

KONSELING INDIVIDUAL MELALUI TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DI SMP NEGERI 2 KADUNGORA

Suryadi¹, Euis Eti Rohaeti², Wiwin Yuliani³

¹suryadisag9@gmail.com, ²e2rht@yahoo.com, ³wiwin@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

This research at SMP Negeri 2 Kadungora aims to determine how the implementation of individual counseling services through self-management techniques at SMP Negeri 2 Kadungora. This study uses a qualitative method where the researcher reveals and describes the data according to what is happening in the field. Data collection techniques using observation, interviews, and documentation. The subjects in this study were teachers of guidance and counseling. The sampling technique used was purposive sampling, which was purposive sampling in accordance with the required criteria or assessment. The results of this study indicate that based on the results of observations, interviews, and documentation studies conducted by researchers that the implementation of individual counseling services through the Self-management Technique at SMP Negeri 2 Kadungora is quite good, although there are still some shortcomings such as competent implementers, materials based on need assessment, strategies according to the needs of students, carried out in a scheduled and incidental manner, the scope is in accordance with the personal field and adequate facilities and infrastructure provided by the school

Keywords: *Individual counseling, Self management techniques.*

Abstrak

Penelitian di SMP Negeri 2 Kadungora ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dimana peneliti mengungkapkan serta memaparkan data sesuai apa yang terjadi di lapangan. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah guru Bimbingan dan konseling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora sudah cukup baik walaupun masih ada beberapa kekurangan seperti pelaksana yang berkompeten, materi yang berdasarkan *need assesment*, strategi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik, dilakukan secara terjadwal dan insidental, ruang lingkup sesuai dengan bidang pribadi serta sarana dan prasarana yang memadai yang disediakan pihak sekolah

Kata Kunci: Konseling individual, Teknik Self management.

PENDAHULUAN

Bagi guru Bimbingan dan konseling teknik *self management* dalam konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik *self management* dalam konseling individual berarti akan mudah menjalankan

Proses konseling yang lain. Proses konseling individu berpengaruh besar terhadap peningkatan klien karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan cara beratap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri klien, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku (Hopipah 2011, hal 6). Bimbingan dan konseling individual memberikan ruang dan suasana yang memungkinkan siswa mampu membuka diri setransparan mungkin. Siswa memahami kondisi diri sendiri dan lingkungannya serta permasalahan yang dialami. Kekuatan dan kelemahan yang dimiliki oleh dirinya dapat dikontrol dan dikendalikan.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Ozdemir, *et.al* (2014, hlm. 6) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai control diri yang tinggi ditandai dengan perencanaan untuk masa depan yang efektif, control impuls, kemampuan untuk mengatasi pikiran negatif, dan mempunyai kemampuan untuk mengontrol perilaku. Sedangkan seseorang yang mempunyai control diri yang rendah ditandai dengan perilaku impulsif, tidak memikirkan resiko, kecanduan, makan berlebihan, lebih memilih tugas-tugas sederhana daripada yang sulit, egois dan cepat marah.

Dari hasil observasi peneliti mendapati siswa di SMP Negeri 2 Kadungora yang masih melakukan pelanggaran, kurang semangat belajar dan memiliki perilaku yang kurang baik, padahal guru BK di SMP Negeri 2 Kadungora telah melakukan peranannya dalam mengentaskan masalah siswa. Dengan demikian peneliti merasa tertarik untuk meneliti, bagaimana tentang pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMPN 2 Kadungora membantu siswa dalam mengentaskan masalahnya.

