

*Dra. Hj. Ani Wardah, MPd.*

# ANCANGAN

## KONSELING INDIVIDUAL TRAIT AND FACTOR



ANCANGAN  
KONSELING INDIVIDUAL  
*TRAIT AND FACTOR*

*Dra. Hj. Ani Wardah, MPd.*

**ANCANGAN  
KONSELING INDIVIDUAL  
*TRAIT AND FACTOR***

Hak cipta dilindungi undang-undang,  
dilarang memperbanyak buku ini sebagian atau seluruhnya dalam  
bentuk apapun juga, baik secara mekanis maupun elektronik, termasuk  
fotokopi, rekaman dan lain-lain  
tanpa izin dari penerbit

iv+ 65 halaman; 14,5 x 21 cm

## KATA PENGANTAR

*Assalaamualaikum wr wb,*

Ancangan Konseling Individual *Trait and Factor* adalah salah satu dari model-model konseling yang merupakan mata kuliah kelompok Mata Kuliah Praktik (PBK-310) dengan bobot 2 SKS. Mata kuliah ini wajib diikuti oleh semua mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. Diharapkan Ancangan Konseling Individual *Trait And Factor* yang salah satu dari model-model konseling ini dapat memberikan mahasiswa wawasan pengetahuan dan keterampilan dasar untuk melaksanakan konseling, baik yang berkaitan dengan pengetahuan dasar konsep-konsep konseling, maupun latihan-latihan khusus dalam rangka perubahan tingkah laku atau pemecahan masalah konseli, serta kegiatan dan keterampilan menilai dan menindaklanjuti hasil proses konseling.

Mata kuliah Model-model Konseling ini dipandang penting dalam mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon konselor. Materi yang dipelajari cukup banyak, sedangkan alokasi waktu yang disediakan untuk kegiatan tatap muka dalam kelas dan berlatih secara simultan di depan teman-teman maupun di laboratorium serta memberikan balikan melalui diskusi dengan teman-teman dan dosen pengasuh sangat terbatas. Oleh karena itu dirasa perlu adanya suatu bahan pengajaran yang dapat dipelajari mahasiswa secara mandiri.

Sedangkan buku-buku bahan pengajaran yang membahas masalah konseling, terutama berkenaan dengan Model-model Konseling, saat ini sangat jarang ditemukan. Sehingga Dosen dan mahasiswa mengalami kesulitan dalam memperoleh literatur yang membahas materi tersebut. Penerbitan buku bahan ajar ini berusaha untuk memenuhi kekurangan tersebut dan untuk menunjang sumber kepustakaan bagi mahasiswa yang mengikuti Perkuliahan Model-model Konseling pada program

studi Bimbingan dan Konseling. Penerbitan buku bahan ajar ini juga dapat digunakan oleh praktisi dalam bidang bimbingan dan konseling.

Dengan diterbitkannya buku bahan ajar ini maka diharapkan masalah yang dihadapi oleh dosen dan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling dapat dipecahkan.

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat dan InayahNya, penyusun dapat menyelesaikan buku bahan ajar ini. Secara keseluruhan pada tahap awal, buku bahan ajar ini belum berwujud sebagai satu buku teks yang utuh, dan sudah tentu masih mengandung banyak kekurangan. Dalam perkembangan selanjutnya direncanakan akan dikembangkan menjadi buku bahan bacaan yang lebih baik. Oleh karena saran dan bantuan dari pembaca sangat dinantikan untuk penyempurnaan di masa yang akan datang.

*Wassalamualaikum wr wb,*

Banjarmasin, Juni 2012

Penyusun

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
KATA PENGATAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I KONSELING <i>TRAIT AND FACTOR</i>	
A. Rasional .....	1
B. Ancangan Konseling <i>Trait And Factor</i> .....	1
1. Hakekat Manusia .....	2
2. Tujuan Konseling.....	3
3. Tahap-tahap Konseling .....	3
4. Strategi Implementasi.....	6
5. Teknik-teknik Konseling.....	6
BAB II PENGGUNAAN ANCANGAN KONSELING <i>TRAIT AND FACTOR</i>	
A. Konfidensialitas.....	8
B. Identitas Konseli.....	9
C. Proses Konseling.....	12
BAB III PEMBAHASAN	
Pembahasan .....	62
DAFTAR RUJUKAN.....	65

# BAB I

## KONSELING *TRAIT AND FACTOR*

### A. Rasional

Layanan konseling adalah serangkaian proses kegiatan yang dilakukan oleh konselor sebagai upaya untuk membantu konseli dalam memecahkan masalahnya. Layanan konseling merupakan layanan yang profesional, artinya pelayanan dilakukan oleh orang-orang yang memiliki pendidikan keahlian serta pengalaman khusus di bidang konseling.

Konseling merupakan pemberian bantuan yang profesional, oleh karena itu konseling memerlukan suatu prosedur yang ilmiah. Dengan demikian dalam memberikan layanan konseling, konselor memilih ancangan konseling tertentu sebagai ancangan utama dalam membantu konseli yang bermasalah.

### B. Ancangan Konseling *Trait And Factor*

Ancangan konseling *trait and factor* dikembangkan oleh E. G. Williamson. Tujuan dari pendekatan *trait and factor* ini adalah untuk membantu individu tumbuh ke arah perkembangan yang optimal dalam segenap aspek kepribadiannya.

Adapun konselor dalam konseling *trait and factor* ini berperan sebagai seorang guru, mengarahkan konseli ke arah yang lebih baik, tidak netral sepenuhnya terhadap nilai. Selain itu, konselor diharapkan dapat menerapkan strategi perubahan tingkah laku beserta teknik-tekniknya. Berdasarkan pandangan Williamson terhadap manusia, sebagai makhluk berfikir atau rasional, maka konseling dipandang sebagai proses yang bersifat

rasional dan logis tetapi tetap dipandang dalam pengertian personalistik.

Pendekatan ini memusatkan pada usaha menggunakan kemampuan berpikir untuk memecahkan masalah yang dihadapi konseli tanpa meninggalkan aspek emosional konseli. Dengan pendekatan ini konselor mendorong konseli untuk tumbuh ke arah perkembangan yang optimal dalam segenap aspek kepribadian dalam situasi hubungan yang bersifat pribadi, bersahabat, akrab, dan empatik.

### **1. Hakekat Manusia**

E. G. Williamson mengemukakan ada lima hal pokok mengenai hakikat manusia yaitu:

- a. Manusia dilahirkan dengan membawa potensi yang kelebihan dan kekurangan
- b. Manusia bergantung dan hanya akan berkembang secara optimal ditengah-tengah masyarakat
- c. Manusia ingin mencapai kehidupan yang baik
- d. Manusia banyak berhadapan dengan "mengintro-duksi" konsep hidup yang menghadapkannya pada pilihan-pilihan
- e. Hubungan manusia berkaitan dengan alam semesta  
Selain konsep pokok di atas, karakteristik lain yang cukup penting adalah:
  - a. Manusia merupakan individu yang baik
  - b. Manusia memiliki sifat-sifat umum
  - c. Manusia bukan penerima pasif pembawaan dan lingkungannya.



## **2. Tujuan Konseling**

Tujuan konseling *trait and factor* adalah mengarahkan dan membantu individu tumbuh ke arah perkembangan yang optimal dalam segenap aspek kepribadiannya. Secara ringkas tujuan konseling *trait and factor* adalah sebagai berikut:

- a. *Self clarification* (kejelasan diri)
- b. *Self understanding* (pemahaman diri)
- c. *Self direction* (pengarahan diri)
- d. *Self actualization* (perwujudan diri)

## **3. Tahap-tahap Konseling *trait and factor***

Adapun tahap-tahap dalam konseling *trait and factor* antar lain:

### **a. Analisis**

Analisis merupakan langkah untuk mengumpulkan informasi tentang diri konseli beserta latar belakangnya. Informasi atau data yang dikumpulkan mencakup segala aspek kepribadian konseli. Tujuan dari tahap analisis ini adalah untuk memperoleh pemahaman tentang diri konseli dalam hubungannya dengan syarat-syarat untuk memperoleh penyelesaian diri baik untuk masa sekarang maupun masa yang akan datang. Data yang terkumpul harus valid, relevan dan komprehensif.

