

PSIKOLOGI KONSELING DI SEKOLAH: TINJAUAN TEORITIS DAN PRAKTIS

Isnaini

STAI Aceh Tamiang, Indonesia

Corresponding e-mail: isnainilubis14@gmail.com

Abstrak

Psikologi konseling di sekolah merupakan salah satu aspek penting dalam meningkatkan kesejahteraan siswa. Artikel ini bertujuan untuk memberikan tinjauan teoritis dan praktis tentang psikologi konseling di sekolah. Artikel ini membahas tentang definisi, tujuan, dan prinsip-prinsip psikologi konseling di sekolah, serta membahas tentang beberapa model konseling yang dapat digunakan di sekolah. Hasil penelitian ini: Psikologi konseling di sekolah dapat didefinisikan sebagai proses membantu siswa mengatasi masalah, dan meningkatkan kesejahteraan siswa. Bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mengembangkan kemampuan sosial, emosional dan akademik yang baik, Meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik siswa, Membantu siswa mengatasi masalah dan kesulitan yang dihadapi, Meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan siswa, Membantu siswa mengembangkan kemampuan membuat Keputusan yang tepat dan menghadapi tantangan hidup Prinsip-prinsip psikologi konseling di sekolah ada 5 prinsip, yaitu adanya kerahasiaan, keterbukaan, kepatuhan, keterlibatan, dan keseimbangan. Model-model psikologi Konseling yang bisa digunakan di sekolah adalah: model Konseling klasik, Konseling humanistic, Konseling kognitif-behavioral, Konseling sistemik, dan Konseling multicultural.

Kata Kunci: Psikologi Konseling, Teori dan Praktis

Abstract

Counseling psychology in schools is one of the important aspects in improving student welfare. This article aims to provide a theoretical and practical review of counseling psychology in schools. This article discusses the definition, objectives, and principles of counseling psychology in schools, as well as discussing several counseling models that can be used in schools. The results of this study: Counseling psychology in schools can be defined as the process of helping students overcome problems and improve student welfare. Aims to help students develop good social, emotional and academic abilities, Increase student motivation and academic achievement, Help students overcome problems and difficulties faced, Improve student welfare and happiness, Help students develop the ability to make the right decisions and face life challenges. The principles of counseling psychology in schools are 5 principles, namely confidentiality, openness, compliance, involvement, and balance. Counseling psychology models that can be used in schools are: classical counseling model, humanistic counseling, cognitive-behavioral counseling, systemic counseling, and multicultural counseling.

Keywords: *Counseling Psychology, Theory and Practice*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memiliki peran yang sangat penting dalam membantu siswa mencapai tujuan Pendidikan (American School Counselor Association, 2012: 12). Namun, dalam proses pendidikan, siswa seringkali mengalami berbagai masalah yang dapat mempengaruhi prestasi belajar dan kesejahteraan mereka.

Psikologi konseling di sekolah merupakan salah satu aspek penting dalam membantu siswa mengatasi masalah dan meningkatkan kesejahteraan mereka. Psikologi konseling di sekolah dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial, emosional, dan akademik yang baik, serta membantu mereka mengatasi masalah yang dapat mempengaruhi prestasi belajar dan kesejahteraan mereka, juga motivasi belajar (American School Counselor Association, 2012: 15).

Dalam meningkatkan motivasi belajar pada peserta didik tidak hanya terletak pada guru mata pelajaran dan orang tua saja, melainkan merupakan tanggung jawab bersama agar proses pembelajaran yang terjadi pada diri anak berjalan dengan baik dan prestasi belajarnya maksimal. Salah satu yang sangat berperan dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik adalah adanya

bimbingan dan konseling yang ada dimasing-masing sekolah (Mohani, 2015: 45).

Artikel ini bertujuan untuk memberikan tinjauan teoritis dan praktis tentang psikologi konseling di sekolah. Artikel ini akan membahas tentang definisi, tujuan, dan prinsip-prinsip psikologi konseling di sekolah, serta membahas tentang beberapa teori dan model konseling yang dapat digunakan di sekolah. Artikel ini juga akan membahas tentang implementasi psikologi konseling di sekolah dan evaluasi serta pengembangan program psikologi konseling di sekolah.

Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan psikologi konseling di sekolah, serta membantu siswa, guru, dan staf sekolah dalam meningkatkan kesejahteraan dan prestasi belajar.