Penelitian kualitatif tentang pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMPN 2 Kadungora berusaha mengungkap kegiatan konseling yang dilakukan oleh guru BK teknik *self management* merupakan turunan dari *cognitive behavioral modification* dan juga *cognitive behaviorisme therapy*. Nursalim (2013, hlm.149) menjelaskan *self management* adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkahlaku mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi. Konseli harus aktif menggerakkan variabel internal dan eksternal, untuk melakukan perubahan yang diinginkan.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis deskriptif kualitatif sebab peneliti ingin mendeskripsikan dan menggambarkan bagaimana sebenarnya pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora dilaksanakan. Penelitian deskriptif kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara jelas dan sistematis terkait dengan objek yang diteliti dengan memberikan informasi data yang valid terkait dengan data dan fenomena yang ada di lapangan. (Syaodih, 2009 hlm 17). Metode pengumpulan data utama yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan peninjauan berbagai dokumen yang relevan. Metode penelitian kualitatif secara khusus berorientasi pada eksplorasi, penemuan dan logika induktif. Induktif disini maksudnya penulis tidak hanya membatasi penelitian pada upaya menerima dan menolak dugaan melainkan mencoba memahami situasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Layanan konseling individual melalui teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora yaitu bantuan yang diberikan kepada siswa dengan tujuan agar siswa mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif, membantu siswa agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat, dan memperoleh keterampilan dasar hidupnya, atau dengan kata lain membantu siswa agar mereka dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora didapati bahwa :

Pelaksana layanan konseling individual melalui Teknik *self management*

Guru Bimbingan dan Konseling adalah pendidik yang berkualifikasi akademik minimal Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang Bimbingan dan Konseling dan memiliki kompetensi di bidang Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan data kualitatif dari hasil wawancara bahwa bahwa guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Kadungora memiliki latar belakang pendidikan S1 akan tetapi bukan dari latar pendidikan BK, memiliki pengalaman sebagai guru BK cukup lama lebih dari 10 Tahun, mereka tidak begitu aktif mengikuti kegiatan organisasi BK, dan guru layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Kadungora memiliki beban kerja lebih dari 160 siswa. Hal tersebut tidak sesuai dengan rasio ideal dalam Permendikbud

No 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah yang menyebutkan bahwa Beban kerja seorang Konselor atau Guru.

Materi layanan konseling individual melalui Teknik *Self management*

Pada jawaban yang dikemukakan oleh guru bimbingan dan konseling menyatakan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Kadungora didasari dengan melakukan *need assesment* kepada peserta didik yang dilakukan diawal semester untuk menyusun program pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling Dalam proses pemberian layanan, layanan bimbingan dan konseling pribadi di SMP Negeri 2 Kadungora dapat mengatasi permasalahan yang dialami siswa didukung dengan siswa yang bersikap kooperatif sehingga pelayanan yang diberikan kepada siswa sesuai dengan kebutuhan siswa. Guru bimbingan dan konseling menyiapkan materi layanan menggunakan buku bacaan, internet dan hasil diskusi dengan rekan seprofesi sebagai sumber materi layanan bimbingan dan konseling pribadi didukung dengan fasilitas yang diberikan pihak sekolah seperti jaringan internet dan keaktifan guru bimbingan dan konseling untuk berdiskusi.

Strategi layanan konseling individual melalui Teknik *Self management*

Guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Kadungora memberikan layanan dalam strategi layanan sesuai dengan intensitas masalah yang dihadapi siswa dengan bekerjasama dengan berbagai pihak seperti psikolog atau ahli lainnya untuk mereferal siswa yang memiliki masalah pribadi yang guru bimbingan dan konseling merasa tidak mampu membantu siswa karena sudah bukan di dalam ranah bimbingan dan konseling bahkan guru BK di SMP Negeri 2 Kadungora rajin melakukan home visit untuk mengetahui masalah siswa lebih mendalam. Serta cara komunikasi layanan yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dilakukan secara tatap muka atau menggunakan media layanan bimbingan dan konseling pribadi.

Ruang lingkup layanan konseling individual melalui Teknik *Self management*

Hasil data penelitian menunjukkan bahwa ruang lingkup pemberian layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* yang diberikan kepada siswa bahwa siswa memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki serta mampu mengentaskan masalah yang dimiliki siswa, mengembangkan kelebihan yang dimiliki dan aktualisasi diri secara bertanggung jawab. Pengembangan bakat siswa didukung dengan adanya 14 ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Kadungora yang diikuti siswa secara aktif.