**b. Sintesis**

Sintesis adalah usaha merangkum, menggolong-golongkan, dan menghubungkan data yang telah terkumpul pada tahap analisis yang disusun sedemikian hingga dapat menunjukkan keseluruhan gambaran tentang diri konseli. Rumusan dalam sintesis ini bersifat ringkas dan padat. Ada tiga cara yang dapat dilakukan dalam merangkum data pada tahap sintesis. Cara yang pertama dibuat oleh konselor, kedua dilakukan oleh konseli, dan ketiga adalah cara kolaborasi kerjasama antara konseli dan konselor.

**c. Diagnosis**

Diagnosis merupakan tahap penginterpretasian data dari sudut problema atau masalah yang ditunjukkan. Rumusan diagnosis dilakukan melalui proses pengambilan data atau penarikan kesimpulan yang logis. Dalam tahap ini terdapat dua langkah yaitu identifikasi masalah (ditunjukkan masalah apa yang dialami konseli) dan etiologi (upaya memprediksikan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan data yang ada).

**d. Prognosis**

Prognosis merupakan upaya untuk memprediksi kemungkinan-kemungkinan yang terjadi berdasarkan data yang sekarang (Fauzan, 1994:143). Apakah masalah akan lebih buruk atau akan membahayakan konseli bila

masalah tersebut tidak segera diatasi. Dengan demikian maka perlu adanya prediksi pada masalah konseli.

**e. *Treatment***

*Treatment* merupakan upaya bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Bantuan yang diberikan adalah bantuan yang berupa upaya membantu konseli untuk menemukan sumber dari lembaga masyarakat guna membantu konseli untuk mencapai penyesuaian seoptimal mungkin.

Pada tahap konseling terdapat 4 langkah, yaitu:

- 1) Pengembangan alternatif pemecahan, dalam langkah ini dilakukan penggalian-penggalian alternatif-alternatif pemecahan masalah.
- 2) Pengujian setiap alternatif, alternatif-alternatif pemecahan masalah yang telah tergalai kemudian diuji kekurangan dan kelebihanannya.
- 3) Pemilihan dan pengambilan keputusan, dari hasil pengujian alternatif konseli memilih satu alternatif yang tepat untuk dilaksanakan sebagai usaha pemecahan masalah.
- 4) Aplikasi alternatif pemecahan masalah, langkah ini merupakan pelaksanaan dari alternatif pemecahan masalah yang telah dipilih oleh konseli.

#### **f. Follow-Up**

*Follow-Up* merupakan upaya tindak lanjut untuk membantu konseli dan mengetahui hasil perkembangan yang diperoleh konseli setelah mendapat konseling dari konselor. Apakah konseli sudah dan sebaliknya mengalami kemunduran.

#### **4. Strategi Implementasi**

Dalam mengimplementasikan pemecahan masalah, Williamson mengemukakan lima macam strategi, yaitu:

- a. *Forcing conformity* (memaksa penyesuaian). Dipilih apabila lingkungan memang tidak dapat diubah.
- b. *Changing the environment* (mengubah lingkungan). Dipilih apabila konseli memang tidak memungkinkan memiliki kekuatan atau kemampuan melakukannya.
- c. *Selecting the appropriate environment* (memilih lingkungan yang cocok).
- d. *Learning needed skills* (belajar ketrampilan-ketrampilan yang diperlukan).
- e. *Changing attitude* (mengubah sikap) yaitu sikap yang dianggap perlu diubah kalau memang tidak menguntungkan.

#### **5. Teknik-teknik Konseling Trait and Factor**

Teknik dalam konseling *trait and factor* terdiri dari:

- a. *Establishing rapport* (menciptakan hubungan baik)  
Konselor menciptakan suasana yang hangat, bersikap ramah dan akrab, dan menghilangkan kemungkinan situasi yang bersifat mengancam.

- b. *Cultivating self understanding* (mempertajam pemahaman diri)  
Konselor berusaha membantu konseli agar lebih mampu memahami dirinya yang mencakup segala kelebihan maupun kekurangannya, dan dibantu untuk menggunakan kekuatan dan mengatasi kekurangannya.
- c. *Advising or planing a program of action* (memberi nasehat atau merencanakan program tindakan).  
Konselor memulai dari apa yang menjadi pilihan konseli, tujuannya, pandangannya dan sikapnya kemudian mengemukakan manfaat dan kerugiannya.
- d. *Carrying out the plan* (melaksanakan rencana)  
Konselor mengikuti pilihan dan keputusan konseli, konselor dapat memberikan bantuan langsung bagi implementasi pelaksanaan rencana konseli.
- e. *Referral* (pengiriman pada ahli)  
Apabila konselor tidak mampu, maka konselor perlu mengirim konselinya pada ahli lain yang mampu memecahkan masalah konseli.

## BAB II

### PENGGUNAAN ANCANGAN KONSELING TRAIT AND FACTOR

#### A. **Konfidensialitas**

Dalam rangka memahami konseli secara penuh dan menyeluruh, diperlukan data selengkap-lengkapnyanya tentang diri konseli. Informasi tentang diri konseli dikumpulkan dapat berupa data, yang merupakan data pribadi dan data lingkungan konseli. Data atau informasi tentang konseli sangat diperlukan untuk mempermudah konselor dalam membantu permasalahan yang dialami konseli. Berkaitan dengan data yang telah dikumpulkan tersebut, ada data yang bersifat umum dan ada data yang bersifat rahasia atau pribadi.

Berkaitan dengan data yang bersifat pribadi, konselor sebagai pemberi bantuan harus memperhatikan konfidensialitas konseli sesuai dengan kode etik jabatan konselor yang terdapat dalam Dasar Standarisasi Profesi Konseling 2004 sebagai berikut:

1. Catatan diri konseli yang meliputi data dari hasil wawancara, *testing*, surat menyurat perekaman, dan data lain yang mempunyai informasi yang bersifat rahasia, hanya boleh digunakan untuk keperluan riset atau pendidikan calon konselor dengan syarat identitas diri konseli dirahasiakan.
2. Penyampaian informasi mengenai konseli kepada konseli, kepada keluarga atau kepada anggota profesi lain, membutuhkan persetujuan konseli
3. Penggunaan informasi tentang konseli dalam rangka konsultasi dengan anggota profesi yang sama atau yang

lain dapat dibenarkan, asalkan untuk kepentingan konseli dan tidak merugikan konseli.

4. Keterangan mengenai bahan professional hanya boleh diberikan kepada orang yang berwenang menafsirkan dan menggunakannya.

Dari pernyataan mengenai kode etik di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap data yang bersifat rahasia hanya boleh digunakan untuk kepentingan profesi dan pengembangan ilmu dengan merahasiakan identitas pribadi konseli. Dengan demikian, data konseli yang bersifat pribadi akan dirahasiakan, kecuali atas ijin konseli.

Kode etik diberlakukan bagi konselor agar konselor tetap dapat menjaga standar mutu serta status profesinya dengan batas-batas yang jelas dengan profesi lain, sehingga dapat dihindari kemungkinan penyimpangan-penyimpangan tugas atau malpraktik yang dilakukan oleh konselor maupun profesi lain.

## **B. Identitas Konseli**

### **1. Proses Menemukan Konseli**

Proses menemukan konseli, konselor dapatkan ketika konselor menganalisis sosiometri kelas XI IA2. Dari hasil sosiometri, konseli merupakan anak yang terisolir di kelas. Ia merupakan siswa yang tidak disukai di kelasnya. Berdasarkan hasil analisis sosiometri, konselor memanggilnya ke ruang BK, konseli bersedia datang ke ruang BK untuk menemui konselor. Saat konseli datang

ke ruang BK, konselor mengutarakan maksud memanggil konseli ke ruang BK selanjutnya terjadilah kesepakatan antara konselor.

Dalam proses konseling, konseli mengungkapkan permasalahan yang dialaminya saat ini dari hasil komunikasi konselor mendapatkan data awal, konseli jarang berbicara, jarang bergaul dengan teman sekelasnya, dan konseli menunjukkan muka yang sedih dan wajah pucat seperti orang sakit. Konseli berniat untuk segera menyelesaikan masalahnya dengan bantuan konselor.

## 2. Identifikasi Konseli

Nama : Nina Agustina (disamarkan)  
 Nama panggilan : Nina  
 Tempat/tanggal lahir: Banjarmasin, 16 Agustus 1994  
 Jenis kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Alamat rumah : Jl. Ahmad Yani No.112  
 Hobi : Membaca puisi, menyanyi  
 Cita-cita : Wanita karir  
 Anak ke- : 1 dari 4 bersaudara

## 3. Identitas Orang Tua

### a. Ayah

Nama : Agus Susanto (disamarkan)  
 Pekerjaan : PNS  
 Agama : Islam  
 Suku : Jawa  
 Pendidikan : Sarjana S1  
 Alamat : Jl. Ahmad Yani No. 112



b. Ibu

Nama : Siti Aminah (disamarkan)  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Agama : Islam  
Suku : Banjar  
Pendidikan: S1  
Alamat : Jl. Ahmad Yani No. 112

4. Penampilan Konseli

a. Penampilan fisik

Konseli mempunyai tinggi badan 158 cm, berat badan 48 kg, warna kulit sawo matang, bentuk wajah oval, dan cara bicara konseli lancar. Konseli di sekolah menggunakan seragam lengkap sesuai aturan di sekolah untuk hari Senin sampai hari sampai hari Kamis menggunakan seragam warna putih dan abu-abu, menggunakan dasi, sepatu hitam, kaos kaki putih, dan menggunakan kerudung. Sedangkan untuk hari Jumat menggunakan baju sasingan, rok hitam, sepatu hitam, dan kaos kaki hitam, dan hari Sabtu menggunakan seragam pramuka, serta menggunakan kerudung. Selain itu, baju konseli kadangkala ditaruh di luar.

b. Penampilan psikis

Konseli termasuk pribadi yang jarang bicara, cuek, ramah, dan anak yang manja.

### C. PROSES KONSELING

Dialog yang terjadi dalam proses konseling dengan pendekatan konseling *trait and factor* adalah sebagai berikut:

Keterangan:

Waktu pelaksanaan: Kamis, 22 Desember 2011

(11.00- 12.30)

K'or : Konselor

K' li : Konseli

K'or/ K' li	Dialog	Teknik/ tahap	Keterangan
1	2	3	4
K'li	“(Konseli mengetuk pintu) Assalamuallaikum..!!!	<i>Opening</i>	Penyambutan dan topik netral
K'or	“Wa’alaikumsalam Wr. Wb. Oh Nina, mari silahkan masuk”		Untuk membangun hubungan baik dengan konseli
K'li	“Terimakasih, Bu”		
K'or	“Silahkan duduk, mau duduk di mana?”	<i>Lead khusus</i>	Untuk memastikan posisi konseli memilih tempat duduk

K'li	"Iya Bu, saya duduk di sini saja"		
K'or	"Apakah Nina sudah merasa nyaman duduk di situ?"	<i>Lead khusus</i>	Untuk mendapatkan keterangan tentang kenyamanan konseli
K'li	"Iya Bu"		
K'or	"Oh..... begitu! (sambil mengangguk-angguk), baiklah kalau begitu. Nina tadi habis pelajaran apa?"	<i>Acceptance dan Topik netral</i>	Agar konseli merasa diterima dan menetralisasi suasana yang kaku
K'li	"Tadi pelajaran Agama Bu, tapi gurunya tidak ada karena hari ini sekolah pulang lebih awal sebab nanti siang pembagian rapor		
K'or	"Gimana perasaanmu saat sekolah pulang lebih awal Na?"	<i>Lead khusus</i>	Untuk mendapatkan keterangan

			tentang perasaan Nina saat pulang sekolah
K'li	"Tentu saya senang Bu..., saya bisa pulang kerumah lebih awal dan bisa belajar serta bermain?"		
K'or	"Nina belajar dan bermain?"	<i>Restatement</i>	Agar konseli bercerita lebih lanjut tentang belajar dan bermainnya
K'li	"Ya Bu....!"		
K'or	"Coba Nina ceritakan lebih lanjut?"		
K'li	"Bu..... kalau di rumah, saya belajar mengulang pelajaran di sekolah selanjutnya saya <i>facebookkan</i> Bu"		
K'or	"Ehm... Ehm..! Oya Nina, gimana perasaan mu ketika dipanggil ke ruang BK?"	<i>Lead khusus</i>	Untuk menanyakan perasaan Nina

K'li	“Perasaan saya biasa-biasa saja Bu, tapi ada apa ya Bu.. saya dipanggil?”		
K'or	“Baiklah Nina, (konselor mengubah posisi duduk, lebih mendekatkan jarak kepada Nina), berdasarkan hasil sosiometri Nina merupakan siswa yang terisolir, apakah Nina mempunyai masalah dengan teman sekelas?”		
K'li	“Diam....., (sambil memegang buku, dan Nina seakan-akan mengatakan sesuatu tapi masih ragu-ragu)”		
K'or	“Diam (sambil menunggu konseli berbicara)”	<i>Silent</i>	Agar konseli memutuskan sendiri bagaimana memulai dan memikirkan apa yang akan dibicarakan

K'li	“(Nina tetap menunjukkan perilaku yang sama diam)”		
K'or	“(Tetap menunggu Nina berbicara yang kelihatannya masih ragu-ragu), akhirnya kurang lebih 10 menit (konselor mengatakan) Nina, tidak usah takut maupun malu apa yang Nina ceritakan pada ibu, karena apa yang Nina ceritakan hanya Ibu dan kamu saja yang tahu. Jadi tidak perlu khawatir karena Ibu akan menjaga kerahasiaan apa yang kita bicarakan hari ini, tanpa seizin Nina Ibu tidak akan menceritakan apa yang diceritakan Nina kepada orang lain. Nina paham?”	<i>Structuring (confidentiality limit)</i>	Konselor menyakinkan konseli bahwa rahasianya terjaga sehingga konseli dapat bercerita dengan bebas tanpa takut rahasianya tersebar
K'li	“Iya Bu....., Nina paham!!! (konseli sedikit demi sedikit		

	mulai terbuka pada Konselor), tapi.... saya bingung memulai ceritanya dari mana ya Bu, karena akhir-akhir ini saya punya banyak masalah Bu..?”		
		<b>Analisis</b>	
K'or	“Nina punya masalah”	<i>Restatement</i>	Agar konseli bercerita lebih lanjut tentang masalahnya
K'li	“Benar Bu...! Bu.. saya akan cerita di kelas saja ya...?”		
K'or	“Nina terserah kamu saja! Sekiranya masalah yang membuat kamu merasa tidak enak pada saat ini, kamu ceritakan pada Ibu saja tidak apa-apa. Ibu siap untuk mendengarkan apa yang Nina ceritakan pada Ibu”		

K'li	<p>“Benar Bu.. tapi Ibu jangan cerita sama siapa-siapa ya! karena waktu saya SMP, saya pernah cerita pada guru konselor Bu..tapi guru konselor saya menceritakan, cerita saya pada orang lain Bu....?”</p>		
K'or	<p>“(Konselor mempertegas pernyataannya), Okey Nina, Ibu akan mempertegas lagi agar kamu yakin pada Ibu, Nina jangan cemas atau takut dan malu untuk menceritakan masalah-masalah yang dihadapi Nina saat ini, mengenai cerita Nina Ibu akan menjaga kerahasiannya, dan cerita Nina yang bersifat rahasia maka Ibu berkewajiban menjaganya kerahasiannya. Tanpa seijin dari Nina, Ibu tidak akan menceritakan kepada siapapun kecuali ada seijin Nina”</p>	<p><i>Structuring (Confidentiality limit)</i></p>	<p>Konselor menyepakati lama pertemuan dengan konseli</p>



K'li	"Baiklah kalau begitu Bu..... (Nina menunjukkan sikap yakin dan mulai cerita...) Ternyata benar Bu.. dugaan saya Bu..."		
K'or	"Dugaan kamu"	<i>Restatement</i>	Agar konseli menceritakan dugaannya
K'li	"Ya Bu... mengenai hasil sosiometri ternyata sesuai dengan diri saya dengan teman-teman Bu, di kelas saya merasa dijauhi atau ditolak oleh teman-teman. Hal itu terjadi awal masuk ajaran tahun baru semester ganjil selama dua minggu saya jarang masuk sekolah karena saya sakit"		
K'or	"Nina sakit"	<i>Restatement</i>	Agar konseli menceritakan lebih jauh tentang sakitnya

K'li	“Benar Bu...”		
K'or	“Tolong ceritakan lebih lanjut”		
K'li	“Saya mempunyai gangguan pada telinga bu, sehingga saya harus cek ke dokter untuk periksa telinga. Selama dua minggu saya tidak masuk Bu, dengan tidak masuk kelas mereka sudah menemukan teman yang cocok untuk dirinya, sehingga waktu saya masuk di kelas saya merasa jauh gitu Bu...”		
K'or	“Pada dasarnya, Nina belum mendapatkan teman yang cocok”	<i>Clarification</i>	Untuk memperoleh kejelasan dari konseli mengenai data atau informasi yang didapatkan tentang teman yang cocok

K'li	“Benar bu!!! Mereka sudah membentuk <i>geng</i> atau kelompok gitu bu, sehingga saya sulit untuk bergaul dengan mereka terutama di kelas paling dominan yaitu Rahayu (fiktif) tapi saya sudah berusaha bergaul dengan mereka malah mereka menjauh Bu”		
K'or	“Bagus Nina! Ternyata Nina ada usaha meskipun usaha tersebut menurut Nina gagal”	<i>Reinforcement</i> atau <i>Reassurance</i>	Agar konseli mempertahankan/ meningkatkan perilakunya atau memberikan penghargaan atas usaha yang dilakukan konseli
K'li	“Benar apa yang dikatakan Bu!!!! Oya Bu menurut mereka saya anaknya		

	<p>pendiam, tapi mau gimana lagi Bu?, sikap saya memang begini dari dulu saya anaknya pendiam dan cuek Bu, saya memang tidak seperti teman-teman sekelas yang selalu ceria, sehingga waktu SMP saya pernah dikatakan anak fobia, karena saya sering diam padahal saya tidak takut maupun fobia pada orang lain walaupun bertemu dengan siapa saja. Saya tergantung <i>mood</i> kalau bergaul dengan teman bu....., tapi kalau saya lagi punya masalah, saya lebih baik diam, saya orangnya tidak terbuka kecuali orang yang dekat saya percaya, baru saya cerita kepadanya. Tapi di kelas saya belum mendapatkan teman dekat, sehingga saya tidak cerita kalau punya masalah Bu...”</p>		
--	---	--	--

K'or	"Nina, siapapun orangnya akan merasakan seperti yang kamu rasakan jika mengalami hal semacam itu. Tapi apakah Nina ketika punya masalah diceritakan kepada orang lain?"	<i>Sharing of experience</i> dan <i>Lead</i>	<i>Sharing of experience:</i> Untuk membantu meringankan beban perasaan konseli  <i>Lead:</i> untuk memperoleh informasi atau data kepada siapa saja Nina bercerita kalau punya masalah
K'li	"Ya Bu, saya kalau punya masalah saya lebih suka cerita pada mama, namun akhir-akhir ini mama agak berubah"		
K'or	"Mama berubah"	<i>Restatement</i>	Agar konseli cerita lebih lanjut tentang mamanya

K'li	<p>“Ya Bu.... mama tidak seperti yang dulu, sekarang mama banyak diam dan merenung. Pokoknya mama berbeda dengan yang dulu Bu... !!! Bu saya tidak tega melihat mama sedih terus-terusan (Wajah konseli menunjukkan muka kesal dan menangis)”</p>		
K'or	<p>“Nina!!! Kamu boleh nangis atau meremas kertas yang kamu pegang, tapi Nina kamu tidak boleh merusak benda-benda yang ada di ruangan ini, dengan menangis mungkin bisa menghilangkan kesedihan kamu dan kekesalanmu (konselor memberikan kesempatan pada konseli untuk menangis dan menunggu konseli bersedia bercerita)”</p>	<i>Rejection</i>	<p>Memberikan peringatan, melarang/ mencegah konseli untuk menghindarkannya dari kemungkinan yang merugikan diri maupun lingkungannya</p>
K'li	<p>“(Konseli nangis dan meremas kertas), Bu</p>		

	saya tidak tega melihat mama terus sedih karena sikap papa yang berubah”		
K’or	“Papa mu berubah”	<i>Restatement</i>	Agar konseli cerita lebih jauh tentang papanya
K’li	“Benar Bu....!!! Papa mulai berubah sejak papa selingkuh dengan seorang wanita yang umurnya masih muda dari mama saya bu....!! Marahnya lagi saya Bu.... wanita itu orang yang bekerja di rumah yaitu penjaga mini maket mama dan dia sekarang lagi mengandung anaknya papa. Selain itu, rencananya orang tua saya dalam waktu dekat mama dan papa akan bercerai, tapi papa saya tidak mau bercerai dengan		

	<p>mama karena papa masih kasihan. Sedangkan mama saya tetap ingin bercerai Bu .... dengan alasan mama kasihan dengan wanita itu yang sedang hamil dan beberapa bulan lagi wanita itu akan melahirkan Bu, saudara mama dan orang terdekat</p>		
	<p>mama menyarankan agar mama tetap bercerai dengan papa karena papa tidak akan berubah Bu.... Selain itu, papa saya banyak utang gara-gara selingkuh dengan wanita itu, dan sekarang utangnya mencapai kurang lebih seratus juta rupiah. Untuk melunasi utang papa, mama sekarang tidak punya apa-apa dan mini maket mama mulai sekarang tidak dibuka karena modal</p>		



	<p>mini maket itu duapuluh juta rupiah udah dibawa wanita itu. Bingungnya lagi Bu..., papa kalau udah selesai kerja dari kantor siang hari, papa di rumah wanita itu sampai jam 10 atau jam 11 malam papa baru pulang ke rumah. Jika saya bertemu dengan papa waktu pulang malam dan saya jarang berbicara dengan papa, saya lebih suka di kamar. Dengan masalah ini Bu... saya dan adik-adik saya tidak tega melihat mama yang sering melamun, sedih, dan diam, sehingga saya ingin nangis (konseli nangis), dan bencinya lagi Bu, saya benci dengan adik saya karena adik lebih dekat dengan papa,</p>		
--	--	--	--

	<p>adik kadang-kadang dibawa papa untuk menemui wanita simpanan papa, sehingga hubungan saya dengan adik dapat dikatakan kurang dekat dan jarang berbicara dengannya. Dengan melihat keadaan seperti itu Bu, saya tidak tega melihat mama”</p>		
<p>K'or</p>	<p>“(Menganguk-anguk kepala), nada-nadanya Nina tidak tega dengan keadaan mama”</p>	<p><i>Acceptance dan Reflection of feeling</i></p>	<p><i>Acceptance:</i> Agar konseli merasa diterima oleh konselor</p> <p><i>Reflection of feeling:</i> agar konseli merasa dihargai oleh konselor dan konseli bersedia menceritakan tentang mamanya</p>

K'li	“Ya Bu... ! Saya pengen mama seperti dulu Bu..... ceria dan selalu membahagiakan anaknya, apa yang saya minta dituruti semuanya meskipun papa dan mama tidak punya uang. Saya dan adik-adik selalu dimanja, namun saat ini suasana itu sudah berubah Bu... ! Kami tidak bahagia....”		
K'or	“Kamu tidak bahagia”	<i>Restatement</i>	Agar konseli cerita lebih lanjut tentang ketidak bahagiaannya
K'li	“Ya Bu.....!!!!		
K'or	“Coba ceritakan lebih lanjut”		
K'li	“Bagaimana sekarang saya mau bahagia Bu..... makan saja saya sering numpang		

	<p>sama sepupu saya Bu dan biaya sekolah dibiayai Pakde. Sekarang ini mama di rumah tidak bekerja dan menjaga adik yang masih kecil. Sedihnya lagi Bu, saya tidak suka dengan sikap papa saya yang suka membanding-bandingkan prestasi saya dengan sepupu saya yang di kelas XI-IAI karena umur saya lebih tua dibandingkan sepupu saya Bu. Padahal Bu, saya dengan dia prestasinya waktu kelas satu masih bagus punya saya, hanya perbedaanya saya kelas reguler dan sepupu saya kelas unggulan Bu...”</p>		
K'or	<p>“Pada dasarnya, Nina tidak suka dibandingkan dan disaingi”</p>	<p><i>Clarification</i></p>	<p>Untuk memperoleh kejelasan inti isi pembicaraan konseli</p>

			tentang tidak suka dibandingkan dan disaingi.
K'li	<p>“(Konseli diam beberapa menit kemudian konseli berbicara). Ia Bu... saya tidak senang dengan sikap papa saya yang membandingkan saya dengan sepupu saya, begitupun juga dengan tante saya Bu..... jika saya ke rumahnya saya selalu dibandingkan dengan sepupu saya, karena saya lebih tua dari sepupu saya. Saya akui kalau sepupu saya orangnya pintar dalam hitungan sedangkan saya lemahnya kurang teliti kalau mengerjakan tugas dan menjawab soal hitungan. Selain</p>		

	itu Bu, saya dalam mata pelajaran bahasa Inggrisnya masih bagus saya dibandingkan dengan dia. Emang sich Bu! kami sejak kelas satu selalu bersaing”		
K'or	“Bagus Nina, kamu bisa mengetahui kelemahan dan kelebihan yang kamu miliki, tapi dengan kelemahan yang kamu miliki apakah kamu mau mengatasinya”	<i>Reinforcement</i> dan <i>Lead</i> khusus	<i>Reinforcement</i> : Agar konseli mempertahankan/ meningkatkan perilakunya  <i>Lead</i> Khusus: Untuk menanyakan kepada konseli apa masalahnya mau diselesaikan atau tidak
K'li	“Ya Bu saya mau.....”		
		<b>Sintesis</b>	
K'or	“Nina, tadi kita telah membicarakan hal-hal yang berkaitan	<i>Lead</i>	Untuk meminta konseli

	<p>dengan orang tua, teman-teman, dan saudara Nina. Sekarang bisakah Nina menceritakan kembali secara ringkas masalah yang Nina alami tersebut?"</p>		<p>merangkum semua cerita dari awal sampai akhir ini</p>
K'li	<p>"Nina Bingung.....(Diam), akhirnya (konseli bertanya) cerita lagi Bu?"</p>		
K'or	<p>"Ya Nina, kamu bersediakah?"</p>		
K'li	<p>"Ya Bu, saya di kelas tidak mempunyai teman dekat. Hal tersebut terjadi dua minggu saya tidak masuk ketika awal tahun ajaran baru, dan saya tidak tega melihat mama yang selalu sedih, melamun, dan diam karena papa saya selingkuh dengan wani-</p>		

	<p>ta yang bekerja di Mini maket mama, Selain itu, kedua orang tua saya dalam waktu dekat akan bercerai, serta saya tidak suka dengan papa yang membanding-bandingkan prestasi saya dengan sepupu saya, dan saya kurang teliti dalam mengerjakan atau menjawab soal hitungan”</p>		
K'or	<p>“Baik sekali Nina, kamu telah dapat menceritakannya secara ringkas, dapat dikatakan bahwa Nina bingung harus bagaimana caranya mengatasi masalah ini”</p>	<i>Reinforcement</i>	<p>Memberikan penghargaan kepada konseli mengenai usahanya</p>
K'li	<p>“Ya begitulah Bu.....!! Sekarang saya bingung harus bagaimana, di satu sisi saya di kelas belum mendapatkan teman yang cocok dengan saya dan mereka menganggap</p>		



	<p>saya anak yang pendiam. Selain dari itu, saya kasihan sama mama namun di sisi yang lain saya agak kesal dengan sikap papa yang selalu membandingkan saya dengan sepupu saya padahal saya hanya kurang teliti dalam mengerjakan atau menjawab soal hitungan. Papa itu berbeda dengan mama, kalau mama tidak selalu membandingkan saya dengan siapa-siapa maupun sepupu saya Bu...”</p>		
K'or	<p>“Ibu mengerti perasaan Nina, memang sulit dan sedih ketika kita dihadapkan pada masalah yang membuat kita sakit</p>	<p><i>Sharing of experience</i></p>	<p>Agar konseli merasa bersama dengan konselor dan untuk meringankan</p>

	hati, dan setiap orang pasti merasakan hal yang sama jika mengalami masalah seperti Nina”		beban perasaan konseli tentang masalahnya, sehingga antara konselor dan konseli sama-sama bisa bertukar pengalaman tentang masalah konseli
K’li	“Saya bingung harus berbuat apa? Karena saya merasa serba salah”		
K’or	“Ibu bisa memahami perasaan Nina”	<i>Acceptance</i>	Agar konseli merasa diterima oleh konselor
		<b>Diagnosis</b> Identifikasi masalah pribadi	
K’li	“Bu dengan sikap papa yang membanding-bandingkan saya	<i>Clarification</i> (Masalah I)	Mengelompokkan masalah yang dialami

	hati, dan setiap orang pasti merasakan hal yang sama jika mengalami masalah seperti Nina”		beban perasaan konseli tentang masalahnya, sehingga antara konselor dan konseli sama-sama bisa bertukar pengalaman tentang masalah konseli
K’li	“Saya bingung harus berbuat apa? Karena saya merasa serba salah”		
K’or	“Ibu bisa memahami perasaan Nina”	<i>Acceptance</i>	Agar konseli merasa diterima oleh konselor
		<b>Diagnosis</b> Identifikasi masalah pribadi	
K’li	“Bu dengan sikap papa yang membanding-bandingkan saya	<i>Clarification</i> (Masalah I)	Mengelompokkan masalah yang dialami

	dengan sepupu saya membuat saya takut dan malu Bu... karena nanti siang rapor saya akan dikasihkan Bu..”		konseli
K’or	“Nada-nadanya Nina cemas dengan hasil rapor Nina”	<i>Reflection of feeling</i>	Untuk mengungkapkan perasaan yang dialami konseli tentang kece-masan mengenai hasil rapornya
K’li	“Ehm.... Ehm.... ya Bu.... ”		
K’or	“Baiklah, Nina pada masalah kedua ini Nina kasihan sama mama karena dalam waktu dekat mama dan papa Nina merencanakan bercerai namun papa tidak mau.. ”	(Masalah II)	
K’li	“Ya..... kedua masalah itulah yang mengganggu pikiran saya Bu..... ”		

K'or	“Masalah yang ketiga di kelas Nina belum mendapatkan teman dekat karena teman-teman di kelas Nina sudah menemukan teman dekat”	(Masalah III)	
K'li	“Ya... Begitu Bu.. ”		
K'or	“Baiklah kalau demikian, berarti ada tiga masalah yang perlu kita bahas dan selesaikan terlebih dahulu karena mengingat waktu kita terbatas mana yang menurut Nina perlu diselesaikan terlebih dahulu”	<i>Clarification</i> dan <i>Structuring (topic limit)</i>	Mengajak konseli untuk memilih masalah di antara sejumlah masalah yang ada
K'li	“Bagi saya sebenarnya ketiga masalah sama-sama membingungkan, tapi saya rasa masalah yang harus diselesaikan terlebih dahulu masalah saya dengan teman di kelas Bu..... ”		
K'or	“Menurut Nina masalah persahabatan		

	kamu dengan teman sekelas yang harus diselesaikan terlebih dahulu”		
K’li	“Iya Bu”		
		<b>Etiologi</b>	
K’or	“Baiklah kalau begitu, mari kita pusatkan perhatian pada masalah Nina dengan teman sekelas. Kita akan mencoba melihat apa yang sebenarnya terjadi sehingga Nina merasa kurang diterima dan belum mendapatkan teman yang cocok di kelas?”		
K’li	“Masalahnya, jika Nina bergaul dengan teman sekelas Nina sulit diterima karena selama dua minggu Nina tidak masuk kelas dan mereka sudah mendapatkan teman, sehingga saya sangat sulit bergaul dengan mereka”		

K'or	“Sepertinya, Nina takut dan cemas jika Nina bergaul dengan teman sekelas Nina”	<i>Reflection of feeling</i>	Agar konseli mengungkapkan perasaannya lebih jauh
K'li	“Benar Bu, saya takut ditolak jika bergaul dengan mereka, sehingga saya banyak diam di kelas dan bergaul dengan Rahayu saja Bu”.		
K'or	“Dengan kata lain, bahwa Nina selama di kelas Nina hanya bergaul dengan Rahayu (fiktif)”.	<i>Clarification</i>	Untuk memperoleh keterangan tentang hubungan konseli dengan Rahayu
K'li	“Begitulah Bu.. meskipun kami tidak menjadi teman akrab”.		
K'or	“Coba ceritakan lebih lanjut”		
K'li	“Ya kami berdua di kelas maupun di luar kelas tidak selalu		

	<p>sering berduaan terus Bu.... kalau kami berdua ya main laptop, bercanda, dan duduk berdua Bu ketika mengikuti pelajaran di kelas, saya di kelas sering diam dan jarang berbicara dengan teman-teman kecuali Rahayu Bu.....”</p>		
K'or	<p>“Tbu mengerti perasaan Nina, lalu apa yang Nina lakukan dengan masalah ini?”</p>	<i>Sharing of experience</i>	<p><i>Sharing of experience:</i> Untuk meringankan beban perasaan konseli bersama dengan konselor</p>
		<i>Prognosis</i>	
K'li	<p>“Selama ini saya tidak berbuat apa-apa dan diam”</p>		
K'or	<p>“Tidak berbuat apa-apa”</p>	<i>Restatement</i>	<p>Agar konseli bercerita</p>



			lebih lanjut tentang tindakannya
K'li	"Habisnya saya takut ditolak kalau dekat dengan mereka, selain itu saya dasarnya cuek Bu"		
K'or	"Apakah kamu ingin merasa selamanya takut ditolak jika bergaul dengan mereka?"	<i>Lead khusus</i>	Untuk bertanya alasan konseli ditolak
K'li	"Ya, tidak Bu"		
K'or	"Nina... coba kita pikirkan, kemungkinan apa yang terjadi jika masalah kamu segera terselesaikan dan kemungkinan apa yang terjadi jika masalah kamu tidak diselesaikan"		
K'li	"Apa ya Bu.....!!! (diam beberapa saat) kalau masalah saya segera terselesaikan, saya akan bisa bergaul dengan teman sekelas saya tanpa ada		

	<p>rasa malu-malu. Oya Bu kalau masalah saya tidak segera terselesaikan mungkin masalah saya akan bertambah Bu... dan kemungkinan besar saya tidak punya teman atau dijauhi Bu.. dan sikap cuek saya pada orang lain akan bertambah Bu..."</p>		
<p>K'or</p>	<p>"Bagus.. bagus... Nina kamu dapat memprediksi kemungkinan-kemungkinan yang terjadi jika masalahmu segera diselesaikan dan tidak diselesaikan, tapi perlu diketahui Nina kalau kamu mempunyai sikap cuek, bagaimana teman-mu mau berteman dengan kamu karena dari dirimu sendiri yang cuek. Kalau kita ingin</p>	<p><i>Reinforcement</i> dan <i>Advice</i></p>	<p><i>Reinforcement:</i> Memberikan penghargaan atas usaha konseli dan</p> <p><i>Advice:</i> konselor memberikan nasehat agar konseli dapat menghilangkan sikap cueknya</p>

	punya teman kita harus punya rasa peduli dengan lingkungan sosial kita maka lingkungan sosial kita (teman) pasti mau berteman maupun peduli dengan kita”		
K’li	“Ya... benar sich Bu...”		
		<i>Treatment</i>	
K’or	“Baiklah kalau begitu, lalu apa rencana kamu agar perasaan takut ditolak itu tidak menghantuimu terus menerus?”	<i>Lead khusus</i>	Untuk menanyakan usaha konseli
K’li	“Apa ya..... Bu, saya bingung harus bagaimana”		
K’or	“Baiklah kalau begitu mari sekarang kita membicarakan langkah-langkah apa yang akan kamu lakukan nanti. Coba kamu ceritakan pada Ibu apa rencana kamu tersebut?”		

K'li	"Ehm. Ehm. Saya akan berusaha untuk bergaul dengan teman-teman sekelas dengan rasa percaya diri"		
K'or	"Percaya diri"	<i>Restatement</i>	Agar konseli cerita lebih lanjut tentang usaha percaya dirinya
K'li	"Ya Bu.. dengan percaya diri merupakan modal utama saya untuk tidak takut bergaul dengan mereka Bu.."		
K'or	"Bagus, Nina kamu sudah dapat membuat rencana untuk menyelesaikan masalah Nina. Lalu apakah ada rencana yang lainnya?"	<i>Reassurance</i>	Untuk memberikan penghargaan atas unjuk kerja konseli kearahperubahan positif
K'li	"Ehm..... apa ya....., saya akan bergaul dengan mereka Bu baik di		

	kelas maupun di luar kelas, misalnya menyapa dan belajar bareng Bu. Oya Bu... tidak berarti saya menjadi sahabat dekatnya Bu...?"		
K'or	"Lalu adakah rencana lainnya, selain rencana itu?"	<i>Lead</i> umum	Mengajak konseli untuk mencari usaha yang lain
K'li	"Ada Bu kalau usaha yang pertama dan kedua saya tidak berhasil Bu, saya akan cuek aja atau dibiarkan saja Bu..."		
K'or	"Baik itu tadi rencana yang telah Nina buat, adakah rencana yang lainnya?"	<i>Lead</i>	Mengajak konseli untuk mencari usaha yang ketiga
K'li	"Saya rasa itu saja dulu Bu, yang dapat saya pikirkan saat ini"		
		<i>Menguji Alternatif</i>	
K'or	"Baik, tadi Nina sudah membuat rencana apa		

	yang akan Nina lakukan. Lalu bagaimana apakah Nina sudah mempertimbangkan baik buruknya mengenai rencana usaha pertama tentang percaya diri”		
K’li	“Iya bu, saya sudah mempertimbangkannya. Baiknya Jika dengan percaya diri maka saya akan mudah bergaul dengan teman sekelas dan buruknya saya tidak bisa bergaul”		
K’or	“Bagus..... (sambil menganguk-anguk) Nina sudah bisa mempertimbangkan rencana yang Nina susun. Lalu apa yang akan Nina lakukan apabila rencana yang pertama tadi gagal?”	<i>Reinforcement</i> dan <i>Acceptance</i>	<i>Reinforcement:</i> Memberikan penghargaan atas usaha konseli dan <i>Acceptance:</i> agar konseli merasakan bahwa usahanya diterima oleh konselor

K'li	"Ehm... ya saya akan menjalankan rencana yang kedua Bu"		
K'or	"Lalu apakah kamu juga sudah mempertimbangkan rencana kamu yang kedua ini?"	<i>Lead</i> umum	Untuk menanyakan pertimbangan setiap usaha konseli
K'li	"Sudah Bu, kalau kebbaikannya saya akan bisa bergaul dengan teman sekelas dan kekurangannya saya akan merasa diri saya selalu ditolak dan tidak bisa bergaul dengan mereka"		
K'or	"Bagus Nina, kamu sudah bisa mempertimbangkan rencana tersebut. Oya Nina apabila rencana ini gagal usaha apa yang kamu lakukan?"	<i>Reinforcement</i> dan <i>Lead</i>	<i>Reinforcement</i> : supaya konseli memperoleh kesenangan dan dukungan dari konselor <i>Lead</i> : untuk menanyakan usaha apa yang dilakukan

			jika usahanya konseli gagal
K'li	“Ya rencana terakhir Bu, apabila rencana pertama dan kedua gagal”		
K'or	“Apakah rencana ini Nina sudah dipertimbangkan kelebihan dan kekurangannya”	<i>Lead</i>	Mengajak konseli untuk mempertimbangkan kelebihan dan kekurangannya
K'li	“Sudah Bu... Malah paling banyak kekurangannya, sebenarnya rencana yang ketiga ini kurang berkenan di hati saya, tapi jika rencana yang pertama dan kedua gagal maka terpaksa saya menjalankan rencana yang ketiga ini”		
K'or	“Nina kita tadi sudah membicarakan renca-		



	na yang akan kamu lakukan dan kita juga telah membahas kelebihan dan kekurangannya, dan rencana mana yang akan kamu lakukan terlebih dahulu?"		
K'li	"Saya akan tetap memilih rencana yang pertama, karena berdasarkan pertimbangan saya kelebihan rencana yang pertama lebih banyak"		
		<i>Implementation</i>	
K'or	"Tbu senang Nina sudah bisa berfikir seperti itu. Lalu kapan Nina akan melaksanakan rencana ini?"		
K'li	"Ya..... secepatnya Bu, mungkin hari Senin nanti".		
K'or	"Bagus sekali Nina, semakin cepat semakin baik bukan? Tapi perlu juga Nina ketahui bahwa ibu berharap Nina bersungguh-	<i>Reassurance</i>	Memberikan penghargaan kepada konseli agar konseli termotivasi melak-

	sungguh melaksanakan alternatif-alternatif tersebut. Berhasil tidaknya tergantung bagaimana kamu melakukannya.		sanakan rencana tersebut
K'li	"(Senyum...)"		
K'or	"Nada-nadanya kamu akan sungguh-sungguh untuk melakukan alternatif itu Nina.	<i>Reflection Of feeling</i>	Memperoleh kejelasan tentang perasaan konseli atas usahanya
K'li	"Benar sekali Bu..."		
K'or	"Oya Nina dalam melaksanakan rencana tersebut, apakah ada orang lain yang membantu kamu dalam melaksanakan rencanamu?"	<i>Lead khusus</i>	Untuk menanyakan konseli apakah dalam melaksanakan usahanya ada yang membantunya
K'li	"Ada Bu .....!!!!"		
K'or	"Ada"	<i>Restatement</i>	Agar konseli cerita lebih lanjut tentang orang yang

			membantu Nina dalam menjalankan alternatifnya
K'li	<p>“Benar Bu... kalau di rumah saya mungkin minta bantuan pada mama saya karena di rumah saya lebih dekat dengan mama. Dengan begitu saya bisa meminta bantuan mama bagaimana cara menunjukkan rasa sikap percaya diri ketika bergaul dengan mama. Sedangkan di sekolah saya minta bantuan kepada teman saya yaitu Rahayu karena Rahayu adalah teman yang bisa dikatakan paling dekat dengan saya di kelas Bu...”</p>		
K'or	<p>“Bagus Nina kamu sudah dapat merencanakan usahamu, hal ini merupakan usaha yang menurut Nina</p>	<p><i>Reinforcement</i> dan <i>Lead</i> khusus</p>	<p><i>Reinforcement</i>: memberikan penghargaan atas usaha konseli</p>

	dapat dikatakan baik. Tapi bagaimana Nina meminta bantuan kepada Rahayu?"		<i>Lead:</i> untuk menanyakan cara nina meminta bantuan kepada temannya
K'li	"Ehm.. Ehm... mungkin saya meminta Rahayu untuk memantau saya ketika saya bergaul dengan teman-teman saya di kelas Bu..."		
K'or	"Rahayu memantau kamu di kelas"	<i>Restatement</i>	Agar koseli bercerita lebih lanjut tentang Rahayu mengenai memantaunya
K'li	"Ya Bu... saya meminta Rahayu agar memantau saya ketika bergaul dengan teman-teman saya di kelas, apabila saya		

	masih malu-malu atau belum menunjukkan rasa percaya diri saya ketika bergaul, maka saya menyuruh Rahayui untuk menegur saya Bu secara lisan”		
K’or	“Apakah dengan meminta bantuan pada Rahayu itu rencanamu bisa dikatakan berhasil?”	<i>Lead khusus</i>	Untuk menanyakan keyakinan konseli mengenai usahanya
K’li	“Ya Bu.... (menjawab dengan rasa yakin)”		
		<i>Termination</i>	
K’or	“Baiklah Nina dengan demikian telah jelas semuanya. Jadi sebagai akhir dari seluruh pembicaraan kita kali ini dapat disimpulkan bahwa Nina mempunyai masalah pribadi yaitu masalah keluarga Nina dalam waktu dekat orang tua Nina	<i>Summari-zation</i>	Merangkum hasil-hasil atau kemajuan yang telah dicapai konseli dan konselor dalam satu atau lebih sesi sehingga konseli

	<p>akan bercerai namun papa Nina tidak mau. Selain masalah itu, Nina mempunyai masalah sosial yaitu Nina merasa terisolir di kelas</p>		<p>merasa lebih jelas</p>
	<p>dengan alasan dua minggu pertama Nina tidak masuk sekolah, saat ajaran tahun baru semester ganjil karena sakit pada telinga, sehingga teman-teman sekelas Nina sudah menemukan teman yang cocok baginya. Akhirnya, Nina malu dan jarang bergaul dengan mereka. Akan tetapi Nina dengan permasalahannya itu, Nina memilih masalah sosial terlebih dahulu untuk diselesaikan dengan usaha Nina yaitu akan menunjukkan rasa percaya</p>		

	<p>diri, bergaul dengan mereka/teman sekelas Nina, dan cuek. Dari usaha tersebut, Nina memilih usaha percaya diri dan akan segera melaksanakannya karena usaha tersebut mudah dilaksanakan dan Nina juga meminta bantuan kepada Rahayu untuk memantau Nina dalam menjalankan usahanya agar Nina dapat mengetahui apakah usaha tersebut berhasil atau tidaknya, apabila tidak berhasil maka Nina dapat melakukan evaluasi. Oya Nina mengenai usaha itu akan berhasil atau tidak tergantung dari niat atau keyakinanmu, kemauan, dan kesungguhan Nina”</p>		
K’li	“Ya Bu...!!!!”		
K’or	“Baiklah kalau begitu,		

	karena waktu kita sudah selesai maka kita akhiri pertemuan kita kali hari ini. Tapi sebelum itu mungkin kapan kita bisa bertemu lagi untuk melaporkan keberhasilan rencana kamu kepada Ibu”		
K’li	“Mungkin minggu depan saja Bu, sama seperti hari ini. Bagaimana Bu?”		
K’or	“Baiklah kalau begitu, sampai ketemu minggu depan dan semoga rencana kamu sukses”		
K’li	“Saya permisi dulu Bu. Assalamu’alaikum...”		
K’or	“Ya Wa’alaikum salam, semangat Nina !”		



	<b>Konseling Ke II</b>	<i>Follow-Up</i>	
K'li	“Assalamu’alaikum Bu...”		
K'or	“Wa’alaikum salam Wr.Wb”		
K'li	“Bu saya mau menceritakan usaha yang direncanakan saya Bu (konseli menunjukkan sudah percaya dengan konselor”		
K'or	“Silakan Nina, tapi Ibu punya waktu selama 20 menit karena Ibu ada jam BK di Kelas X-5. Baiklah kalau begitu, Nina ceritakan kepada Ibu, Ibu akan mendengarkan kamu cerita..”	<i>Time Limit</i>	Menginformasi kepada konseli bahwa konselor punya waktu konseling 20 menit
K'li	“Ya bu.... begini usaha pertama bisa dikatakan sukses Bu.. tapi masih belum maksimal Bu.. Tapi usaha ini masih saya lakukan karena saya tidak takut lagi Bu untuk bergaul dengan teman-teman sekelas... ya		

	<p>begitu Bu... cerita saya Bu!, tapi kalau usahanya masih tetap demikian Bu saya akan melakukan usaha saya yang direncanakan kemaren Bu”</p>		
K'or	<p>“Bagus Nina ternyata Kamu masih punya keinginan untuk melakukan usaha tersebut agar kamu tidak takut bergaul dengan mereka”</p>	<p><i>Reassurance</i></p>	<p>Mendukung usaha konseli mengenai usahanya</p>
K'li	<p>“(Konseli senyum) Benar Bu saya tidak takut dan malu”</p>		
K'or	<p>“Kamu tidak takut dan malu bergaul dengan temanmu”</p>	<p><i>Restatement</i></p>	<p>Mengulang pernyataan konseli agar konseli cerita lebih lanjut tentang ketidaktakutannya dan malu bergaul</p>
K'li	<p>“Ya Bu...”</p>		

K'or	"Coba ceritakan lebih lanjut"		
K'li	"Dengan percaya diri saya mulai bisa bergaul dengan mereka Bu, saya tidak memikirkan kalau saya diterima atau ditolak kalau bergaul dengan mereka. Saya mulai menyapanya dan maupun berkumpul Bu, tapi Bu saya hanya berkumpul dengan Aisyah dan Faisal (fiktif), Oya Bu Kalau usaha saya mendekati teman lain masih ditolak saya akan cuek saja Bu..."		
		<i>Termination</i>	
K'or	"Baiklah Nina, sebelum Ibu mengakhiri pertemuan ini, Ibu akan merangkum. Bahwa dalam merencanakan usaha Nina dapat dikatakan belum berhasil secara maksimal akan tetapi Nina	<i>Summari-zation</i>	Merangkum hasil-hasil atau kemajuan yang telah dicapai konseli

	<p>tetap berusaha menjalankan usaha tersebut, dan apabila rencana tersebut Nina akan menjalankan usaha yang kedua. Oke Nina karena waktu kita sudah habis saya akhiri pertemuan ini. Oya Nina apabila kamu masih bingung atau ingin konseling pada ibu, ibu akan siap membantu kamu”</p>		
K’li	<p>“Ya Bu...saya pamit dulu (konseli berpacitan dan bersalaman) Assalamu’alaikum...”.</p>		
K’or	<p>“Ya Wa’alaikum salam. Semangat ya!!</p>		

### BAB III

## PEMBAHASAN

Pada bab ini akan membahas tentang proses konseling yang telah dilakukan oleh konselor yang memuat penjelasan tentang ketercapaian tujuan konseling dan kesenjangan antara teori dan praktik pada saat konseling.

Tujuan konseling secara umum adalah membantu memecahkan masalah yang dihadapi konseli, sehingga dapat berkembang secara optimal. *Trait and faktor* merupakan salah satu pendekatan konseling yang memusatkan pada *rational thinking*. Konseling ini bertujuan untuk mengarahkan membantu perkembangan individu seoptimal mungkin, membantu individu dalam menyesuaikan diri dan sikap terhadap dirinya (agar konseli menerima dirinya dan bertanggung jawab terhadap perilaku serta berfikiran rasional).

Pemberian bantuan konseling yang dilakukan konselor untuk membantu konseli memberikan alternatif-alternatif yang bisa dipilih, sehingga pilihan yang diambil tepat dan dapat dipertanggung jawabkan, konseli mampu membuat, dan mengambil keputusan tentang apa yang harus ia lakukan terhadap sahabat dan orang yang ia sukai, sehingga konflik dengan temannya dapat selesai.

Pada pelaksanaan proses konseling ini konselor berusaha mengaplikasikan prosedur konseling yang telah dipelajari sebelumnya, tetapi dalam pelaksanaannya konselor belum melaksanakan sepenuhnya, hal tersebut terjadi karena keterbatasan kemampuan konselor dalam penggunaan teknik dasar komunikasi konseling yang cukup bervariasi.

Konselor hanya menggunakan beberapa teknik saja misalnya *acceptance, reassurance, reflection of feeling, lead, restatement*, dan lain sebagainya. Selain itu, konseli pada awal terkesan tertutup. Namun akhirnya ketika konseli mulai merasa nyaman dengan proses konseling, konseli sudah bisa percaya dan akrab dalam berkomunikasi sehingga semakin mudah dalam menemukan alternative pemecahan masalahnya.

Alternatif pemecahan dari konseli adalah: 1) konseli dalam bergaul akan menunjukkan sikap percaya dirinya, 2) konseli akan bergaul dengan teman-temannya baik di kelas maupun di luar kelas, dengan usaha misalnya menyapa temannya dan belajar bersama, 3) jika usaha pertama dan kedua tidak berhasil konseli akan bersikap cuek saja atau dibiarkan masalah tersebut.

Konseling bertujuan untuk membantu konseli tumbuh berkembang seoptimal mungkin dalam segenap aspek kehidupannya terhadap diri dan lingkungannya. Konselor yang berfungsi sebagai mediator dan fasilitator untuk membantu memecahkan masalah konseli hendaknya memiliki kompetensi dan keterampilan konselor akan memberikan pelayanan yang terbaik bagi konselinya.

Dalam proses konseling ada faktor pendukung dan faktor penghambat bagi pemecahan masalah konseli. Diantaranya, faktor pendukung proses konseling adalah keterbukaan konseli dalam menceritakan masalahnya, keinginan untuk berubah dan memperbaiki perilakunya. Hal ini semakin mempercepat proses

konseling, selain itu penguasaan teknik-teknik konseling juga merupakan faktor penentu keberhasilan dalam konseling.

Sedangkan faktor penghambat dalam proses konseling antara lain pada awalnya konseli tertutup, sehingga diperlukan teknik yang dapat membuat konseli percaya dan yakin kepada konselor untuk menceritakan masalah yang dialaminya. Selain itu ruang yang digunakan dalam konseling walau sudah di kondisikan sepi namun pada awal konseli merasa takut jika masalahnya diketahui orang lain. Tetapi dengan adanya kerjasama dan hubungan yang baik dengan konseli, maka konselor dapat mengatasi hambatan tersebut sehingga konseling dapat berjalan lancar.

## DAFTAR RUJUKAN

- Fauzan, Lutfi dkk, 2004. *Teknik-teknik Komunikasi Untuk Konselor*. Malang: Departemen Pendidikan Nasional UM UPT BK
- Fauzan, Lutfi dan Bisri, M.1994. *Modul IV Konseling Trait and Faktor*. Malang: IKIP Malang.
- Prayitno. 1994. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.
- Ramli, M. 1994. *Model Pendekatan-Pendekatan Modern Dalam Konseling*. Malang: PPB FIP IKIP Malang.
- \_\_\_\_\_.2004. *Dasar Standarisasi Profesi Konseling*.Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Rosjidan. 1994. *Modul Pendekatan Modern Dalam Konseling*. Malang: Depdikbud IKIP Malang