METODE PENELITIAN

Adapun metode yang digunakan dalam artikel ini ialah studi pustaka (Library Research). Studi pustaka sendiri menurut (Bakhrudin All Habsy, 2017) merupakan upaya dalam mengumpulkan data-data dan sumber-sumber mengenai topik yang diambil dalam sebuah penelitian. Kemudian (Zed Mestika, 2014) studi kepustakaan adalah serangkaian kegiatan pengumpulan data, membaca kemudian mengolah bahan

penelitian tanpa terjuan secara langsung ke lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Definisi dan Tujuan Psikologi Konseling di Sekolah

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

Psikologi konseling adalah suatu kegiatan yang dibangun melalui adanya interaksi antara klien dengan psikolog/konselor untuk mengidentifikasi persepsi, kebutuhan, nilai, perasaan, pengalaman, harapan, serta masalah yang dihadapi klien. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk memecahkan masalah-masalah psikologis klien dengan menyadarkan klien terhadap akar masalah yang sebenarnya dihadapi hingga akhirnya klien dapat menemukan sendiri solusi dan alternatif penyelesaian masalah yang dihadapinya (Yundarika, 2014: 30)

Di antara berbagai disiplin ilmu, yang memiliki kedekatan hubungan dengan konseling adalah psikologi, bahkan secara khusus dapat dikatakan bahwa konseling

merupakan aplikasi dari psikologi, terutama jika dilihat dari tujuan, teori yang digunakan, dan proses penyelenggaraannya. Oleh karena itu, telaah atau kajian mengenai konseling dapat disebut sebagai psikologi konseling (*counseling psychology*).

Dalam perspektif proses, psikologi konseling adalah cabang khusus atau *lex specialis* dari psikologi yang mengkaji berbagai aspek yang terlibat dalam proses konseling. Aspek-aspek itu meliputi karakteristik terkait dengan konseling, konselor, konseli dan masalahnya, berbagai kondisi yang menunjang dan menghambat konseling, serta metode atau pendekatan-pendekatan dalam konseling (Ulfiyah, 2020: 7).

Jadi dapat disimpulkan bahwa psikologi konseling di sekolah dapat didefinisikan sebagai proses membantu siswa mengatasi masalah dan meningkatkan kesejahteraan siswa.

Psikologi konseling di sekolah bertujuan untuk: (1) Membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial, emosional dan akademik yang baik; (2) Meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik siswa, sehingga siswa dapat mencapai tujuan akademik (Bandura, 1997: 49); (3) Membantu siswa mengatasi masalah dan kesulitan yang dihadapi, sehingga siswa dapat mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan yang optimal (Corey, 2013: 78);

(4) Meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan siswa, sehingga siswa dapat mencapai potensi yang maksimal (Erford, 2013: 37); (5) Membantu siswa mengembangkan kemampuan membuat Keputusan yang tepat dan menghadapi tantangan hidup (Gysbers, 2013: 55).

Dalam beberapa perspektif lainnya, tujuan psikologi konseling dapat dikemukakan sebagai berikut: (1) Perubahan perilaku; (2) Kesehatan mental yang positif; (3) Pemecahan masalah; (4) Keefektifan personal; (5) Pengambilan keputusan (Abu Bakar M. Luddin, 2012: 88).

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

bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier (Abin Syamsuddin Makmun, 2003: 67)

PT Remaja Rosdakarya..

Prinsip-Prinsip dan Model Psikologi Konseling di Sekolah

Prinsip-Prinsip Psikologi Konseling di Sekolah antara lain, yaitu:

- 1) *Prinsip Kerahasiaan*: Psikologi konseling di sekolah harus menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan oleh siswa (Corey, 2013).
- 2) *Prinsip Keterbukaan*: Psikologi konseling di sekolah harus terbuka dan transparan dalam proses konseling (Erford, 2013).
- 3) *Prinsip Kepatuhan*: Psikologi konseling di sekolah harus patuh pada etika dan standar profesional (American School Counselor Association, 2012).
- 4) *Prinsip Keterlibatan*: Psikologi konseling di sekolah harus melibatkan siswa, orang tua, dan guru dalam proses konseling (Gysbers, 2013).
- 5) *Prinsip Keseimbangan*: Psikologi konseling di sekolah harus menjaga keseimbangan antara kepentingan siswa, orang tua, dan sekolah (Bandura, 1977).

Model-Model Psikologi Konseling di Sekolah, antara lain sebagai berikut:

- 1) *Model Konseling Klasik*: Model ini berfokus pada penyelesaian masalah siswa melalui proses konseling yang terstruktur dan sistematis (Corey, 2013). Model konseling klasik ini sangat berguna untuk menangani masalah siswa yang spesifik dan terbatas. Namun, model ini kurang efektif untuk menangani masalah yang kompleks dan memerlukan pendekatan yang lebih holistik.
- 2) *Model Konseling Humanistik*: Model ini berfokus pada pengembangan potensi siswa dan meningkatkan kesadaran diri melalui proses konseling yang berorientasi pada klien (Rogers, 1951). Model konseling humanistik ini sangat berguna untuk meningkatkan kesadaran diri dan pengembangan potensi siswa. Namun, model ini memerlukan waktu yang lebih lama dan memerlukan keterlibatan yang lebih dalam dari klien.
- 3) *Model Konseling Kognitif-Behavioral*: Model ini berfokus pada perubahan perilaku dan pola pikir siswa melalui proses konseling yang berorientasi pada kognisi dan perilaku (Beck, 1977). Model konseling kognitif-behavioral ini sangat berguna untuk mengubah perilaku dan pola pikir siswa yang negatif. Namun, model ini memerlukan keterlibatan yang lebih aktif dari klien dan memerlukan waktu yang lebih lama untuk mencapai hasil yang signifikan.
- 4) *Model Konseling Sistemik*: Model ini berfokus pada pengembangan sistem yang seimbang dan harmonis dalam lingkungan sekolah dan keluarga melalui proses konseling yang berorientasi pada sistem (Bertalanffy, 1968). Model konseling sistemik ini sangat berguna untuk mengatasi masalah yang kompleks dan memerlukan pendekatan yang lebih holistik. Namun, model ini memerlukan keterlibatan yang lebih luas dari semua pihak yang terkait.
- 5) *Model Konseling Multikultural*: Model ini berfokus pada pengembangan kesadaran dan penghargaan terhadap keragaman budaya dan latar belakang siswa melalui proses konseling yang berorientasi pada multikultural (Sue & Sue, 2013). Model konseling multikultural ini sangat berguna untuk meningkatkan kesadaran dan penghargaan terhadap keragaman budaya dan latar belakang siswa. Namun, model ini memerlukan keterlibatan yang lebih dalam dari klien dan memerlukan waktu yang lebih lama untuk mencapai hasil yang signifikan.

KESIMPULAN

Psikologi konseling di sekolah dapat didefinisikan sebagai proses membantu siswa mengatasi masalah, dan meningkatkan kesejahteraan siswa. Adapun psikologi dan konseling bertujuan untuk membantu siswa

agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan meliputi aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Dalam psikologi konseling di sekolah yaitu adanya kerahasiaan, keterbukaan, kepatuhan, keterlibatan, dan keseimbangan. Selanjutnya, model-model psikologi Konseling yang bisa digunakan di sekolah adalah: model Konseling klasik, Konseling humanistic, Konseling kognitif-behavioral, Konseling sistemik, dan Konseling multicultural.

DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsuddin Makmun. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. 2003.
- Abu Bakar M. Luddin. *Psikologi Konseling*. Bandung: Citapustaka. 2012.
- American School Counselor Association. *The ASCA National Model: A Framework for School Counseling Programs*. 2012.
- Bandura, A. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. 1977.
- Badrujaman, Aip. "Penggunaan Pendekatan Rational Emotif Behaviour Therapy (Rebt) pada Setting Sekolah di Indonesia", *Makalah*. Bandung. 2011.
- Beck, A. T. *Cognitive Therapy: A New Approach to the Treatment of Depression*. New York: Guilford Press. 1977.
- Bertalanffy, L. von. *General System Theory: Foundations, Development, Applications*. New York: Braziller. 1968.
- Corey, G. (Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Belmont, CA: Brooks/Cole. 2013.
- Erford, B. T. *Transforming the School Counseling Profession*. New York, NY: Routledge. 2013.
- Hartono, Boy Soedarmadji. *Psikologi Konseling*. Cet. ke-1, Ed. 2012
- Gysbers, N. C. *School Counseling: A Conceptual Framework*. American School Counselor Association. 2013.
- Lumongga Lubis, Namora. Memahami Dasar dasar Konse ling dalam Teori dan Praktik. Jakarta:Kencana PrenadaMedia Group. 2011.
- Rogers, C. R. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*. Boston: Houghton Mifflin. 1951.
- Sue, D. W., & Sue, D. *Counseling the Culturally Diverse: Theory and Practice*. Hoboken, NJ: Wiley. 2013.