Sarana layanan konseling individual melalui Teknik *Self management*

Dari data kualitatif bahwa pelaksanaan layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* yang diberikan kepada siswa di SMP Negeri 2 Kadungora didukung oleh ketersediaan sarana dan prasarana seperti ruang guru bimbingan dan konseling, kursi tamu, meja kerja, komputer, almari arsip, administrasi dan buku sumber walaupun tidak begitu lengkap dan ideal .

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora sudah cukup baik dan ditemukan masih ada beberapa kekurangan serta kendala yang menjadi hambatan dalam pelaksanaan layanan.

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora mengungkap pelaksana, materi strategi, ruang lingkup, kegiatan, serta sarana dan prasarana pelaksanaan layanan. Berdasarkan hasil observasi, interviu, dan *study* dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bahwa pelaksanaan layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora sudah cukup baik walaupun masih ada beberapa kekurangan.

Guru BK di SMP Negeri 2 Kadungora sebagai Pelaksana layanan konseling individual melalui Teknik *Self management* memiliki latar belakang pendidikan S1 akan walaupun bukan dari latar pendidikan BK, memiliki pengalaman sebagai guru BK cukup lama lebih dari 10 Tahun, mereka tidak begitu aktif mengikuti kegiatan organisasi BK, dan guru BK di SMP Negeri 2 Kadungora memiliki beban kerja lebih dari 160 siswa Hal tersebut senada dengan Menurut Winkel (2013, hlm 162) disebutkan personil yang mendukung dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang terdiri dari konselor sekolah, guru-konselor, guru wali kelas, kepala sekolah, psikolog sekolah, psikolog dan psikiater.

Disebutkan dalam Departemen Pendidikan Nasional (2008, hlm 233) bahwa personel utama pelaksana layanan bimbingan dan konseling merupakan tenaga profesional seperti konselor atau guru bimbingan dan konseling serta staf administrasi bimbingan dan konseling. dengan bekerjasama dengan pihak – pihak terkait dalam satuan pendidikan atau non pendidikan. Pendapat tersebut didukung Permendikbud nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan menengah menyebutkan bahwa Guru. Bimbingan dan Konseling adalah pendidik yang berkualifikasi akademik

minimal Sarjana Pendidikan (S-1) dalam bidang Bimbingan dan Konseling dan memiliki kompetensi di bidang Bimbingan dan Konseling dan memiliki bebankerja 150 – 160 peserta didik ekuivalen 24 jam pembelajaran.

Pelaksanaan layanan konselingindividual melalui Teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora didasari dengan melakukan *need assesment* kepada peserta didik dan menyiapkan materi layanan. Hal tersebut sejalan dengan Departemen Pendidikan Nasional (2008, hlm 220) bahwa Penyusunan materi layanan bimbingan dan konseling pribadi di sekolah diawali dengan kegiatan assesment atau kegiatan mengidentifikasi aspek – aspek yang dijadikan bahan materi bagi penyusunan materi tersebut, rumusan hasil *need assesment* peserta didik merupakan rumusan yang menganut rumusan tugas – tugas perkembangan dan selanjutnya Prayitno & Erman Amti (2004, hlm120) mengatakan bahwa asas keahlian merupakan mengacu pada kualifikasi guru bimbingan dan konseling serta pengalaman yang memadukan teori dan praktek sehingga guru bimbingan dan konseling harus benar – benar menguasai teori dan praktek secara baik.

Guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Kadungora memberikan layanan konselingindividual melalui Teknik *Self management* di SMP Negeri 2 Kadungora dalam strategi layanan sesuai dengan intensitas masalah yang dihadapi siswa hal ini sejalan dengan Permendikbud No 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah menyebutkan bahwa Strategi layanan bimbingan dan konseling dibedakan atas jumlah individu yang dilayani, jenis dan intensitas masalah yang dihadapi peserta didik/konseli, dan cara komunikasi layanan. Strategi layanan bimbingan dan konseling berdasarkan jumlah individu yang dilayani dilaksanakan melalui layanan individual, layanan kelompok, layanan klasikal, atau layanan kelas besar atau lintas kelas. Layanan bimbingan dan konseling berdasarkan jenis dan intensitas masalah yang dihadapi peserta didik/konseli dilaksanakan melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, bimbingan individual, konseling individual, konseling kelompok, atau advokasi. Strategi layanan bimbingan dan konseling berdasarkan cara komunikasi layanan dilaksanakan melalui tatap muka antara konselor atau guru bimbingan dan konseling dengan peserta didik/konseli atau menggunakan media tertentu, baik media cetak maupun elektronik.

