d. Memahami dan mengatasi kesulitan-kesulitan sendiri.
- e. Menggunakan kemampuannya untuk kepentingan dirinya, kepentingan lembaga tempat bekerja dan masyarakat.
- f. Menyesuaikan diri dengan keadaan dan tuntutan dari lingkungannya.
- g. Mengembangkan segala potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal.

Dalam mewujudkan pribadi utuh, BK peduli terhadap pengembangan kemampuan nalar yang motekar atau kreatif untuk hidup baik dan benar. Upaya bimbingan dalam merealisasikan fungsi-fungsi pendidikan seperti disebutkan terarah kepada upaya membantu individu, dengan kemotekaran nalarnya, untuk memperhalus (*refine*), menginternalisasi, memperbaharui dan mengintegrasikan sistem nilai ke dalam perilaku mandiri. Dalam upaya semacam itu, BK amat mungkin menggunakan berbagai metode dan teknik psikologis, untuk memahami dan memfasilitasi perkembangan individu, akan tetapi tidak berarti bahwa BK adalah psikologi terapan, karena BK tetap bersandar terarah perkembangan manusia sesuai hakikat eksistensialitasnya. BK tidak cukup bertopang pada kaidah psikologis melainkan harus mampu menangkap eksistensi manusia sebagai makhluk Allah Yang Maha Kuasa.

Perkembangan kemandirian terarah kepada penemuan makna diri dan dunia, dan pemaknaan itu akan beragam sesuai dengan denan persepsi manusia akan diri dan dunianya. Proses memaknai adalah proses selektif, ditentukan melalui proses memilih, dan karena itu bangu kehidupan setiap diri manusia akan berbeda. Dalam tataran pemaknaan yang lebih tinggi akan terjadi makna sinoptik atau trasendensi lingkungan, yang menggambarkan interaksi individu dengan dunianya tidak lagi

dalam interaksi subyek-obyek, melainkan merupakan hubungan antar subyektivitas, yakni proses dialog dalam diri.

Proses memilih adalah proses menimbang berbagai alterbatif, sebuah proses reaktif atau implusif. Kemandirian berkembang melalui pengembangan kemampuan berpikir, kreativitas, imajinasi, yang akan membawa manusia kepada pemahaman tentang perbedaan diri dengan lingkungan dan orang lain, dan keterpautan diri dengan lingkungan.

4. Moral Dan Konseling

Permasalahan moral dan etika dalam konseling berkaitan erat dengan pertanyaan tentang nilai. Salah satu kontribusi penting yang dibuat oleh para pendiri psikologi humanistik, seperti Maslow dan Rogers, adalah penekanan terhadap arti penting dari konsep nilai. Nilai dapat didefinisikan sebagai keyakinan kuat bahwa suatu kondisi akhir atau mode perbuatan adalah sesuatu yang bisa diterima. Rokeach (1973) membedakan antara nilai "instrumental" dan "terminal". Jenis nilai pertama merujuk kepada kondisi akhir yang diharapkan seperti kebijaksanaan, kenyamanan, keamanan, atau kebebasan. Nilai instrumental berkaitan dengan cara yang menjadikan tujuan ini dapat dicapai. Misalnya melalui kompetensi, kejujuran, atau ambisi. Rokeach (1973) berpendapat bahwa sebagian besar orang akan menyetujui nilai seperti "*ekuilitas*", dan cara terbaik untuk menguak sistem nilai personal yang memandu perilaku seseorang adalah dengan menanyakan nilai yang dipilihnya. Misalnya, seseorang bisa saja menilai ekuilitas lebih tinggi dibandingkan dengan kebebasan, sedangkan yang lain justru menempatkan kedua nilai ini dalam urutan yang berbeda. Karenanya, studi tentang nilai adalah studi yang kompleks. Walaupun demikian, beberapa studi telah menunjukkan bahwa nilai para konselor memengaruhi nilai yang dipegang oleh klien. Kecenderungan yang ditunjukkan dalam sebagian besar studi adalah adanya hubungan

antara nilai yang dipegang oleh klien dengan yang dimiliki oleh konselor (Kelly, 1989).

Bergin (1980) mengatakan bahwa dukungan psikologi terhadap keyakinan dan sikap ilmiah terkait dengan penolakan terhadap nilai religius. Dia memandang bahwa karena begitu banyak orang awam yang menganut pandangan religius yang kuat, ada bahaya bahwa terapi akan dipandang tidak relevan atau bahkan menghancurkan. Bergin (1980) melakukan analisis sistemik terhadap perbedaan yang disebutnya "teistik" dengan nilai sistem "klinikan-humanistik" (Tabel 15.1). Di samping itu, karyanya memungkinkan untuk melihat apakah ada perbedaan pandang yang radikal berkenaan dengan apa "yang benar" atau "yang baik". Konselor, yang dididik dalam institusi yang mungkin menyertakan nilai klinis-humanistik, dapat kehilangan terhadap nilai klien mereka. Ketidakseimbangan kekuasaan dalam situasi konseling memungkinkan klien untuk menilai ketidaksihinggaan nilai dan memutuskan untuk tidak kembali. Masalah perbedaan nilai menjadi sangat relevan dalam konseling multikultural atau ketika kliennya adalah seorang gay atau lesbian. Dan karena itu, banyak klien dari kelompok ini yang sengaja mencari konselor yang mereka tahu memiliki latar belakang dan nilai yang sama.

Dalam sebuah survei yang dilaksanakan di Amerika Serikat, Kelly (1995) menemukan bahwa, dibandingkan dengan seluruh populasi, konselor memiliki nilai yang tinggi dalam nilai kebaikan (perhatian terhadap kebahagiaan orang lain), pengarahannya diri, otonomi, dan ekspresi diri, tapi sangat rendah dalam kekuasaan (yang didefinisikan sebagai aspirasi terhadap status dan terhadap yang lain) dan tradisi (penerimaan dan penghargaan terhadap adat). Hampir 90% dari para konselor ini mengindikasikan orientasi religius atau spiritual. Terakhir, terdapat tingkatan yang lebih tinggi dari keterbukaan pikiran dan toleransi keyakinan dan pilihan seksual orang lain dan ini mengindikasikan bahwa konselor dapat dengan baik memisahkan antara pribadinya dengan nilai yang dianut oleh klien. Ada konsensus tingkat tinggi

di kalangan para konselor yang menjawab kuesioner ini. Ini bisa saja mengindikasikan eksistensi profil nilai "clinical-humanistic" tertentu, sebagaimana dikatakan oleh Bergin (1980), atau mungkin merupakan hasil dari kebijakan politik yang mengarah kepada serangkaian jawaban terhadap pilihan "yang benar". Walaupun demikian, pola nilai 'clinical-humanistic' yang ditemukan oleh Kelly (1995) mencakup dimensi religius yang kuat, walaupun bagi banyak konselor dimensi ini diekspresikan melalui nilai spiritual ketimbang melalui ketaatan religius konvensional. Temuan bahwa konselor tidak berorientasi kekuasaan, dan mempertanyakan tradisi, bahwa konseling merepresentasikan serangkaian nilai moral yang pada tingkatan tertentu di luar aliran utama masyarakat kapitalis Barat. Ini juga menunjukkan adanya keyakinan kepada konsep yang menyatakan bahwa salah satu efek dari konseling dan psikoterapi adalah mensosialisasikan klien ke dalam serangkaian nilai ini.

Tabel 15.1 Perbandingan Sistem Nilai Religius dan Terapeutik

Religius/Theistik	Klinikal-Humanistik
Tuhan adalah sang Maha, kepasrahan dan kepatuhan otonomi dan kepada keinginan Tuhan merupakan kebaikan	Manusia adalah lebih utama, otonomi dan penolakan terhadap otoritas adalah kebajikan
Hubungan dengan Tuhan menentukan martabat diri	Hubungan dengan orang lain menentukan martabat diri
Moral yang kaku; etika yang universal	Moralitas yang fleksibel, etika situasional
Pelayanan dan pengorbanan diri adalah sentral bagi perkembangan pribadi	Kepuasan diri adalah penting bagi perkembangan pribadi

Memaafkan orang lain yang pernah mengganggu akan memulihkan kesehatan jiwa	Penerimaan dan ekspresi bersalah sudah cukup
Makna dan tujuan berasal dari pandangan	Makna dan tujuan berasal dari akal dan intelek.

5. Etika dan Pemikiran Moral

Sebagai bentuk tanggapa terhadap pertanyaan moral dan etika yang muncul dari kerja mereka, konselor dapat merujuk kepada beragam level kebijakan atau pengetahuan moral. Kitchener (1984) mengidentifikasi empat level pemikiran moral berbeda yang dijadikan sandara oleh konselor: intuisi personal, panduan etik yang dibakukan oleh organisasi profesi, prinsip etik, dan teori umum tindakan moral.

1. Intuisi Personal

Biasanya orang-orang memiliki perasaan berkenaan dengan apa yang dirasa benar pada setiap situasi. Karena hal tersebut lebih bersifat implisit ketimbang eksplisit, lebih *taken for granted* ketimbang diformulasikan secara sistemik, respons moral atau etika personal ini paling tepat dipahami secara intuitif. Seringkali, dan khususnya, sepanjang sesi konseling yang sebenarnya, konselor bersandar kepada penilaian moral intuitifnya tentang "apa yang dirasa benar" ketimbang kepada panduan eksplisit lainnya. Akan tetapi, terdapat sejumlah keterbatasan atau batasan yang terkandung dalam tindakan menyadarkan diri hanya kepada cara merespons pilihan moral seperti ini. Kesulitan yang pertama adalah jenis respons intuitif ini terakumulasikan--paling tidak secara parsial--melalui pengalaman, dan awalnya konselor mungkin harus memiliki cara lain untuk menghadapi isu moral; misalnya, dengan merujuk kepada kode etik profesional atau pengawasan. Bahkan bagi konselor yang sudah berpengalaman, masih terdapat perasaan bahwa intuisi personal mereka belum sempurna, khususnya dalam situasi yang tidak biasa atau yang

belum pernah ditemui. Kesulitan lain muncul ketika keyakinan atau pilihan moral personal klien di luar pengalaman personal sang konselor; misalnya, konselor Non Muslim yang Menangani klien Muslim. Akhirnya, harus disadari bahwa intuisi personal dapat mengarah kepada tindakan yang tidak etis atau tidak bermoral sebagaimana dapat pula mengarah kepada perilaku yang diharapkan. Konselor yang menjalankan praktik pribadi misalnya, mungkin akan meyakinkan dirinya sendiri bahwa seorang klien yang membayar lebih banyak akan mendapatkan manfaat dari sepuluh sesi terapi lainnya.

Terlepas dari keterbatasan pola pikir intuitif personal, keberadaannya dalam diri konselor merupakan hal yang sangat esensial. Pelatih atau tutor yang menilai calon untuk pelatihan konselor berharap bahwa orang-orang yang mereka pilih adalah orang yang dapat dipercaya, yang telah mengembangkan pandangan moral yang kuat untuk diri mereka sendiri dan mampu menghormati batasan yang ada. Konseling adalah pekerjaan yang sulit dimonitor secara eksternal, dan karena itu sangat tergantung kepada kualitas moral seseorang.

2. Kode Etik yang Dikembangkan oleh Organisasi Profesi.

Pengaturan konseling oleh badan profesi di sebagian besar negara semakin meningkat. Salah satu fungsi organisasi profesional seperti British Association for Counselling and Psychotherapy atau British Psychological Society adalah untuk menegaskan standar etika praktik. Untuk mencapai tujuan ini, kedua badan tersebut telah mengeluarkan kode etik bagi praktisi, disertai dengan prosedur dalam menghadapi keluhan berkenaan dengan perilaku yang tidak etis. Di Amerika Serikat, kode etik dipublikasikan oleh American Psychiatric Association, American Psychological Association, American Association for Marital and Family Therapy, dan American Association for Counseling and Development. Semua konselor yang terlatih dan kompeten yang sekarang melakukan praktik harus mampu menunjukkan kode etik tertentu kepada kliennya. Sampai tahun 2001, British Association

for Counselling and Psychotherapy (BACP) menjalankan *Code of Ethics and Practice for Counsellors*, yang mencakup karakteristik konseling, tanggung jawab, kompetensi, manajemen kerja, kerahasiaan, dan iklan. BACP mengganti kode etik ini dengan *Ethical Framework for Good Practice in Counselling and Psychotherapy* (2001), yang memberikan penekanan lebih besar kepada moralitas dan nilai positif.

Walaupun berbagai kode etik ini tidak diragukan lagi sangat membantu dalam menyatakan kesatuan pandangan terhadap berbagai dilema etik dalam konseling, namun masih ada ambiguitas di sana. Tabel 15.2 mempresentasikan pernyataan soal kerahasiaan yang diambil dari kode etik BAC/BACP dan AACD. Sangat jelas, bahwa tiap kode menekankan (dan mengecualikan) serangkaian isu yang berbeda. Ini menunjukkan betapa sulitnya memformulasikan kode etik yang dapat mencakup *semua* aspek

Penting untuk dicatat bahwa kode etik ini dikembangkan bukan hanya untuk melindungi klien dari pelecehan atau malpraktik yang dilakukan konselor, tetapi juga untuk melindungi profesi konseling dari campur tangan pemerintah dan menguatkan klaimnya untuk mengontrol bidang kepakaran profesional tertentu. Komite kode etik klaimnya untuk mengontrol bidang kepakaran profesional tertentu. Komite kode etik dan kode praktik berfungsi menunjukkan kepada dunia luar bahwa konseling berjalan sesuai aturan, bahwa konselor dapat diandalkan untuk memberikan pelayanan profesional.

3. Prinsip Etik

Pada saat di mana baik intuisi personal atau kode etik tidak dapat memberikan solusi terhadap isu moral atau etika, konselor harus membuat referensi kepada prinsip filosofis atau etika yang lebih umum. Ini adalah ide atau peringatan moral umum yang mendasari dan menginformasikan kode personal dan profesi. Kitchener (1984) telah mengidentifikasi lima prinsip moral yang bekerja melalui sebagian besar pemikiran tentang isu etik: otonomi, non-maleficence, kebaikan, keadilan, dan loyalitas.

Salah satu prinsip moral fundamental dalam kultur kita adalah *otonomi individual*. Seseorang dipahami memiliki hal untuk bebas bertindak dan memilih, selama dalam usahanya mencapai kebebasan ini tidak mengahalangi kebebasan orang lain. Konsep keotonomian seseorang adalah kondisi ideal yang tidak jelas tidak akan dapat dicapai oleh banyak masyarakat dimana kontrol dan pemaksaan kehendak adalah sesuatu yang biasa terjadi. Di samping itu, dalam masyarakat di mana konseling dan psikoterapi telah terbentuk, biasanya kebebasan dan hal individual ditempatkan dalam undang-undang. Konsep otonomi ini sangat penting dalam konseling sehingga banyak konselor yang menilai konseling tidak akan terjadi kecuali apabila klien memilih dengan sukarela untuk berpartisipasi. Implikasi konsep otonomi terhadap konseling terdapat dalam pemberian izin berdasarkan informasi yang cukup (*informed consent*) bahwa adalah tidak etis untuk memulai konseling, atau melakukan intervensi konseling tertentu, kecuali klien tersebut sadar apa yang sedang terjadi dan memberikan izin untuk melanjutkannya. Walaupun memang dikehendaki secara moral untuk bertindak seakan klien adalah individu otonom yang memiliki kebebasan berpikir dan bertindak, ada banyak situasi konseling di mana konsep otonomi adalah sesuatu yang problematik. Dari perspektif teoritis, konselor yang bekerja dengan sudut pandang psikoanalitik atau behavioris radikal akan mempertanyakan kemungkinan otonomi individu, dengan berpendapat bahwa dalam sebagian besar waktu yang ada perilaku seseorang dikontrol oleh kekuatan internal atau eksternal yang kuat. Konselor yang dipengaruhi oleh perspektif feminis atau keluarga akan berpendapat bahwa dalam banyak kasus, otonomi bukanlah sesuatu yang ideal, dan sangat sering klien harus bergerak ke arah keterhungungan atau interdependensi yang lebih besar.

Kebebasan memilih dan bertindak klien juga dibatasi oleh beragam kondisi praktis. Sebagai contoh, beberapa orang akan beranggapan bahwa seorang anak kecil *capable* dalam memberikan

izin penuh berkenaan dengan tawaran bantuan konseling, namun akan sulit untuk memutuskan pada usia berapa anak tersebut dapat memberikan izin itu. Bahkan dengan klien dewasa, akan sulit untuk menjelaskan apa yang terlibat dalam konseling yang merupakan aktivitas inti pembelajaran pengalaman pertama. Lebih jauh lagi, batasan otonomi klien akan tercapai, paling tidak bagi sebagian konselor, ketika klien "sakit mental", melakukan usaha bunuh diri atau tindakan berbahaya bagi orang lain. Dalam situasi ini, konselor mungkin akan memilih untuk membuat keputusan mengatasnamakan klien.

Non-maleficence merujuk instruksi kepada semua para penolong atau penyembuh bahwa mereka "tidak boleh menyakiti". Keuntungannya merujuk kepada perintah untuk mengedepankan kesejahteraan manusia. Kedua ide ini muncul dalam penekanan kode praktik yang mengharuskan konselor untuk yakin bahwa memonitor dan mempertahankan kompetensi mereka melalui supervisi, konsultasi, dan pelatihan, dan mereka harus bekerja hanya dalam batasan kompetensi mereka.

Salah satu area di mana prinsip *non-maleficence* muncul adalah pada bidang teknik terapi yang beresiko dan berbahaya. Biasanya, klien merasa tidak nyaman karena gelisah atau putus asa sepanjang sesi konseling. Mereka bertanya-tanya apakah sesi konseling itu akan membawa manfaat atau tidak. Akan tetapi, pada titik apa ketidaknyamanan ini dapat menjadikan intervensi tersebut tidak etis? Beberapa pendekatan konseling menyarankan agar klien didorong untuk mengambil risiko dalam menjalankan bentuk perilaku baru. Prinsip otonomi menyatakan bahwa apabila klien memberikan izin berdasarkan informasi yang cukup, maka dia bertanggung jawab terhadap konsekuensi yang dihasilkan oleh intervensi tersebut. Akan tetapi, dalam praktik, akan sulit secara eksplisit untuk menyetujui setiap tahap dalam proses konseling. Studi riset juga cenderung fokus bekerja (berhasil) ketimbang yang tidak bekerja (gagal), dan jarang sekali memberikan perhatian terhadap prosedur yang salah.

Dilema moral berkenaan dengan ini sering kali dipecahkan dengan melihat kembali ide utilitarian. Filsuf John Stuart Mill mendefinisikan perilaku etis sebagai perilaku yang membawa *the greatest good for the greatest numbe*. Pertanyaan, miasalnya, apakah etis menunjukkan klien yang gelisah secara sosial kepada konseling akan bergantung kepada manfaat konseling tersebut lebih besar ketimbang biaya dan risiko yang dikeluarkan.

Prinsip *keadilan* sangat memerhatikan keadilan distribusi sumber daya dan pelayanan, berdasarkan asumsi bahwa semua orang sama kecuali ada pengecualian rasional untuk memperlakukan mereka secara berbeda. Dalam bidang konseling, prinsip keadilan memiliki relevansi khusus dengan pertanyaan tentang akses kepada pelayanan. Kitchener (1984: 50) menunjukkan betapa pentingnya keadilan bagi konseling ketika menulis :

Psikolog harus memiliki komitmen berlaku adil yang melampaui komitmen yang dibuat oleh orang-orang biasa. Ketika kita sepakat untuk mengutamakan harga diri dan kehormatan tiap individu, maka kita diminta untuk memerhatikan ekuilitas penanganan terhadap semua individu.

Poinnya di sini adalah, tidak diragukan lagi bahwa kondisi saling percaya dan saling menghormati yang merupakan fondasi hubungan konselor-klien mudah dihancurkan oleh perilaku yang diskriminatif.

Prinsip kesetiaan/fidelitas berkaitan dengan eksistensi loyalitas, reliabilitas, ketergantungan dan tindakan penuh keyakinan. Berbohong, menipu, dan mengeksploitasi merupakan contoh dari pelanggaran utama *kesetiaan*. Aturan kerahasiaan dalam konseling juga merefleksikan nilai penting fidelitas. Salah satu aspek konseling yang sangat berkaitan dengan kesetiaan adalah melaksanakan kontrak. Situasi di mana penyelesaian kontrak tidak dimungkinkan, karena sakit, perubahan pekerjaan atau faktor konselor lainnya. Harus diselesaikan dengan kepekaan tinggi untuk mencegah pelanggaran lainnya.

4. Panduan Kerahasiaan dari Tiga Kode Etik

British Association for Counselling (1984)

- a. Konselor akan memperlakukan informasi pribadi klien dengan penuh kerahasiaan, baik itu yang didapat secara langsung maupun tidak langsung melalui penyimpulan. Termasuk dalam informasi tersebut adalah nama, alamat, riwayat hidup, dan deskripsi lain kehidupan dan kondisi klien yang dapat menghasilkan identifikasi klien.
- b. Maksud kalimat "Memperlakukan dengan penuh kerahasiaan" adalah tidak mengungkapkan informasi yang disebutkan diatas kepada orang lain atau melalui medium publik apapun, kecuali kepada pihak yang mewajibkan konselor memberikan laporan pertanggungjawaban atas kerjanya (dalam kasus mereka yang bekerja dalam 'setting' agensi atau organisasi) atau kepada mereka yang menjadi tempat konselor menyadari dukungan dan pengawasan.
- c. Terlepas dari poin di atas, apabila konselor yakin bahwa klien dapat membahayakan orang lain, mereka akan memberitahukan kepada klien bahwa mereka dapat membatalkan kerahasiaan tersebut dan mengambil tindakan yang sesuai untuk memperingatkan seseorang atau pihak yang berwenang.
- d. Informasi tentang klien tertentu hanya dapat digunakan untuk dipublikasikan dalam jurnal yang tepat atau sesuai dengan izin klien dan dengan tidak menyebutkan nama tertentu.
- e. Diskusi konselor berkenaan dengan klien tertentu dengan kolega profesionalnya harus memiliki tujuan dan tidak sekedar berbincang-bincang.

British Association for Counselling and Psychotherapy (2001)

- a. Praktik konseling bergantung pada kepercayaan klien yang didapatkan dan dihargai. Menjaga kepercayaan mensyaratkan:

- 1) memerhatikan kualitas aktivitas mendengarkan dan penghargaan yang ditawarkan kepada klien,
 - 2) cara berkomunikasi yang sopan dan jelas serta tepat secara kultural.
 - 3) menghormati privasi dan harga diri
 - 4) sangat memerhatikan izin dan kerahasiaan klien.
- b. Situasi di mana klien menghadirkan resiko yang membahayakan mereka sendiri atau orang lain merupakan situasi yang sangat menantang bagi praktisi. Terdapat beberapa situasi di mana praktisi harus waspada pada kemungkinan konflik pertanggungjawaban antara yang berkenaan dengan klien mereka, dan orang lain yang mungkin akan sangat terpengaruh, dan masyarakat secara umum. Tanggung jawab memecahkan konflik menuntut perhatian terhadap konteks di mana pelayanan tersebut diberikan. Dalam setiap kasus, tujuannya harus meyakinkan klien kualitas perhatian yang baik, yang memberikan penghargaan terhadap kemampuan klien menentukan sendiri ketika situasi mengizinkan.
- c. Menghargai kerahasiaan klien merupakan persyaratan mendasar untuk menjaga kepercayaan. Manajemen kerahasiaan yang profesional memberikan perhatian kepada perlindungan terhadap pengidentifikasian personal dan informasi sensitif dari penyikapan tanpa izin. Penyikapan dapat dilakukan dengan izin klien atau hukum. Tiap penyingkapan harus dilaksanakan dengan cara yang memberikan perlindungan terbaik terhadap kepercayaan klien. Praktisi harus berusaha menjadi *accountable* bagi klien dan profesi mereka berkenaan dengan manajemen kerahasiaan secara umum dan secara khususnya bagi tiap penyingkapan yang dilakukan tanpa izin klien
- d. Harus ada izin dari klien apabila mereka akan diamati, direkam, atau apabila penyingkapan pengidentifikasian personal mereka digunakan untuk tujuan latihan.

American Association for Counseling and Development (1988)

- a. Anggota menyediakan dukungan untuk mempertahankan kerahasiaan tersebut dalam tempat penyimpanan dan membuang rekaman serta mengikuti kebijakan yang telah ada berkenaan dengan penggunaan rekaman dan pelenyapannya. Karena itu, hubungan konseling dan informasi yang dihasilkannya harus tetap rahasia, konsisten dengan kewajiban anggota sebagai seorang profesional. Dalam situasi konseling kelompok, konselor harus menetapkan norma kerahasiaan yang berkaitan dengan pengungkapan terhadap anggota kelompok tersebut. Apabila seorang telah menjalin hubungan konseling dengan profesional lain, anggota tidak dipernankan menjalin hubungan konseling tanpa menghubungi dan menerima persetujuan dari orang tersebut.
- b. Apabila anggota asosiasi mendapatkan klien berada dalam hubungan konseling lain setelah hubungan konseling (dengan dirinya) dimulai, anggota harus mendapatkan izin dari profesional tersebut atau mengakhiri hubungan konseling, kecuali jika klien memilih untuk mengakhiri hubungan konseling lain tersebut.
- c. Ketika kondisi klien mengidentifikasi dengan jelas bahaya besar terhadap klien atau orang lain, anggota asosiasi harus mengambil tindakan personal yang rasional atau menginformasikan pihak yang berwenang. Konsultasi dengan profesional lain harus dilakukan jika memungkinkan. Asumsi tanggung jawab terhadap perilaku klien hanya dapat diambil setelah pertimbangan yang dalan. Klien harus dilibatkan untuk bertanggung jawab secepat mungkin.
- d. Rekaman hubungan konseling termasuk catatan wawancara, data tes, korespondensi, rekaman kaset, penyimpanan data elektronik, dan dokumen lain harus

dianggap sebagai informasi profesional dengan peruntukan penggunaan dalam konseling dan mereka tidak dapat dianggap sebagaibagian dari rekaman intitusi atau agensi yang mempekerjakan konselor kecuali ditetapkan oleh hukum atau aturan negara. Pengungkapan materi konseling lain hanya diperkenankan berdasarkan pernyataan langsung dari klien.

- e. Dari sudut pandang luasnya penyimpangan data dan kapasitas pemrosesan komputer, anggota asosiasi harus menyakinkan bahwa data yang ada dalam komputer : (a) terbatas pada informasi yang sesuai dan dibutuhkan untuk pelayanan yang diberikan; (b) dihancurkan apabila informasi tersebut sudah tidak lagi bernilai bagi pelayanan yang diberikan; dan (c) aksesnya terbatas kepada anggota staf yang mendukung pelayanan tersebut dengan menggunakan metode keamanan komputer terbaik yang tersedia pada saat itu.

Penggunaan data yang bersumber dari hubungan konseling untuk tujuan pendidikan konselor atau riset harus dibatasi pada materi yang dapat disamarkan untuk memastikan perlindungan penuh terhadap identitas klien yang menjadi subjek.

Pembahasan prinsip moral otonomi, *non-maleficence*, keadilan, dan kesetiaan telah menghadirkan beberapa gambaran fakta bahwa ketika ide-ide moral ini akan selalu relevan, semua ide tersebut mungkin saja saling bertentangan dalam situasi tertentu. Merujuk terminologi hukum, Beauchamp dan Childress (1979) berpendapat bahwa semua prinsip tersebut harus dianggap sebagai sekumpulan *prima facie* (diterima sebagai sesuatu yang benar hingga terbukti sebaliknya). Dengan kata lain, mereka harus patuh kecuali ide-ide tersebut bertentangan dengan prinsip lain atau kondisi darurat. Tetapi, ketika disana ada konflik atau ketika kondisi khusus tersebut terjadi, apa yang harus dilakukan ?

4. Teori Moral Umum

Kitchener (1984) mengulas beberapa teori umum filsafat moral yang dapat dijadikan patokan untuk memecahkan dilema etika yang kompleks. Aplikasi pendekatan utilitarian akan mempertimbangkan keputusan etis berdasarkan biaya dan keuntungan bagi setiap partisipan dalam suatu peristiwa: misalnya, klien, keluarga, orang lain yang terlibat, dan konselor sendiri. Pendekatan inti lainnya bersumber dari karya Kant, yang berpendapat bahwa keputusan etik seharusnya bisa diuniversalkan. Dengan kata lain, apabila terdapat hak untuk melanggar kerahasiaan dalam kasus ini, pasti akan ada hak untuk melakukan hal tersebut dalam semua kasus yang sama di masa yang akan datang.

Pendekatan praktis aplikasi prinsip universalitas Kant untuk memecahkan masalah etis dalam konseling telah dilakukan oleh Stadler (1986). Dia menyatakan bahwa setiap keputusan etis harus tunduk pada tes universalitas, publisitas, dan keadilan. Para pembuat keputusan harus merujuk pada pernyataan berikut ini:

- a. Apakah saya akan merekomendasikan tindakan serupa kepada orang lain yang berada dalam kondisi yang sama? Apakah saya dapat menerima tindakan yang serupa yang dilakukan oleh orang lain? (**Universalitas**)
- b. Apakah saya akan menceritakan apa yang akan saya lakukan kepada konselor lain? apakah saya mengharapkan tindakan dan alasan yang melatarbelakanginya dipublikasikan di halaman depan koran lokal atau dilaporkan pada berita sore di televisi? (**Publisitas**)
- c. Apakah saya akan menangani klien lain dalam situasi yang sama dengan cara yang berbeda? Apakah jika orang ini dikenal sebagai pemimpin politik maka saya akan menanganinya dengan cara yang berbeda? (**Keadilan**)

Posisi alternatif yang dikembangkan dalam filosofi moral menyatakan bahwa mustahil mengidentifikasi kriteria atau prinsip moral abstrak yang menjadi landasan setiap tindakan. Misalnya,

dalam perbedaan seputar aborsi, sebagian orang mendukung prioritas moral hak anak yang belum lahir, sedangkan yang lain menilai hal tersebut merupakan hak wanita untuk memilih. Filsuf seperti MacIntyre (1981) berpandangan perdebatan semacam itu tak akan bisa diakhiri melalui prinsip yang abstrak. MacIntyre (1981) berpendapat bahwa akan selalu lebih menolong untuk melihat isu moral dalam konteks sosial dan historisnya. Konsep moral seperti “hak” dan “otonomi” hanya akan bermakna dalam hubungannya dengan tradisi moral tempat mereka berfungsi. MacIntyre memandang tradisi itu dapat dilihat sebagai jenis perdebatan atau perbincangan tanpa akhir dikalangan orang-orang yang mengembangkan posisi moral yang logis untuk mereka pada saat itu. Tapi, pandangan tersebut mencair dan berubah seiring dengan kondisi dan situasi sosial serta kultural yang berubah. Di dalam tradisi kultural mana pun, beberapa *kebajikan* tertentu secara khusus diidentifikasi merepresentasikan nilai dari sebuah komunitas.

Dari perspektif “kebajikan” (*virtue*) dalam perbuatan keputusan moral, hal terpenting dalam menjaga diskusi tersebut tetap terbuka, ketimbang memperkirakan adanya jawaban yang valid dan baku terhadap pertanyaan moral. Implikasi pengadopsian perspektif kebajikan terhadap konseling dieksplorasi dengan lebih mendetail oleh Meara, *et al.* (1996). *Kerangka Etika Praktik yang Baik* dari BACP (2001:4) secara eksplisit bersumber dari perspektif “kebajikan” dengan mengidentifikasi serangkaian *kualitas personal* yang harus dimiliki oleh semua praktisi:

- a. **Empati:** kemampuan untuk mengomunikasikan pemahaman terhadap pengalaman orang lain dari perspektif orang itu sendiri.
- b. **Ketulusan:** komitmen pribadi untuk konsisten terhadap apa yang dinyatakan dan apa yang dilakukan
- c. **Integritas:** kesederhanaan, kejujuran, dan koherensi pribadi.

- d. **Fleksibilitas:** kemampuan untuk menangani apa yang menjadi perhatian klien tanpa harus mengacuhkannya secara personal.
- e. **Rasa Hormat:** menunjukkan keyakinan diri yang sama kepada orang lain dan pemahaman mereka terhadap diri mereka sendiri.
- f. **Kesederhanaan:** kemampuan untuk menilai dan memahami kekuatan dan kelemahan seseorang.
- g. **Kompetensi:** keterampilan dan pengetahuan efektif yang dibutuhkan untuk melakukan apa yang dipersyaratkan.
- h. **Keadilan:** aplikasi kriteria yang tepat secara konsisten untuk menginformasikan keputusan dan tindakan.
- i. **Kebijakan:** memiliki kemampuan untuk menilai sebagai dasar untuk bertindak.
- j. **Keberanian:** kapasitas untuk bertindak tanpa terpengaruh tanpa rasa takut, resiko, dan ketidakpastian.

Kerangka Etika BACP menambahkan bahwa kualitas-kualitas tersebut harus “mendarah daging dalam diri seseorang, dikaitkan dan dikembangkan dari komitmen pribadi, bukan karena persyaratan otoritas personal”.

Akhirnya, memungkinkannya perlu dicatat ketegangan dalam bidang filsafat moral antara sistem moral yang abstrak dan umum (seperti utilitarianisme atau etika Kantian) dengan pendekatan berdasarkan tradisi “kebijakan” moral yang lebih baru tampaknya tercermin dalam perdebatan seputar perbedaan mode pembuatan keputusan antara pria dan wanita. Chodorow dan penulis aliran feminis lainnya berpendapat bahwa pria cenderung membuat keputusan moral berdasarkan prinsip abstrak, sedangkan pembuatan keputusan moral oleh wanita didasari oleh pertimbangan dampak dari berbagai keputusan terhadap jaringan hubungan dimana wanita tersebut hidup. Pengaruh perbedaan sistem pemikiran moral juga dapat dideteksi dalam perdebatan seputar multikulturalisme.

C. Mengaplikasikan Prinsip Moral dan Kode Etik: Dari Teori ke Praktik

Akan sangat melegakan apabila dapat memercayai bahwa seseorang yang berprofesi sebagai konselor tidak diraukan lagi adalah seseorang yang memiliki integritas dan kebajikan dalam melakukan tindakan dengan merujuk pada kode etik yang sempurna. Tetapi hal tersebut jarang terjadi. Beberapa isu moral utama yang dihadapi konselor dalam praktik harian mereka diulas menjadi bagian berikut ini.

1. Agen Siapakah Konselor Itu?

Salah satu pertanyaan etika kunci yang dapat muncul dalam praktik konseling sehari-hari adalah akuntabilitas konselor. Secara tradisional, banyak konselor yang berusaha mengadopsi etos kehati-hatian "*client-centred*". Di samping itu, ada banyak situasi di mana sentralitas total pada klien mungkin tidak tepat baik secara moral maupun etis. Konselor perusahaan yang dibayar oleh perusahaan mungkin berada di bawah tekanan untuk mencapai tipe hasil tertentu dari klien. Konselor yang berhadapan dengan para remaja mungkin akan bertemu dengan orang tua yang akan memberikan saran atau yang mencari informasi berkaitan dengan anaknya. Agensi sering kali menerima isu yang berkaitan dengan hubungan atau konseling perkawinan. Sebagian praktisi dan periset (misalnya Hurvitz, 1967) berpendapat bahwa memberikan konseling hanya kepada salah satu pasangan akan menimbulkan perasaan terasing dan penolakan dalam diri yang lain, dan berakhir dengan berpisah dan bercerai. Bahkan ketika berhadapan dengan keduanya sekaligus, nasib anak hasil perkawinan dapat menjadi pertimbangan utama.

Konflik antara loyalitas pada klien dan tuntutan lain atas diri konselor juga dapat terjadi dalam *setting* konseling "pihak ketiga", seperti konseling pegawai atau program bantuan untuk pegawai (Wise, 1988). Dalam situasi ini, konselor mungkin dibayar atau dipekerjakan oleh organisasi dan dipandang oleh organisasi tersebut memiliki tanggung jawab utama kepada mereka, bukan

kepada klien (Bond, 1992). Mungkin terdapat tekanan yang kuat dan halus terhadap konselor tersebut mencapai hasil yang telah ditentukan sebelumnya (misalnya, pegawai yang bermasalah “dinasehati” untuk mengambil pensiun dini). Sugarman (1992) membuat sejumlah rekomendasi berkenaan dengan pemeliharaan standar etika dalam konseling di tempat kerja:

- a. Menyediakan konseling untuk mengungkapkan tujuan organisasi yang hendak dicapai.
- b. Mengidentifikasi titik di mana penyediaan konseling memberikan keuntungan bagi organisasi yang sesuai dengan pengeluaran untuk individu.
- c. Mengidentifikasi titik-titik di mana organisasi melebihi kewenangannya untuk mengontrol aspek perilaku karyawan.
- d. Menegosiasikan definisi “kerahasiaan klien” dengan organisasi dan kondisi di mana kerahasiaan tersebut akan atau tidak akan dipertahankan.
- e. Mengungkap apakah sumber daya yang dialokasikan untuk konseling cukup untuk melakukan hal yang lebih baik, bukan lebih buruk.
- f. Menyusun pernyataan kebijakan tertulis berkenaan dengan rencana konseling dalam organisasi.

Pembahasan lebih lanjut tentang permasalahan akuntabilitas konseling di tempat kerja dapat ditemukan dalam karya Carroll (1996) dan Shea dan Bond (1997).

Daerah konseling lain yang berkaitan dengan dilema utama seputar akuntabilitas dan agensi adalah penanganan atas orang yang pernah atau sedang mengalami pelecehan seksual (Daniluk dan Haverkamp, 1993). Apabila seorang klien menceritakan kepada konselor bahwa ia pernah dilecehkan secara seksual di masa anak-anak, atau anaknya dilecehkan, maka konselor harus membuat keputusan yang sulit berkenaan dengan kapan dan bagaimana melaporkan informasi seperti ini kepada pihak otoritas. Apapun tindakan dalam tipe kasus seperti ini jelas memiliki implikasi mendalam bagi hubungan antara klien dan konselor.

Hal tersebut juga menimbulkan implikasi bagi cara konselor dan agensi konseling untuk melanjutkan penanganan mereka. Misalnya, konselor wajib membaritahukan kepada klien di awal konseling bahwa ia harus melanggar prinsip kerahasiaan klien dalam kondisi seperti ini. Levine dan Doueck (1995) melaksanakan studi mendalam berkenaan dengan pengaruh “laporan yang diamanatkan” (*mandated reporting*) dalam praktik konseling di AS. Buku mereka menawarkan analisis komprehensif terhadap isu yang tercakup dalam pekerjaan ini. Mereka menemukan ada banyak strategi yang dapat diadopsi oleh konselor dalam usaha mempertahankan hubungan terapeutik dalam titik pelaporan, diantaranya pelaporan anonim, pemindahan tanggung jawab kepada pengawas mereka, agensi atau undang-undang perlindungan anak, dan dorongan kepada klien untuk membuat laporan dini. Kennel dan Agresti (1995) menemukan keengganan melapor yang lebih besar di antara para terapis wanita ketimbang terapis pria.

Sebagian dilema yang paling menyakitkan dan sulit berkenaan dengan akuntabilitas berasal dari kewajiban konselor “untuk mengingatkan dan menjaga” kalau-kalau kliennya diancam dengan kekerasan oleh orang lain. Dalam sebagian besar teori konseling, terdapat asumsi implisit bahwa melalui proses konseling, terapis bertindak sebagai agen dari klien. Pandangan ini jelas terlalu menyederhanakan situasi. Tugas penting konselor adalah menyadari hubungan dan sistem lain ini, dan berkeinginan untuk mengeksplorasi batasan yang jelas.

2. Seberapa Jauh Klien Didorong atau Diarahkan?": Penggunaan Persuasi, Sugesti, dan Tantangan

Salah satu ketegangan fundamental dalam konseling dan psikoterapi muncul dari definisi dan persepsi peran si terapis. Dalam tradisi *client-centred/person-centred* dan psikodinamik, posisi yang biasanya diambil adalah peran terapis yang reflektif dan sabar, dan secara keseluruhan membiarkan klien menggunakan waktunya untuk mencapai pemahamannya sendiri.

Ada tradisi lain, yang direpresentasikan oleh terapi Gestalt, terapi “tubuh” dan pendekatan kognitif-behavioral, yang memberikan posisi lebih aktif kepada terapis melalui penggunaan intervensi sebagai usaha untuk mengakselerasi perubahan dan memaksakan terobosan. Adalah esensial untuk tidak terlalu membedakan antara kedua posisi ini, *setting* konselor *client-centred* menantang klien dan terapis Gestalt melakukan tindakan mendengar dengan simpatik. Akan tetapi, penggunaan taktik yang konfrontatif dan manipulatif dalam terapi dipandang oleh banyak terapis (Lakin 1988) sebagai penyebab meningkatnya permasalahan etika.

Permasalahan etika sentral di sini adalah prinsip *informed consent* (persetujuan setelah penjelasan). Nilai etika dari otonomi menghasilkan keharusan klien memiliki pilihan berkenaan dengan penanganan. Konsepsi pilihan dilandasi oleh pemikiran bahwa seseorang merespon informasi berdasarkan rasio. Sebaliknya, tujuan teknik konfrontasi adalah untuk menerobos pertahanan rasional dan intelektual yang di bangun oleh klien. Menyampaikan apa yang akan terjadi kepada klien akan menghilangkan efektivitas intervensi. Misalnya, meminta klien yang menderita insomnia (kesulitan tidur) untuk mengecek waktu setiap jam sepanjang malam.

Teknik-teknik ini juga memunculkan pertanyaan tentang keuntungan yang didapat oleh klien. Sebab, hanya ada sangat sedikit bukti yang mendukung efektivitas pendekatan yang sangat konfrontatif. Sebenarnya, dalam studi yang terkontrol dengan ketat terhadap kelompok *encounter*, Lieberman, *et al.* (1973) menemukan bahwa akan lebih banyak korban dalam kelompok yang dipimpin oleh pemimpin yang menyukai tantangan dan menekankan katarsis. Lakin (1988:13) berpendapat bahwa pada saat ini konfrontasi tersebut kemungkinan dilakukan untuk memenuhi keinginan terapis ketimbang keinginan klien. “aktif dan agresif dalam wawancara mungkin dikarenakan egoisitas untuk membuktikan efektivitas seseorang”.

Contoh esktrēm cabang terapi yang sangat aktif dan melampaui batas yang dapat diterima dan menjadi pelecehan diberikan oleh Masson (1988) dalam tulisannya tentang sejarah psikoanalisis langsung yang dikembangkan oleh psikiatris John Rosen. Tindakan terapi ini mencakup penggunaan kekerasan fisik, penghinaan verbal, berbohong, dan penahanan. Lakin (1988) menggambarkan kasus yang serupa, berkenaan dengan Centre for Feeling Therapy, dimana terapis terlibat dalam kekerasan fisik dan verbal, dan juga mendorong perselingkuhan diantara pasangan yang ada dalam terapi. Kedua pimpinan badan ini di tuntut oleh para pasiennya dan dikeluarkan dari praktik. Terlepas dari level pelecehan dan kebrutalan terhadap klien yang ditampakkan dalam kedua kasus ini, penting untuk dicatat bahwa Masson (1988) dan Lakin (1988) menunjukkan bahwa kedua pendiri terapis ini sangat *qualified* dalam pendidikannya, dan telah mendapatkan publikasi secara luas, serta dipuji oleh para pemimpin profesi mereka atas kerja pionir mereka.

Contoh konfrontasi dan tantangan mengilustrasikan usaha yang sangat langsung dan jelas untuk mengontrol klien, untuk memodifikasi keyakinan dan perilaku mereka. Bentuk lebih halus dari kontrol tersebut diimplikasikan dalam isi memori palsu (*false memories*) pelecehan seksual dimasa kanak-kanak. Mayoritas terapis terbiasa dengan pengalaman menghadapi klien yang secara tiba-tiba mengingat kejadian dari masa lalu. Misalnya kenangan pelecehan atau penghinaan yang telah dipendam delama bertahun-tahun. Karena peristiwa yang diingat tersebut terjadi dimasa lalu, dan sangat mungkin tidak ada bukti independen atau objektif yang menunjukkan peristiwa tersebut benar-benar terjadi atau tidak, selalu terdapat masalah berkenaan dengan apakah memori tersebut benar adanya atau palsu dan dibuat-buat. Sebagian orang yang pada dasarnya menolak pelecehan seksual terhadap anak-anak, atau yang sedang membela tertuduh dalam kasus yang spesifik, berpendapat bahwa sebagian konselor dan terapis terlalu bersemangat memberikan sugesti kepada klien mereka bahwa

mereka telah dilecehkan. Para konselor ini dikatakan terlalu siap untuk menginterpretasikan perasaan atau imajinasi masa kecil sebagai indikator pelecehan. Namun, bukan disini tempat untuk mengulas berbagai literatur berkenaan dengan akurasi atau ketidakakuratan ingatan masa kecil tersebut. Pembaca yang tertarik untuk mendalami masalah ini dipersilahkan untuk merujuk kepada karya Enns, et al. (1995) dan Spence (1994). Poinnya adalah ada permasalahan moral yang besar disini. Apabila terapis tidak berhati-hati terhadap memori palsu, maka ia dapat memicu bahaya yang besar bagi individu tersebut dan keluarganya. Di sisi lain, jika terapis menolak menyimpulkan pelecehan, atau menyebut hal tersebut sebagai pelecehan, maka efeknya terhadap klien memiliki tingkat perusak yang sama. Koneksi antara penggunaan teknik konseling dan konsekuensi moral sangat jelas dalam kasus seperti ini. Seberapa aktif konselor boleh menginterpretasi pengalaman klien? Apakah konselor harus menunggu hingga bukti lebih jelas yang mendukung interpretasi tersebut muncul? Pada situasi seperti apa intuisi dan "perasaan" klinis diperkenankan untuk digunakan?

3. Hubungan Ganda

Hubungan ganda dalam konseling dan psikoterapi terjadi ketika si terapis juga terlibat dalam hubungan yang sama sekali berbeda dengan klien. Di antara contoh hubungan ganda: menjadi konselor tetangga, teman, mitra bisnis, menerima bayaran dari klien sebagai bentuk balasan terhadap pelayanan, atau menjadi penguasa klien. Pope (1991) mengidentifikasi lima cara utama di mana hubungan ganda berlawanan dengan terapi efektif.

Pertama hubungan ganda mengkompromikan hubungan profesional. Konseling bersandar pada penciptaan lingkungan yang aman secara emosional, yang sebagian dihasilkan oleh konstruksi profesional yang bisa dirujuk. Eksistensi hubungan ganda akan membuat batas ini kabur. Kedua, hubungan ganda menimbulkan konflik kepentingan. Tak ada lagi konselor yang terlibat secara penuh untuk kliennya. Ketiga, konselor jadi tidak

bisa memasuki hubungan bisnis atau hubungan non terapi lainnya begitu saja, sebab materi personal diungkapkan dan ada kecenderungan *reaksitransference*. Yang terakhir, apabila keterlibatan konselordalam hubungan ganda setelah konseling diakhiri dapat diterima, maka akan mungkin bagi praktisi bermoral rendah untuk menggunakan peran profesional mereka untuk membentuk hubungan yang sesuai dengan keinginan mereka. Riset berkenaan dengan penyebaran hubungan ganda (Pope, 1991; Salisbury dan Kinnier, 1996; Lamb dan Catanzaro, 1998) menunjukkan sepertiga dari terapis mengembangkan hubungan non-seksual dan non-terapi dengan kliennya saat ini atau mantan kliennya. Lamb dan Catanzaro (1998) menemukan bahwa lebih dari setengah terapis dalam survei mereka “pergi ke acara istimewa klien” (misalnya pernikahan, pemakaman anggota keluarga, pertunjukan seni).

Hubungan ganda dapat menjadi masalah serius pada konseling dalam *setting* pendidikan. Bond (1992) menunjukkan bahwa konselor sekolah dan mahasiswa yang bekerja juga sebagai guru atau tutor, karena itu batasan antara peran-peran ini harus jelas. Diyle (1997) telah membahas dilema hubungan ganda yang muncul ketika si konselor dalam masa penyembuhan dari ketergantungan terlibat menangani klien dengan masalah yang sama. Contohnya, konselor dan klien mungkin dapat bertemu pada pertemuan “tahap kedua belas”.

4. Eksploitasi Seksual Klien

Sejumlah survei terhadap psikologi dan psikoterapi di AS mengungkapkan seksual antara terapis dan klien mereka merupakan hal biasa, walaupun terlarang oleh semua asosiasi profesional yang ada di negara ini. Holroyd Brodsky (1977), dalam survei terhadap 1.000 psikolog menemukan bahwa 8,1 persen terapis pria dan 1,0 persen terapis wanita terlibat dalam hubungan seksual dengan klien. Sekitar 4 persen dari mereka yakin bahwa kontak erotik dengan klien dalam situasi tertentu dapat menjadi keuntungan terapeutik bagi klien. Pope, et al. (1979) melaksanakan

survei kuesioner anonim yang mirip terhadap 1.000 psikoterapis, dan menemukan bahwa 7% dari mereka melaporkan telah melakukan hubungan seks dengan klien. Yang terakhir, Pope, et al. (1986), dalam sebuah survei skala besar terhadap praktisi Amerika, mengungkapkan pengakuan kontak erotik dengan klien dari 9,4 % praktisi pria dan 2,5% wanita.

Makna dari gambaran ini bukan untuk diinterpretasikan. Estimasi yang dibuat oleh survei harus dianggap merepresentasikan estimasi minimum penyebaran pelecehan seksual terhadap klien oleh terapis. Sebab, ada banyak hal yang membuat responden tidak melaporkan atau menyembunyikan keterlibatan mereka.

Bates dan Brodsky (1989) memberikan satu laporan mendetail satu kasus eksploitasi seksual terhadap klien (lihat kotak 15.3) Kasus ini dan kasus lain yang dipelajari secara mendalam, mendukung kesimpulan umum berikut berkenaan dengan peristiwa serupa:

- a. Terapi yang efektif dapat mengandung fase dimana klien sangat tergantung kepada konselor, dan membuka diri untuk saran dan manipulasi.
- b. Dalam lingkungan hubungan konseling yang penuh rahasia, dimungkinkan bagi konselor untuk melakukan perbuatan tidak etis dengan kecenderungan yang sangat minim untuk diketahui.
- c. Fokus konseling terhadap kepribadian dan sisi dalam kehidupan klien mungkin akan berakibat klien menyalahkan diri sendiri dan merasa ketidakmampuan dirinya terhadap apa yang terjadi.
- d. Klien yang mengalami pelecehan seksual oleh profesional akan sangat sulit untuk menerima penyembuhan.

Prinsip-prinsip ini mungkin membuat kita paham mengapa pelecehan seksual terhadap klien dapat terjadi, dan mengapa peristiwa tersebut tidak dilaporkan.

Kerusakan yang timbul oleh tipe pelecehan yang dilakukan terhadap klien ini telah didokumentasikan dalam sejumlah studi. Misalnya, dalam risetnya, Durre (1980:242) mengamati, bahwa akibat yang biasa timbul adalah percobaan bunuh diri, depresi parah (beberapa bulan), sakit jiwa, dan perpisahan atau perceraian suami ... Wanita dilaporkan dipecat atau meninggalkan pekerjaan mereka karena tekanan dan kebiasaan kerja yang payah akibat depresi, sedih, dan cemas.

Satu cara untuk melogiskan penyebaran tindakan seksual antara klien dan terapis adalah dengan menganggap hal tersebut merupakan konsekuensi tingginya tingkat intimasi dan keterbukaan diri yang terjadi dalam terapi. Contoh dari pendekatan ini dapat ditemukan dalam karya Edelwich dan Brodsky (1991) yang menganggap seks dengan klien merupakan isu profesional dan para terapis harus dilatih untuk menghadapinya. Mereka mengambil posisi mendorong praktisi untuk memandang perasaan yang kuat terhadap klien sebagai sesuatu yang normal: “setiap orang yang peduli dengan kebutuhan orang lain pasti memiliki pengalaman yang tidak menyenangkan dengan kondisi emosional saat itu yang bekerja di luar ikatan profesional. Pertentangan pada masa tersebut muncul perasaan manusia normal dan universal “ (Edelwich and Brodsky, 1991 : xiii). Kesulitan muncul bukan karena konselor memiliki berbagai perasaan ini, tapi karena mereka memperlakukannya dengan tidak tepat. Edelwich dan Brodsky mengidentifikasi sejumlah pedoman untuk mengenali godaan dalam diri mereka dan dalam diri klien mereka, dan menyarankan strategi untuk menghadapi ketertarikan secara etis:

- a. Akui perasaan Anda;
- b. Pisahkan perasaan pribadi Anda dengan perasaan ketika Anda menghadapi klien tersebut;
- c. Hindari untuk terlalu mencari – masalah klien bukan masalah Anda;
- d. Jangan pernah memberikan masalah Anda kepada klien;

- e. Ceritakan kepada orang lain tentang apa yang terjadi (misalnya, kolega atau supervisor);
- f. Menetapkan batas ketika memberikan ruang aman bagi ekspresi diri klien;
- g. Jangan menolak;
- h. Ekspresikan perhatian non-seksual;
- i. Hindari memberikan pesan “ganda”.

Mereka juga mengungkapkan bahwa mayoritas tindakan seksual yang tidak pantas disebut dimulai dengan pelanggaran “batas” orang lain, seperti sentuhan kepada klien, menemui klien dalam kehidupan sehari-hari, ketidaktepatan pengungkapan diri konselor kepada klien, dan mereka juga merekomendasikan agar batasan yang terlihat kurang penting ini lebih diperhatikan.

Perspektif alternatif berkenaan dengan tindakan seksual yang tidak pantas dapat berkembang dari sudut pandang Jungian-feminis. Hampir seluruh perilaku seksual terapis-klien terjadi antara terapis pria dengan klien wanita, dan organisasi profesional yang didominasi oleh pria menyulitkan wanita untuk menyeter pelakunya ke depan keadilan. Dalam karyanya *Sex in the Forbidden Zone*, Rutter (1989) sependapat dengan banyak pedoman praktik yang telah diletakkan oleh Edelwich dan Brodsky (1991), tetapi dengan jelas tidak sependapat dengan kedua orang tersebut dalam analisis mereka terhadap kasus ini. Rutter berpendapat bahwa seks antara para profesional pria (tidak hanya terapis dan konselor, tapi juga pendeta, guru, dokter, dan manajer) dan wanita yang berada di bawah kekuasaan atau otoritasnya bersumber dari akar mitos kultural tentang apa arti menjadi pria atau wanita. Merujuk pada Rutter, banyak pria menolak rasa sakit emosional dan kerapuhan mereka sendiri, tetapi tetap memegang teguh fantasi bahwa mereka dapat mengatasi itu semua dengan menyatukan pemahaman dan menerima wanita, karena itu, pengalaman seks dengan wanita klien merupakan bagian dari pencarian bawah sadar terhadap penyembuhan dan keutuhan.

Interpretasi dinamika perilaku seksual terapis ini konsisten dengan temua pada studi yang dilaksanakan oleh Holtzman (1984), yang mewawancarai para wanita yang terlibat secara seksual dengan para terapis mereka. Beberapa dari wanita ini berbicara tentang menyayangi si terapis, peduli akan pemuasan kebutuhan emosionalnya. Searles (1975) menggambarkan proses ketika seorang klien secara tidak sadar bertindak seperti seorang terapis ke terapis lain.

Merujuk kepada Rutter (1989), wanita yang mengalami kondisi ini selalu mendapatkan serangan terhadap harga diri mereka, selalu dikatakan tidak cukup bagus, terutama oleh ayah mereka. Pengalaman berada dalam hubungan kerja dengan seorang pria "kuat" yang menghargai kemampuan dan kualitas mereka, dan mencoba membantu mereka mencapai kepuasan, merupakan pertemuan yang memberikan kesembuhan bagi wanita. Karena itu, pengkhianatan terhadap kedekatan dan harapan yang ditimbulkan oleh eksploitasi seksual sangat merusak. Chesler (1972) mewawancarai sepuluh wanita yang pernah mempunyai hubungan seksual dengan terapis mereka. Semuanya merasa tidak aman, kurang percaya diri, dan semuanya menyalahkan diri mereka yang secara khusus, berisiko tinggi terhadap eksploitasi seksual dari terapis adalah yang pernah bertahan dari hubungan seksual terlarang atau pelecehan seksual di awal kehidupannya. Dan kesimpulan ini dikuatkan oleh Mann (1989).

Rutter (1989) menekankan bahwa pria memiliki kecenderungan yang kuat untuk menseksualkan hubungan yang ditandai dengan tingkat kepercayaan dan intimasi yang tinggi. Dia melangkah lebih jauh dengan menganggap sikap membisu kolega pria dalam menghadapi penyelewengan seksual sebagai bukti kuatnya mitos tersebut:

Walaupun mayoritas pria yang memegang posisi dipercaya berperilaku sesuai etika dalam pengertian bahwa mereka tidak akan melakukan kontak seksual dengan wanita yang mereka

tangani, mereka tidak pernah mengesampingkan harapan bahwa suatu hari hal itu akan benar-benar terjadi. Para pria yang tidak masuk dalam daerah seks terlarang berpartisipasi dengan mengkhayalkannya melalui pria yang melakukannya. Dalam pengertian tribal, ini adalah seperti pria yang melanggar zona terlarang merupakan tumbal untuk yang lain dalam suku tersebut. (Rutter 1989: 62).

Dengan demikian, bagi Rutter, eksistensi kontak seksual terapis-klien bukan sekadar isu profesional, yang termasuk dan terdapat dalam batasan program pendidikan dan asosiasi profesional, tapi sesuatu yang muncul dari isu fundamental hubungan gender dalam kultur Barat.

Masalah pelecehan seksual klien telat diteliti sejak lama, dan menunjukkan bahwa masalah etika dalam konseling bukan sekadar “kasus” ekstrem, seperti pembunuhan Tarasoff, yang tiba-tiba muncul untuk menjebak praktisi dalam jaringan tuntutan moral dan dilema praktik. Masalah moral, etika, dan nilai ada dalam ruang konseling, dalam tiap sesi konseling. Semua yang dilakukan atau tidak dilakukan konselor merupakan ekspresi dari nilai.

5. Masalah Etika dalam Penggunaan Sentuhan

Dalam ulasannya terhadap pandangan psikoanalisis berkenaan dengan penggunaan sentuhan dalam terapi, Mintz (1969) mengutip analis terkenal ketika menilai bahwa “pelanggaran terhadap aturan kontak fisik merupakan ... bukti inkompetensi atau kekasaran kriminal analis” Penolakan yang kuat terhadap kemungkinan menyentuh pasien ini tersebar melalui literatur terapi; bahkan terapis yang menyentuh kliennya merasa sulit untuk menerima praktik ini (Tune, 2001). Ketakutan utama yang mendasarinya adalah sentuhan akan mengarahkan kepada pemuasan seksual di pihak klien, terapis, atau keduanya. Masalah etika lainnya adalah klien dapat merasa teraniaya, dan disentuh berarti berlawanan dengan keinginannya yang sebenarnya. Yang lain mungkin memiliki larangan agama atau budaya untuk

disentuh oleh orang asing atau oleh anggota jenis kelamin berbeda. Bagi sebagian konselor, masalah lain muncul dari kekhawatiran akan dituntut oleh klien dengan tuduhan terlalu mengintimidasi atau eksploitatif. Semua ini dapat berujung pada diterimanya kebijakan defensif untuk tidak pernah menawarkan gaya yang nyaman atau kontak fisik. Karena itu, terdapat sejumlah isu etika yang *legitimate* yang diasosiasikan dengan penggunaan sentuhan.

Berkaitan dengan etika sentuhan dalam terapi, buku yang ditulis oleh Hunter dan Struve (1998) menawarkan jalan tengah terhadap dilema ini. Hunter dan Struve (1998) mendasarkan analisis mereka pada pembahasan komprehensif psikologi dan makna dalam diri manusia, dan sejarah sentuhan dalam terapi. Mereka membuat beberapa rekomendasi yang secara ringkas adalah sebagai berikut:

Sentuhan adalah tepat secara klinis ketika:

- a. Klien ingin menyentuh atau disentuh
- b. Tujuan dari sentuhan jelas
- c. Sentuhan tersebut jelas ditujukan demi kepentingan klien
- d. Klien mengalami konsep penguatan dan telah menunjukkan kemampuan untuk menggunakan konsep ini dalam terapi
- e. Terapis memiliki dasar pengetahuan cukup tentang pengaruh penggunaan sentuhan
- f. Batasan yang mengatur penggunaan sentuhan jelas dipahami oleh klien dan terapis
- g. Cukup waktu untuk tetap berada dalam sesi terapi untuk memproses interaksi sentuhan
- h. Hubungan terapis-klien telah berkembang dengan cukup
- i. Sentuhan dapat ditawarkan kepada semua tipe klien
- j. Konsultasi/supervisi tersedia dan dapat digunakan
- k. Terapis merasa nyaman dengan sentuhan

Dan sangat *tidak* disarankan secara klinis menggunakan sentuhan ketika:

- a. Fokus dari terapi tersebut meibatkan kandungan seksual yang berkaitan dengna sentuhan
- b. Adanya risiko kekerasan
- c. Sentuhan tersebut terjadi secara sembunyi-sembunyi
- d. Terapis meragukan kemampuan klien untuk mengatakan “tidak”
- e. Terapis telah dimanipulasi atau dirayu untuk melakukan sentuhan
- f. Penggunaan sentuhan tidak sesuai secara klinis
- g. Sentuhan digunakan untuk mengganti terapi verbal
- h. Klien tidak ingin menyentuh atau disentuh
- i. Terapi tidak nyaman menggunakan sentuhan

Panduan ini menyajikan kerangka yang berguna untuk mengevaluasi penggunaan sentuhan dalam situasi konseling. Walaupun demikian, jelas bahwa semua itu bergantung kepada integritas terapis, dan kepada seberapa jauh eksplorasinya terhadap makna sentuhan bagi mereka secara pribadi, dan sampai pada penerimaan terhadap realisasi hal tersebut. Terdapat banyak ketidaksetujuan antara praktisi seputar penggunaan sentuhan.

6. Strategi untuk Mempertahankan Standar Etika

Peningkatan perhatian ditunjukkan oleh organisasi profesional dalam beberapa tahun terakhir terhadap bagaimana mempertahankan dan menguatkan standar etis. Hingga tingkatan tertentu, berbagai usaha ini telah didorong, terutama di AS dan juga di negara-negara lainnya, dengan menyadari bahwa liputan media terhadap kasus ketidakpantasan telah menurunkan kepercayaan publik dan mengarahkan agensi pemerintah menjatuhkan hukuman legal, yang berujung pada pengurangan otonomi profesional. Semua organisasi profesional mensyaratkan anggota mereka untuk mematuhi kode etik formal, dan segala bentuk prosedur penegakan disiplin untuk mendisiplinkan anggota yang melanggar kode ini. Ditambahkan lagi, meningkatnya aspek peningkatan standar konseling yang diambil alih oleh pengadilan. Akibatnya, beberapa orang konselor dan

psikoterapis mulai mengembangkan area riset yang disebut “therapeutic jurisprudence” (yurisprudensi terapeutik) yang fokus pada akibat hubungan atas terapi (Wexler, 1990). Nilai penting hubungan antara profesi terapis dan hukum tampak meningkat (Jenkins, 1997). Akan tetapi, sebagian konselor berpendapat bahwa beberapa kasus, interupsi pertimbangan legal dapat mengacaukan penciptaan hubungan terapeutik yang produktif.

Yang terbaik yang dapat ditawarkan oleh kode etik adalah panduan umum untuk tindakan. Di sana akan selalu terdapat wilayah “abu-abu” dan situasi di mana aturan etika yang berbeda akan saling bertabrakan. Karena itu, merupakan keharusan bagi konselor untuk mendapatkan pemahaman tentang pertimbangan etika, moral, dan nilai yang lebih luas yang memberikan masukan dan mendasari pernyataan yang dibuat berdasarkan kode formal. Hal ini didasarkan pada teks standar seperti karya Corey, et al. (1988), van Hoose dan Kottler (1985) dan Bond (1993) Jumlah riset terhadap isu etika terus bertambah (Miller dan Thelen, 1987; Lakin, 1988). Perkembangan lain dalam bidang ini adalah pembentukan kode etika yang didesain untuk merefleksikan perhatian moral praktisi yang bekerja dalam pendekatan seperti multikultural dan konseling feminis.

Salah satu teknik utama menangani masalah etika dalam praktik konseling, adalah dengan apa yang telah direferensikan pada awal bab ini, yaitu penggunaan persetujuan setelah penjelasan (informed consent). Persetujuan setelah pemberitahuan yang efektif dapat mencegah atau meminimalisir kesulitan yang muncul dari isu pembeberan informasi rahasia kepada pihak ketiga, isu bayaran dan pembatalan perjanjian, dari resiko hubungan ganda dan tuntutan perawatan emosional dan praktik. Persetujuan setelah pemberitahuan penuh merupakan kondisi ideal yang sulit untuk dicapai dalam realitas. Bahkan bagi sebagian klien, memasuki ruang konseling saja merupakan hal sulit untuk dilakukan, belum lagi risiko sebagian orang yang tidak percaya diri setelah menerima sejumlah informasi mendetail sepanjang atau

pada akhir pertemuan pertama dengan konselor. Sebagian klien mungkin trauma atau terlalu kecewa untuk mengasimilasi informasi persetujuan setelah pemberitahuan. Yang lain mungkin tidak mengerti apa yang dimaksud. Banyak konselor dan agensi konseling, yang memberikan selebaran yang menjelaskan prinsip terapi mereka, menggarisbawahi rencana praktik, dan menginformasikan prosedur komplain kepada mereka. Marzillier (1993) berpendapat bahwa persetujuan setelah pemberitahuan tersebut harus dipandang sebagai proses atau dialog, terdiri dari lebih dari satu kali pertemuan, dan diulas di tahap berikut dalam terapi yang sedang dijalani. Handelsman dan Galvin (1998) menyatakan bahwa terapis dan agensi konseling seharusnya memberikan kepada klien daftar pertanyaan yang harus ditanyakan kepada terapis mereka, berikut waktu untuk membahas pertanyaan ini.

Sebagai konselor memberikan kontribusi terhadap pengembangan cara membantu klien yang telah menjadi korban malpraktik. Konsentrasi utama pekerjaan ini adalah kebutuhan klien yang telah menderita eksploitasi seksual oleh terapis, dan telah menyertakan layanan advokasi, membentuk kelompok *self-help* dan terapi untuk korban (Pope dan Bouhoutsos, 1986). Ada saran serius bahwa cara terbaik untuk mencegah pelecehan seksual klien oleh terapis adalah pergi ke terapis wanita bagi wanita yang membutuhkan terapi (Chesler, 1972). Mungkin yang lebih realistis dan dapat diterima adalah untuk meyakinkan bahwa semua klien mendapatkan informasi tentang hak mereka, sehingga mereka akan dihormati dan ditindaklanjuti dengan cepat ketika mengajukan keluhan.

Beberapa bukti riset tentang malpraktik konselor dan psikoterapis menunjukkan kecenderungan terapis bandel untuk melakukan berbagai tindakan kurang pantas (Gabbard, 1989). Sulit untuk menuntut tindakan profesional konselor terapis, dan lebih sulit lagi untuk melanjutkan tuntutan ini sampai pada titik di mana tertuduh dipaksa untuk berhenti malpraktik. Karena itu,

sangat bermanfaat bagi profesi konseling untuk membangun cara rehabilitasi untuk memperbaiki kerusakan, dan konselor yang rusak dapat memecahkan masalah mereka serta terus berpraktik dengan aman. Streaan (1993) memberikan contoh kasus menarik penanganan terapeutiknya terhadap terapis (baik pria maupun wanita) yang telah mengeksploitasi klien mereka secara seksual. Jenis intervensi ini juga dapat memberikan pengetahuan berharga terhadap akar penyebab perilaku yang tidak pantas secara etis. Hetherington (2000) berpendapat bahwa terapis yang melecehkan klien mereka bukan hanya mendertia masalah identitas seksual yang belum tuntas, tapi juga memendam antipati mendalam terhadap praktik psikoterapi.

Bagi banyak orang, sulit untuk menerima ide membiarkan konselor atau psikoterapis yang mengeksploitasi dan melecehkan klien mereka bebas, atau bahkan direhabilitasi. Padahal, merupakan karakter alami konseling, khususnya konseling jangka panjang, bahwa si praktisi akan mengalami perasaan yang kuat terhadap kliennya-cinta, hasrat seksual, marah, murka, putus asa. Menggunakan berbagai perasaan ini dalam layanan kepada klien merupakan tantangan konstan bagi tiap konselor, karena itu, bukanlah hal yang mengejutkan jika konselor yang gagal menggunakan berbagai perasaan ini secara konstruktif, dan melampiaskannya ke dalam hubungan mereka dengan klien, menimbulkan kemarahan dan penolakan keras dari para kolega mereka.

B. Kepribadian Konselor

Kepribadian seorang konselor merupakan faktor yang paling penting dalam konseling. Seperti yang dinyatakan Perez, "temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman, orientasi teoritis yang digunakan bukanlah penentu utama efektivitas seorang terapis, akan tetapi kualitas pribadi konselor, bukan pendidikan dan pelatihannya sebagai kriteria dalam evaluasi keefektifannya."

Kepribadian konselor merupakan titik tumpu yang berfungsi sebagai penyeimbang antara pengetahuan mengenai dinamika perilaku dan keterampilan terapeutik. Ketika titik tumpu ini kuat, pengetahuan dan keterampilan bekerja secara seimbang dengan kepribadian yang berpengaruh pada perubahan perilaku positif dalam konseling. Namun, ketika titik tumpu ini lemah, yaitu dalam keadaan kepribadian konselor tidak banyak membantu, maka pengetahuan dan keterampilan konselor tidak akan efektif digunakan, atau akan digunakan dalam cara – cara yang merusak. Kualitas kepribadian konselor, pengetahuan mengenai perilaku, dan keterampilan konseling, masing – masing tidak dapat saling menggantikan. Kepribadian yang baik tetapi dengan kekurangan pengetahuan dan keterampilan ibarat seorang supir yang mengendarai tidak aman.

Keyakinan bahwa kepribadian konselor merupakan kunci yang berpengaruh dalam hubungan konseling, Akan tetapi kepribadian konselor tidak dapat mengganti kekurangan pengetahuan tentang perilaku dan keterampilan terapeutik. Kualitas kepribadian tidak sama dengan proses perolehan pengetahuan tentang perilaku dan keterampilan terapeutik. Kualitas kepribadian berkembang dari perpaduan yang terjadi terus menerus antara genetika, konstitusi, pengaruh lingkungan, dan cara – cara unik dalam memadukan semua itu sehingga menjadi pribadi yang khas.

Pendidikan dan pelatihan lebih berpengaruh pada pertumbuhan secara kuantitatif dari pada kualitatif, Atau dengan kata lain, Pendidikan dan pelatihan tidak banyak membantu orang untuk berembang menjadi dirinya sendiri. Dalam rangka menumbuh kembangkan karakter konselor profesional menuju tradisi nilai untuk dinilai dibutuhkan tiga proses berkelanjutan, yaitu :

1. Menggali nilai – nilai karakter konselor profesional yang dibutuhkan.
2. Implementasi tradisi nilai ke dalam proses pembelajaran

3. Evaluasi *Brand image* : menuju tradisi nilai untuk dinilai.

Menumbuhkembangkan karakter konselor profesional merupakan upaya perjalanan budaya akademik dimana tradisi nilai yang dihidupkan menjadi pedoman atau pegangan bersama civitas akademik konseling didalam institusinya.

Dalam kapasitasnya sebagai pendidik, konselor berperan dan berfungsi sebagai seorang pendidik psikologis (*psychological educator/ psychoeducator*), dengan perangkat pengetahuan dan keterampilan psikologis yang dimilikinya untuk membantu individu mencapai tingkat perkembangan yang lebih tinggi. Peran ini merepresentasikan sebuah tantangan yang dapat memperkuat tujuan-tujuan keilmuan dan praktik profesional konselor sebagai layanan yang menunjukkan keunikan dan kebermaknaan tersendiri di dalam masyarakat (ABKIN, 2008).

Konteks tugas konselor berada dalam kawasan pelayanan yang bertujuan mengembangkan potensi dan memandirikan konseli dalam pengambilan keputusan dan pilihan untuk mewujudkan kehidupan yang produktif, sejahtera, dan peduli kemaslahatan umum. Pelayanan dimaksud adalah pelayanan bimbingan dan konseling (Permendiknas, nomor 27 tahun 2008).

Dalam konsep bimbingan dan konseling komprehensif, konselor akan dihadapkan kepada individu yang sedang menjalani tahap perkembangan tertentu dengan tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikannya. Karena itu, peran konselor dalam kegiatan bimbingan dan konseling tidak hanya membantu memecahkan masalah siswanya.

Selain itu konselor sekolah dilihat dari fungsi dan peranannya melalui penelitian Stinzi dan Hutcheon (Aisyah, 2006: 18) menunjukkan bahwa peranan konselor sekolah menurut harapan siswa adalah: (1) menjadi sumber informasi karir atau lowongan dan karir kerja, (2) terbuka untuk diskusi masalah pribadi-sosial, (3) tidak menjadi petugas disiplin (*disiplinarian*), namun terbuka untuk konsultasi masalah-masalah disiplin, (4) mengizinkan siswa untuk mengambil keputusan sendiri, (5)

menjadi orang yang dapat dipercaya oleh siswa, (6) memberikan orientasi kepada siswa baru, (7) mendorong terciptanya kebijakan yang terbuka.

Di antara kompetensi konselor, yang paling penting adalah kualitas pribadi konselor karena konselor sebagai pribadi harus mampu menampilkan jati dirinya secara utuh, tepat, dan berarti serta membangun hubungan antarpribadi (*interpersonal*) yang unik dan harmonis, dinamis, persuasif dan kreatif sehingga menjadi motor penggerak keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini, Corey (1986: 358-361), menyatakan “alat” yang paling penting untuk dipakai dalam pekerjaan seorang konselor adalah dirinya sendiri sebagai pribadi (*our self as a person*). Pada bagian dari tulisannya itu, ia tidak ragu-ragu mengatakan bahwa “... para konselor hendaknya mengalami sebagai konseli pada suatu saat, karena pengenalan terhadap diri sendiri bisa meinaikkan tingkat kesadaran (*self awarness*)” konselor.

Brammer (1979: 4) mendeskripsikan kualifikasi konselor sekolah sebagai pribadi memiliki sifat-sifat dan sumber kepribadian seperti memiliki perhatian pada orang lain, bertanggung jawab, empati, sensitivitas dan sebagainya. Menurut Furqon (2001) ditemukan bahwa konselor sekurang-kurangnya perlu memiliki tiga kompetensi, di samping perlu dukungan kondisi yang kontekstual dan lingkungan, yaitu kompetensi pribadi (*personal competencies*), kompetensi inti (*core competencies*), dan kompetensi pendukung (*supporting competencies*).

Kompetensi pribadi (*personal competencies*) merujuk kepada kualitas pribadi konselor yang berkenaan dengan kemampuan untuk membina hubungan baik antarpribadi (*rapport*) secara sehat, etos kerja dan komitmen profesional, landasan etik dan moral dalam berperilaku, dorongan dan semangat untuk mengembangkan diri, serta berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan pemecahan masalah.

Pribadi konselor merupakan ‘instrumen’ yang menentukan bagi adanya hasil yang positif dalam proses konseling. Kondisi ini

akan didukung oleh keterampilan konselor mewujudkan sikap dasar dalam berkomunikasi dengan konselinya. Pemaduan secara harmonis dua instrumen ini (pribadi dan keterampilan) akan memperbesar peluang keberhasilan konselor.

Untuk dapat melaksanakan peranan profesional yang unik dan terciptanya layanan bimbingan dan konseling secara efektif, sebagaimana adanya tuntutan profesi, konselor harus memiliki kualitas pribadi. Keberhasilan konseling lebih tergantung pada kualitas pribadi konselor dibandingkan kecermatan teknik. Mengenai ini, Tyler (1969) menyatakan: “...*success in counseling depend more upon personal qualities than upon correct use of specified techniques*”. Pribadi konselor yang amat penting mendukung efektivitas perannya adalah pribadi yang altruistik (rela berkorban) untuk kepentingan konseli.

Brammer juga mengakui adanya kesepakatan *helper* tentang pentingnya pribadi konselor sebagai alat yang mengefektifkan proses konseling, ia mengatakan: “*A general dictum among people helpers says that if I want to become more affective I must begun with my self; own personalities thus the principal tools of the helping process...*” (Brammer, 1979: 25).

Kemudian Hobbs menyatakan bahwa: “idealnya sebagai seorang konselor adalah memiliki pribadi yang dapat mencerminkan perilakunya dalam mewujudkan kemampuan dalam hubungan membantu konseli tetapi juga mampu menyadari dunia lingkungannya, mau menyadari masalah sosial politiknya, dan dapat berdaya cipta secara luas dan tidak terbatas dalam pandangan profesionalnya”, Hanset, et.al. (Benyamin, 1995: 27).

Adapun yang dimaksud kualitas pribadi konselor adalah kriteria yang menyangkut segala aspek kepibadian yang amat penting dan menentukan keefektifan konselor jika dibandingkan dengan pendidikan dan latihan yang diperolehnya (Willis, 2004: 79).

Allport (Blocher, 1974: 93-94) menggambarkan hakikat pribadi yang matang secara psikologis adalah sebagai berikut.

1. Memiliki kesadaran yang cukup luas tentang diri sendiri dan orang lain. Maksudnya adalah memiliki kasih sayang, mempunyai kecenderungan seks yang sehat, sadar akan kekuatan sendiri, namun juga mempunyai kesadaran untuk tunduk dan menghargai orang lain.
2. Hangat dalam hubungan dengan individu lain. Individu yang matang dapat menciptakan dan memelihara keintiman dan kecintaan terhadap orang lain. Hubungan antar pribadinya ditandai oleh empati dan keharuan.
3. Emosi stabil. Kematangan emosional timbul dari penerimaan dirinya, dengan kematangan emosional seseorang dapat memelihara pandangan yang realistik dan melakukan pengawasan terhadap tata alur “sinyal-sinyal” perasaan.
4. Realistik dalam persepsi, keterampilan, dan pekerjaan. Tiap individu yang matang dapat berfungsi secara efisien dalam wilayah persepsi dan kognisi, dalam arti memiliki perilaku intelektual yang realistik dan akurat. Di samping itu dapat memfokuskan energinya pada pekerjaan yang cocok dengan perkembangannya.
5. Realistik terhadap diri dan wawasan. Individu yang matang dapat mengerti dirinya.
6. Mempunyai kesatuan pendekatan mengenai kehidupan. Tiap individu yang matang mampu menyusun beberapa kesatuan pendekatan menghadapi kehidupan, sehingga memberikan konsistensi dan arti bagi tingkah lakunya.

Konselor sebagai pribadi harus mampu menampilkan jati dirinya secara utuh, tepat, dan berarti serta mampu membangun hubungan antarpribadi (*interpersonal*) yang unik dan harmonis, dinamis, persuasif, dan kreatif, sehingga menjadi motor penggerak keberhasilan layanan bimbingan dan konseling. Corey (1986: 358-361) menyatakan bahwa “alat” yang paling penting untuk dipakai dalam pekerjaan seorang konselor adalah dirinya sendiri sebagai pribadi (*your self as a person*). Bahkan pada bagian lain dari

tulisannya itu ia tidak ragu-ragu mengatakan bahwa:” ...para konselor hendaknya mengalami sebagai konseli pada suatu saat, karena pengenalan terhadap diri sendiri dapat menaikkan tingkat kesadaran diri (*self awareness*)”.

Pengetahuan Mengenai Diri Sendiri

Pengetahuan diri sendiri (*self knowledge*) mempunyai makna bahwa konselor mengetahui secara baik tentang dirinya, apa yang dilakukan, mengapa melakukan itu, masalah yang dihadapi, dan masalah klien yang terkait dengan konseling. Pentingnya pengetahuan konselor tentang dirinya sendiri dengan alasan, *pertama*, seorang konselor yang mengetahui persepsi dirinya dengan baik cenderung mengetahui persepsi diri klien yang sedang dibantu. *Kedua*, keterampilan konselor yang digunakan untuk memahami dirinya adalah keterampilan yang sama untuk memahami diri klien. Dengan demikian semakin besar kemampuan yang dimiliki, semakin besar pulakemungkinan untuk memahami klien. *Ketiga*, konselor yang telah memiliki keterampilan yang digunakan untuk memahami diri sendiri memungkinkan konselor mengajarkan kepada klien. *Keempat*, pengetahuan diri sendiri memungkinkan konselor merasakan dan berkomunikasi secara baik dengan klien. Kualitas konselor yang tinggi, tingkat pengetahuannya terhadap diri sendiri, menunjukkan karakteristik sebagai berikut :

- a. Menyadari Kebutuhannya. Sebagai konselor, harus mengenal bahwa mereka menyadari akan kebutuhan yang harus dicapai, seperti merasa penting, merasa dibutuhkan, memiliki kelebihan, terkendali, memiliki kekuasaan dan tegas.
- b. Menyadari Perasaannya. Perasaan terluka, takut, marah, bersalah, mencintai atau seks, menjadi bagian dari respon sebagai konselor dalam konseling. Kondisi perasaan itu akan banyak berpengaruh terhadap situasi hubungan konseling. Oleh karena itu, konselor harus menyadari dan mampu mngendalikannya selama konseling berlangsung.

- c. Menyadari apa yang membuat cemas selama konseling, dan cara yang harus dilakukan untuk mengurangi kecemasan. Dalam konseling sering terjadi serangan terhadap konselor yang dapat menimbulkan kecemasan seperti pertanyaan yang berkaitan dengan pengetahuan, seksualitas, moral, nilai – nilai terapeutik, dsb. Konselor harus menyadari pertahanan yang dilakukan untuk menghindari kecemasan seperti : pasif atau dominan; berharap klien akan merasa bersalah dan menghentikan serangan; mengubah topic; segera menjadi nondirektif dan reflektif; mencaci; menyalahkan, atau menakut-nakuti.
- d. Menyadari kelebihan dan kekurangan diri. Kesadaran akan kelebihan dan kekurangan diri akan membantu konselor dalam mengefektifkan hubungan konseling. Dengan kelebihannya, konselor dapat meningkatkan wibawa dan pengaruhnya terhadap klien, sementara kesadaran akan kelemahan mendorong konselor untuk senantiasa memperbaiki diri.
- Suatu hambatan yang sering terjadi dalam mewujudkan pengetahuan tentang diri sendiri adalah konselor menggunakan pertahanan yang sama dilakukan oleh klien dalam melindungi diri sendiri dari ketepatan memandang dirinya dan pekerjaannya.

C. Moral dan Konseling

Secara garis besar strategi pemecahan masalah terbagi menjadi dua, yaitu *problem-focused-coping* (strategi pemecahan masalah yang difokuskan pada permasalahannya) dan *emotion-focused-coping* (strategi pemecahan masalah yang difokuskan pada perasaan ketika mendapatkan masalah).

1. *Problem-focused-coping* atau dikenal juga dengan *Approach coping*. Memiliki sifat analitis logis, mencari informasi serta berusaha untuk memecahkan masalah dengan penyesuaian yang positif

(Lazarus dan Folkman, 1987, dalam Elly, 1998). Terbagi menjadi tiga bagian, yaitu:

- a. Kehati-hatian. Individu berpikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah, serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.
 - b. Tindakan instrumental. Individu melakukan tindakan yang mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah-langkah yang akan dilakukannya.
 - c. Negosiasi. Individu melakukan beberapa usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau justru merupakan penyebab masalah untuk ikut menyelesaikan permasalahannya
2. Emotion-focused-coping atau dikenal juga dengan Avoidance coping. Bercirikan menekan, cenderung menyalahkan pihak luar dirinya, dan mengingkari berbagai cara untuk meminimalkan ancaman (Hollahan dan Moss, 1987, dalam Elly, 1998). Terbagi menjadi bagian-bagian berikut:
- a. Melarikan diri dari masalah. Biasanya dengan cara membayangkan berada dalam situasi lain yang menyenangkan, atau melakukan aktivitas-aktivitas yang dianggap dapat melupakan masalahnya seperti makan, tidur, merokok, minum minuman keras.
 - b. Membuat masalah seringan mungkin. Menganggap bahwa masalah yang sedang dihadapi bukan suatu beban yang sangat berat.
 - c. Menyalahkan, menghukum diri sendiri, dan menyesali perbuatan.
 - d. Mencari arti kegagalan yang dialaminya bagi dirinya sendiri dan melihat segi-segi yang menurutnya penting dalam hidup.

Dari dua macam strategi itu, tidak ada satu strategi yang lebih baik dari yang lain, karena keduanya digunakan untuk

menghadapi situasi yang berbeda. Problem-focused-coping (strategi pemecahan masalah yang difokuskan pada permasalahannya), biasanya digunakan ketika orang menemui masalah yang menantang, beresiko tinggi dan efek dari perubahan karena masalah itu berlangsung cepat, misalnya ketika seseorang terdampar di sebuah pulau, ia dituntut untuk berpikir logis bagaimana cara menyelamatkan hidupnya. Sedangkan emotion-focused-coping (strategi pemecahan masalah yang difokuskan pada perasaan ketika mendapatkan masalah), biasanya digunakan ketika menghadapi permasalahan yang lebih menyerang perasaan, sesuatu yang sangat sulit atau bahkan tidak mungkin diubah. Misalnya ketika seseorang menghadapi kematian orang yang ia sayangi. Ia dituntut untuk lebih pasrah dan menerima.

Pada prakteknya, proses pemecahan masalah yang kita lakukan dipengaruhi oleh banyak faktor, baik itu yang bersifat internal (dari dalam diri sendiri dan masalahnya itu sendiri) maupun eksternal (dari lingkungan luar). Faktor-faktor yang mempengaruhi proses pemecahan masalah adalah:

- a. Faktor situasional, yaitu pada stimulus yang menimbulkan masalah, pada sifat-sifat masalah, seperti sulit atau mudah, masalah baru atau lama, penting atau kurang penting, melibatkan sedikit atau banyak masalah lain.
- b. Faktor biologis. Keadaan biologis seseorang dapat mempengaruhi proses-proses psikologis seperti cara berpikir, berempati pada orang lain, dan sebagainya. Misalnya manusia yang kurang tidur mengalami penurunan cara berpikir, sulit berkonsentrasi.
- c. Faktor-faktor sosiopsikologis, terdiri dari:
 - 1) Motivasi. Motivasi yang rendah dapat mengalihkan perhatian, sementara motivasi yang tinggi justru dapat membatasi fleksibilitas dalam berpikir, misalnya karena terlalu tegang saat ujian, kita justru jadi tidak bisa mengerjakan soal ujian.

- 2) Kepercayaan dan sikap yang salah. Asumsi yang salah dapat menyesatkan kita. Misalnya, jika kita percaya bahwa hantu itu ada, akhirnya kita tidak bisa berpikir jernih bagaimana caranya keluar dari hutan, karena kita hanya terfokus pada ketakutan kita akan hantu. Sementara, sikap yang salah juga dapat mempengaruhi proses pemecahan masalah, misalnya sikap kita yang tidak percaya diri membuat kita juga tidak bisa menentukan pilihan
- 3) Kebiasaan. Kecenderungan untuk mempertahankan pola berpikir tertentu atau melihat masalah hanya dari satu sisi saja atau kepercayaan yang berlebihan dan tanpa kritis akan menghambat pemecahan masalah yang efisien dan hal ini dapat menyebabkan kekakuan pikiran (*rigid mental set*). Kebudayaan di sekitar kita banyak mempengaruhi kekakuan cara berpikir kita, karena cara kita memandang dan mengatasi persoalan dibatasi oleh *cultural setting* (situasi budaya)
- 4) Emosi. Emosi mewarnai cara berpikir kita, kita tidak pernah dapat benar-benar berpikir objektif. Sebenarnya tidak masalah, namun jika emosi sudah mencapai intensitas yang tinggi sehingga menjadi stress, akhirnya kita tidak dapat berpikir efisien.

1. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

2. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

3. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

4. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

5. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

6. *Das Unternehmen* ist ein *Rechtskörper*, der *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*. Er ist *gegenüber dem Staat* als *einzelne Person* zu handeln vermag. Er ist *von den natürlichen Personen* (den *Gründern*) *unterschiedlich* und *gegenüber den natürlichen Personen* *unabhängig*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib, Jusuf Muzakkir; *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*; Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2002.
- Abdul Mujib; *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*; PT Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2006.
- Andreas, Krisan. 2011. *Penggunaan Metode Bermain Peran (Role Play) dalam Meningkatkan Empati Teman Sebaya Siswa Kelas XII.D Jurusan Administrasi Perkantoran di SMK PGRI 02 Salatiga*. Skripsi Sarjana pada FKIP UKSW Salatiga: tidak diterbitkan
- Alwisol, (2009. *Psikologi Kepribadian*);:219-220 Calvin, Gardner dkk, theories of personality, 1978:
- Baron, R. A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jilid 2. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Batson, C. D, dkk (1991). *Empathy Joy and the Empathy Altruism Hypotesis*. *Journal of Personality and Social Psychology* University of Kansas. Vol 61, No 3.
- Batson, C. D, dkk. (1995). *Information Function Of Empathic Emotion: Learning That We Value the Other's Welfare*. *Journal of Personality and Social Psychology* University of Kansas. Vol 5.
- Batson, C. D. (1991). *Empathy-Altruism Hypothesis*. *Journal of Personality and Social Psychology* University of Kansas. Vol 61, No 3.

- Cassels, T. G, dkk. (2010). *The Role of Culture in Affective Empathy: Cultural and Bicultural Differences*. Journal of Cognition and Culture. Vol 10.
- Gerdes, K. E. dan Segal, E. A. (2009). *A Social Work Model of Empathy*. Advance in Social Work. Vol 10 No 2.
- Calvin, Gardner dkk, theories of personality, 1978:
- Ginting, A. O. (2009). *Hubungan Empati dengan Cooperative Learning pada Proses Belajar Siswa di SMP Negeri 10 Medan*. Skripsi Jurusan Psikologi Universitas Sumatera Utara. Tidak diterbitkan.
- Gordon, M. (2010). *Empathic Civilization: Building a New World One Child at a Time*. Journal Online. Tersedia: http://www.huffingtonpost.com/mary-gordon/empathic-civilization-bui_b_464359.html [25 September 2013]
- Haryani.(2013). *LAYANAN DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENGEMBANGKAN EMPATI SISWA SEKOLAH DASAR (Studi Kasus di SD Negeri Nogotirto Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2011/2012)*. Tesis Magister pada PSBK SPS UPI Bandung: tidak diterbitkan
- Hoffman, M. L. (1978). *Empathy: The Formative Years, Implications for Children Practice*. Journal New Direction in Psychotherapy.
- Hurlock, Elizabeth. (1999). *Perkembangan Anak*. Jilid 2. Alih Bahasa: Med. Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Hasan Langgulang; *Teori-teori Kesehatan Mental*; Pustaka Al-Husna; Jakarta; Cet.2; 1992.
- Ioannidou, F. dan Konstantikaki, V. (2008). *Empathy and Emotional Intelligence: What is it Really About?*. International Journal of Caring Sciences 1(3).

- Jalaluddin; *Psikologi Agama*; Raja Grafindo Persada; Jakarta; 2008.
- McLeod, John. (2010). *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- McLeod, John. (2010). *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*; Bulan Bintang; Jakarta; cet 1; 1977.
- Musthafa Fahmi; *Penyesuaian Diri, Pengertian dan Perannya Dalam Kesehatan Mental*; Bulan Bintang; Jakarta ; 1982.
- Mercer, S. W. dan Reynolds, W. J. (2002). *Empathy and Quality Care*. CSO health services research training fellow, Department of General Practice, University of Glasgow. W J. Vol 52.
- Panuntun, J. G. (2012). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Empati Pada Siswa Kelas X SMK 3 Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013*. Skripsi Sarjana pada FKIP UKSW Salatiga: tidak diterbitkan.
- Sa'adah, Munjiati. 2011. *Efektivitas Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa* (Eksperimen Kuasi pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Pagelaran Kabupaten Pringsewu Lampung Tahun Ajaran 2010/2011). Tesis Magister pada PSBK SPS UPI Bandung: tidak diterbitkan
- Segal, E. A dkk. (2012). *Developing the social Empathy Index: an Exploratory Factor Analysis*. Advances in Social Work. Vol 13 No 3.
- Setiawan, A. (2012). *Empati*. [Online] Tersedia: <http://andiysetiawan.blogspot.com/2012/11/empati.html> [29 September 2012]
- Sutardi, T. (2007). *Antropologi Mengungkap Keragaman Budaya*. Bandung: PT. Setia Purna Inves.

Questia. (2009). *Empathy*. Trusted Online Research. <http://www.questia.com/library/psychology/personality-and-emotions/empathy> [25 September 2013]

Taufik. (2012). *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada



Dicetak oleh:

CV. Karya Hasri Zitaq
Jl. Ampang No. 35 - Padang

ISBN 978-602-6884-16-9



9

786026

884169