Ruang lingkup pemberian layanan konseling individual melalui teknik *self management* yang diberikan kepada siswa di SMP Negeri 2 Kadungora bahwa siswa memahami kekurangan dan kelebihan yang dimiliki serta mampu mengentaskan masalah yang dimiliki siswa, mengembangkan kelebihan yang dimiliki dan aktualisasi diri secara bertanggung jawab hal ini sejalan dengan Permendikbud no 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah menyebutkan materi bimbingan dan konseling pribadi, yaitu Secara garis besar, lingkup materi bimbingan dan konseling pribadi meliputi pemahaman diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, keselarasan perkembangan cipta-rasa-karsa, kematangan/kedewasaan cipta-rasa-karsa, dan aktualiasi diri secara bertanggungjawab.

Pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora didukung dengan ketersediaan sarana dan prasarana seperti ruang guru bimbingan dan konseling, kursi tamu, meja kerja, komputer, almari arsip, administrasi dan buku sumber walaupun tidak begitu lengkap dan ideal sesuai dengan Departemen Pendidikan Nasional (2008, hlm 238) menyebutkan bahwa ruang bimbingan dan konseling merupakan salah satu dari beberapa sarana yang penting dalam mempengaruhi keberhasilan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah serta jumlah ruang bimbingan dan konseling disesuaikan dengan kebutuhan jenis layanan dan jumlah ruangan seperti ruang kerja, ruang administrasi, ruang konseling individual, ruang bimbingan dan konseling kelompok, ruang biblio terapi, ruang relaksasi dan ruang tamu. Menurut Bimo Walgito (2008, hlm 97) pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah akan berjalan dengan lancar sesuai dengan yang direncanakan, apabila didukung oleh prasarana dan sarana yang memadai yang terdiri dari ruang tunggu atau ruang tamu, ruang konseling perorangan, ruang konseling dan bimbingan kelompok, ruang sumber bimbingan dan konseling, ruang resepsionis.

SIMPULAN

Pelaksanaan layanan konseling individual melalui teknik *self management* di SMP Negeri 2 Kadungora sudah cukup baik walaupun masih ada beberapa kekurangan.

Pada umumnya melaksanakan layanan bimbingan dan konseling secara garis besar didukung dengan faktor-faktor seperti pelaksana yang berkompeten, materi yang berdasarkan *need assesment*, strategi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik, dilakukan secara terjadwal dan insidental, ruang lingkup sesuai dengan bidang pribadi serta sarana dan prasarana yang memadai yang disediakan pihak sekolah.

REFERENSI

- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Penataan Pendidikan ProfesionalKonselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Permendikbud (2014) *Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*, Jakarta
- Hopipah (2011). *Pengaruh Iklim Organisasi terhadap Semangat Kerja Pegawai Dilingkungan Kantor Sub Bagian Kepegawaian dan Umum* .Jakarta Bumi Aksara.
- Nursalim. M (2013) *Strategi Dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata.
- Özdemir H, Çiftçi E, Durmaz R, Güriz H, Aysev AD (2014). Risk factors for nasopharyngeal carriage of *Streptococcus pneumoniae* in healthy Turkish children after the addition of heptavalent pneumococcal conjugate vaccine (PCV7) to the national vaccine schedule. 575–83.
- Prayitno & Erman Amti. (2004). *Dasar – Dasar Bimbingan dan Konseling*.Jakarta: RinekaCipta.
- Sukmadinata Nana Syaodih. (2009.)*Landasan Psikologi dan Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Walgito Bimo. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Winkel, W.S. & M.M. Sri Hastuti. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi