



Available online at www.journal.unrika.ac.id

Jurnal KOPASTA

Jurnal KOPASTA, 2 (2), (2015) 28 - 36



Penerapan Konseling Perorangan Pada Perilaku *Bullying*

Septi Primakuria*

Division of Counseling and Guidance, University, of Riau Kepulauan, Batam

Abstrak

Artikel ini membahas mengenai perilaku *bullying* yang sedang ramai dibicarakan dalam dunia pendidikan. Perilaku *bullying* merupakan tindakan kekerasan yang dilakukan di sekolah oleh satu orang atau sekelompok orang pada satu orang yang dianggap lemah baik secara fisik maupun ekonomi. Perilaku *bullying* ini tentu berdampak besar bagi korban, yang mengakibatkan kehidupan sehari-hari menjadi terganggu (KES-T). Adapun cara guru BK mengatasi perilaku *bullying* ini dengan menerapkan konseling perorangan pada pelaku dan korban secara terpisah. Diharapkan setelah proses konseling perorangan dilakukan pelaku *bullying* dapat menyadari bahwa tindakan yang dilakukan selama ini kurang baik dan memutuskan untuk memperbaiki diri. Begitupun dengan korban dari *bullying*, setelah melakukan konseling perorangan dapat memutuskan untuk bangkit dari trauma dan berpikir positif.

Kata kunci: Konseling Perorangan, Bullying

Pendahuluan

Perilaku *bullying* merupakan salah satu bentuk kekerasan atau perilaku agresif yang diperlihatkan atau dilakukan untuk menyakiti baik secara psikologis maupun fisik. Komisi Nasional Perlindungan Anak melansir sedikitnya ada 2.637 kasus kekerasan terhadap anak yang dilaporkan sepanjang tahun 2012, 62% kekerasan seksual terhadap anak. Kekerasan fisik sebanyak 819 kasus dan kasus kekerasan psikis sebanyak 743 kasus. Jumlah ini meningkat dibanding tahun 2011, yaitu 2.509 kasus, 58% dari jumlah tersebut adalah kejahatan seksual dan 42% kekerasan fisik dan psikis. (<http://m.detik.com/news/2012>).

Lebih lanjut KPAI mengungkapkan, saat ini kasus *bullying* menduduki peringkat teratas pengaduan masyarakat. Pengaduan kekerasan di bidang pendidikan sebanyak 1.480 kasus (Republika, rabu 15 oktober 2014). Colorosa (2007:95) memaparkan ciri-ciri yang menjadi target sebagai korban *bullying* sebagai berikut:

1. Anak baru dilingkungannya.
2. Anak yang termuda di sekolah.
3. Anak yang pernah mengalami trauma.
4. Anak yang penurut.

*Septi Primakuria Telp. 083163395021 E-mail address: septiprima125@yahoo.com

5. Anak yang perilakunya dianggap mengganggu orang lain.
6. Anak yang tidak mau berkelahi.
7. Anak yang pemalu.
8. Anak yang miskin atau kaya.
9. Anak yang ras suku etnisnya dipandang inferior oleh pelaku.
10. Anak yang agamanya dipandang inferior
11. Anak yang ceras, berbakat atau memiliki kelebihan.
12. Anak yang gemuk atau kurus.
13. Anak yang memiliki ciri fisik yang berbeda dengan orang lain.
14. Anak yang berada di tempat yang keliru pada saat yang salah.

Penelitian dari Universitas Indonesia dengan organisasi SEJIWA bersama Plan Indonesia tentang kasus *bullying* di dunia pendidikan, 66,1% siswa SMP dan 67,9% siswa SMA. Lebih lanjut kekerasan ini terjadi di tingkat SMP secara berurutan di Yogyakarta (77,5%), Jakarta (61,1%) dan Surabaya (59,8%). Kekerasan juga terjadi di tingkat SMA terbanyak di Jakarta (72,7%), Surabaya 967,2%) dan terakhir Yogyakarta (63,8%). (<http://sejiwa.org>).

Berdasarkan hasil penelitian di atas, kasus *bullying* di kalangan pelajar harus segera diatasi, karena akibat perilaku *bullying* tentu menghambat proses belajar terutama bagi yang menjadi korban. Adapun dampak/akibat dari perilaku *bullying* pada korban adalah sebagai berikut:

- 1) Mengurung diri (*school phobia*).
- 2) Menangis.
- 3) Meminta pindah sekolah.
- 4) Konsentrasi anak berkurang
- 5) Prestasi belajar menurun
- 6) Tidak mau main atau bersosialisasi
- 7) Suka membawa barang-barang tertentu (sesuai permintaan pelaku)
- 8) Anak jadi penakut
- 9) Marah-marah
- 10) Gelisah
- 11) Berbohong
- 12) Melakukan perilaku *bullying* kepada orang lain
- 13) Memar/lebam-lebam
- 14) Tidak bersemangat
- 15) Menjadi pendiam
- 16) Sensitif
- 17) Rendah diri
- 18) Menyendiri
- 19) Menjadi kasar
- 20) Ngompol
- 21) Berkeringat dingin/tidak percaya diri
- 22) Mudah cemas
- 23) Cengeng (bagi yang masih kecil)
- 24) Mimpi buruk dan mudah tersinggung.

(Semai Jiwa Insani, 2008:12)

Dampak dari perilaku *bullying* sangat buruk, oleh karena itu harus segera di atasi agar siswa dapat mengembangkan potensi dirinya dan melakukan proses pembelajaran di sekolah dengan baik karena kehidupan

efektifnya terganggu (KES-T). Pada artikel ilmiah ini, akan membahas penerapan konseling perorangan untuk mengatasi perilaku *bullying* baik dari sisi pelaku maupun korban.

Konseling Perorangan

a. Pengertian Konseling Perorangan

Gustad's (dalam Gibson & Mitchell, 1995:43) menyebutkan definisi konseling sebagai berikut: *Counseling is a learning-oriented process, carried on in a simple, one-to-one social environment, in which a counselor, professionally competent in relevant psychological skill and knowledge, seeks to assist the client, by methods appropriate to the latter's needs and within the context of the total personnel program, to learn more about himself and to accept himself, to learn how to put such understanding into effect in relation to more clearly perceived, realistically defined goals to the end that the client may become a happier and more productive member of his society.*

Konseling perorangan menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:105) adalah “proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien”.

Ahli lain yakni Trotzer (2006:394) menyebutkan bahwa konseling perorangan layak untuk delapan hal sebagai berikut:

1. *When the client has a crisis problem that is very complicated, both as to causes and possible solutions;*
2. *When confidentiality is highly essential to protect the client and others;*
3. *When working through the meaning of test results in terms of one's self concept;*
4. *When fear of talking in a group is so extreme that the person does not seem to be able to get started in the group;*
5. *When an individual is grossly ineffective in relating to his peers and sets off such a strong immediate reaction that the group is more likely to be rejective than acceptant;*
6. *When a person's awareness and understanding of his or her own feelings, motivations, and patterns of behavior are very limited or so complicated that he or she feels lost and unable to share in a group;*
7. *When sexual behavior, particularly of a deviant nature is involved;*
8. *When one's need for attention and recognition is too extreme to be managed in the group situation.*

Berdasarkan pendapat Trotzer dapat disimpulkan bahwa konseling perorangan cocok untuk klien dengan krisis permasalahan yang sangat komplit; melindungi kerahasiaan klien dan yang lain; memaknai hasil tes pribadi; ketika klien takut berinteraksi dalam kelompok; ketika klien kesulitan berhubungan dengan teman sebaya dan adanya penolakan dari kelompoknya; ketika klien menyadari bahwa perasaan, motivasi dan pola perilakunya terbatas; ada perilaku seksual menyimpang dan ketika klien membutuhkan perhatian dan pengakuan dari kelompoknya.

Berdasarkan pengertian yang dikemukakan di atas dapat dipahami bahwa konseling perorangan yang dimaksud memuat beberapa hal yaitu (1) usaha membantu klien dalam upaya mengentaskan permasalahan (2) menjaga kerahasiaan klien; (3) membuat hubungan akrab antara klien dan konselor; (4) proses membelajarkan klien; (5) pelaksanaannya dilakukan secara tatap muka; (6) klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus yang dialaminya.

Dalam proses konseling perorangan, guru BK akan menggali permasalahan dari pelaku dan juga pada korban. Hal ini untuk mendapatkan informasi yang akurat sehingga pada akhir sesi konseling perorangan diharapkan pelaku *bullying* dapat menyadari bahwa tindakan yang dilakukan kurang baik dan memutuskan untuk memperbaiki perilakunya. Begitu juga dengan korban *bullying*, pada akhir sesi konseling perorangan, korban berusaha untuk bangkit dari trauma dan keterpurukan terhadap kekerasan yang telah dialaminya.

Gibson, Mitchell & Basile (dalam Gibson & Mitchell, 1995:142) menyebutkan tujuan konseling perorangan sebagai berikut:

Developmental Goals: developmental goals are those wherein the client is assisted in meeting or advancing her or his anticipated human growth and development (that is socially, personally, emotionally, cognitively, physical wellness, and so on); Preventive goals: prevention is a goal in which the counselor helps the client avoid some undesirable outcome; Enhancement goals: if the client possesses special skills and abilities, enhancement means they can be identified and/or further developed through the assistance of a counselor; Remedial goals: remediation involves assisting a client to overcome and/or treat an undesirable development; Exploratory goals: exploration represent goals appropriate to the examining of options, testing of skills, and trying new and different activities, environments, relationships, and so on; Reinforcement goals: reinforcement is used in those instances where clients need help in recognizing that what they are doing, thinking, and/or feeling is okay; Cognitive goals: cognition involves acquiring the basic foundations of learning and cognitive skills; Physiological goals: physiology involves acquiring the basic understanding and habits for good health; Psychological goals: psychology aids in developing good social interaction skills learning emotional control, developing a positive self concept, and so on.

Dari pendapat Gibson, Mitchell & Basile dapat disimpulkan ada sembilan tujuan dari konseling perorangan yakni:

1. Tujuan perkembangan yakni klien dibantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya serta mengantisipasi hal-hal yang akan terjadi pada proses tersebut.
2. Tujuan pencegahan yakni konselor membantu klien menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan.
3. Tujuan peningkatan yakni klien dibantu oleh konselor untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan.
4. Tujuan perbaikan yakni klien dibantu mengatasi dan/atau menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.
5. Tujuan penyelidikan yakni menguji kelayakan tujuan untuk memeriksa pilihan-pilihan, pengetesan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan berbeda dan sebagainya.
6. Tujuan penguatan yakni membantu klien untuk menyadari apa yang dilakukan, difikirkan dan dirasakan sudah baik.
7. Tujuan kognitif yakni menghasilkan fondasi dasar pembelajaran dan keterampilan kognitif.
8. Tujuan fisiologis yakni menghasilkan pemahaman dasar dan kebiasaan untuk hidup sehat.
9. Tujuan psikologis yakni membantu mengembangkan keterampilan sosial yang baik, belajar mengontrol emosi, mengembangkan konsep diri positif dan sebagainya.

Prayitno (2004:4) menyatakan bahwa tujuan umum layanan konseling perorangan adalah pengentasan masalah klien dan hal ini termasuk ke dalam fungsi pengentasan. Lebih lanjut Prayitno mengemukakan tujuan khusus konseling ke dalam 5 hal yakni fungsi pemahaman, fungsi pengentasan, fungsi pengembangan/pemeliharaan, fungsi pencegahan dan fungsi advokasi.

b. Proses Konseling

Prayitno (1998:24) menyebutkan bahwa ada lima tahap proses konseling yakni pengantaran, penjajagan, penafsiran, pembinaan dan penilaian.

1) Pengantaran

Prayitno (1998:24) menyebutkan “proses pengantaran mengantarkan klien memasuki kegiatan konseling dengan segenap pengertian, tujuan dan asas yang menyertainya”. Proses awal yang sukses akan membuat klien mampu menjalani proses konseling selanjutnya dengan hasil yang lebih baik. Proses pengantaran ini ditempuh melalui kegiatan penerimaan yang bernuansa hangat, permisif dan prinsip klien tidak pernah salah.

Selanjutnya, Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, (1996:69) mengemukakan bahwa tata formasi dan iklim hubungan awal yang baik meliputi:

a) Menyiapkan lima konteks

- (1) Pengaturan dekorasi ruangan hendaklah memungkinkan klien dapat mengenalinya dan dipilih dekorasi yang sudah dikenali klien, misalnya berupa gambar buku. Dalam ruangan yang didekor seperti itu diharapkan klien akan merasa senang.
- (2) Pengaturan tempat duduk hendaknya memungkinkan klien dapat berkomunikasi secara terbuka. Hendaknya konselor dan klien duduk di kursi, berhadap-hadapan tanpa meja atau bangku yang menghalangi klien dan konselor.
- (3) Pengaturan jauh dekatnya jarak tempat duduk konselor dan klien juga mempengaruhi keakraban dalam konseling. Jika tempat duduk konselor jauh dari tempat duduk klien akan cenderung menimbulkan suasana hubungan yang kurang akrab. Sebaliknya jika jarak tempat duduk terlalu dekat, akan menimbulkan suasana hubungan yang kaku, terbatas dan membuat khawatir.
- (4) Tempat duduk klien juga sebaiknya menghadap ke jendela. Jika klien membelakangi jendela, maka pandangan klien akan terbatas pada konselor dan ruangan sekitar yang akan menimbulkan rasa tidak enak, kikuk dan kurang bebas.
- (5) Ukuran ruang konseling hendaknya cukup luas kira-kira 3 x 4 m, mempunyai sirkulasi udara yang baik, berjendela dan cukup bersih.

b) Menyiapkan diri konselor

Munro dkk. (alih bahasa oleh Erman Amti, 1979:36) menyatakan yang perlu dipersiapkan oleh konselor menjelang konseling awal meliputi perlunya dipertimbangkan apakah klien datang secara sukarela atau tidak, informasi dan data yang berhubungan dengan klien, pengetahuan tentang hakekat dan kadar masalah, mengkaji tujuan konseling dan kadar usaha pemberian bantuan.

Adapun tugas konselor dalam wawancara awal dan tahap-tahap selanjutnya akan diperlancar jika konselor mengetahui latar belakang kehidupan klien secara lebih dalam. Jika klien telah pernah konsultasi maka diperlukan data latar belakang klien dari interaksi-interaksi yang pernah dilakukan sebelumnya. Selanjutnya konselor perlu mengkaji tujuan konseling pada tahap awal kepada klien. Tujuan konseling tahap awal adalah membuat klien aktif dalam mengeksplorasi pengalaman-pengalaman sehubungan dengan masalah yang dihadapinya.

c) Menyiapkan klien untuk konseling

Kesediaan klien "*involve*" atau terlibat dalam konseling akan tergantung pada seberapa baik konselor menyiapkan kliennya. Menurut Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:77) ada tiga cara menyiapkan klien yaitu memikat klien, memberi informasi tentang etika konseling dan konselor yang dapat dipilih dan mendorong klien untuk mengambil konseling dengan serius.

d) Melayani (*attending*) secara pribadi

Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:81) menyatakan bahwa melayani secara pribadi memungkinkan klien dapat merasa dekat dengan konselor, sehingga konselor dapat mengkomunikasikan minat dan perhatiannya pada klien. Melayani secara pribadi menekankan pentingnya konselor menghadap klien secara penuh dengan menghadap secara tepat pada klien, condong ke depan yaitu pada klien dan mengadakan kontak mata dengan klien.

e) Mengobservasi

Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:86) menyatakan bahwa yang hendaknya diobservasi konselor terhadap klien adalah dimensi fisik klien, dimensi emosional dan dimensi intelek klien. Ketiga pendapat Carkhuff tersebut mencakup pendapat yang dikemukakan oleh Munro. Mengobservasi dimensi fisik klien, berarti konselor dapat mempelajari level energinya. Konselor dapat mengamati bentuk tubuh, postur dan kerapihan klien. Sedangkan mengobservasi dimensi emosional klien perlu dilakukan untuk mengetahui perasaan klien. Dimensi emosional dapat terlihat dari postur tubuh klien, tingkah laku dan ekspresi wajah klien. Mengobservasi dimensi intelek klien dapat dilihat melalui tiga bidang yaitu postur tubuh, tingkah laku dan ekspresi wajah.

f) Mendengarkan

Ekspresi verbal adalah sumber *input* yang paling sering digunakan dalam konseling. Jika konselor memperhatikan klien secara penuh dan tidak terbagi, maka konselor akan siap untuk mendengarkan ekspresi verbal klien.

2) **Penjajagan**

Prayitno (1998:24) menyatakan bahwa sasaran penjajagan adalah hal-hal yang dikemukakan klien bersangkutan paut dengan perkembangan dan permasalahannya dalam hubungan konseling. Adapun tiga unsur pokok penting yang harus ada dalam menumbuhkan dan mengembangkan hubungan konseling adalah empati, penghargaan dan kesegeraan (Munro dkk. alih bahasa oleh Erman Amti, 1979:35).

Adapun keterampilan dasar pendukung dalam eksplorasi masalah menurut Munro dkk. (alih bahasa oleh Erman Amti, 1979:48) adalah ajakan terbuka untuk berbicara, pertanyaan terbuka, mendengarkan secara akurat, mengikuti pokok pembicaraan, dorongan minimal, dan refleksi. Mengenai ajakan untuk terbuka berbicara yang dilakukan oleh konselor seharusnya secara wajar dan tidak dibuat-buat. Pernyataan yang bersifat olok-olok atau humor yang dibuat-buat hendaknya dihindarkan. Ajakan untuk berbicara sekaligus disertakan dalam sikap, cara duduk isyarat dan suara konselor.

Pertanyaan yang diajukan oleh konselor harus dapat membuat klien meneruskan pembicaraannya dengan memberikan lebih banyak uraian. Pertanyaan terbuka penting terutama tahap-tahap awal konseling dan dapat dilakukan dengan menggunakan kata tanya "apa", "kapan", "bagaimana" dan "mengapa". Sebaliknya pertanyaan tertutup akan cenderung menutup percakapan karena jawaban yang ada antara "ya" atau "tidak".

Mendengarkan secara akurat adalah amat penting dalam wawancara konseling. Hal ini menghendaki konselor agar lebih banyak diam dan semua inderanya agar dapat menangkap semua pesan dari klien. Sedangkan mengikuti pokok pembicaraan berarti memusatkan perhatian pada apa yang dikatakan klien, tidak menyimpang ke arah pembicaraan lain atau menambahkan maupun mengurangi isi pembicaraan klien. Berkenaan dengan dorongan minimal yang merupakan suatu isyarat, anggukan, sepetah kata atau suara tertentu, gerakan anggota badan, atau pengulangan kata-kata kunci merupakan hal yang juga harus dilakukan konselor. Dorongan minimal ini memberikan kesempatan dan keleluasan pada klien untuk terus berbicara.

Selanjutnya, yang juga harus dilakukan konselor dalam tahap eksplorasi masalah adalah mengungkapkan kembali perasaan dan isi pembicaraan klien dengan bahasa konselor sendiri. Hal ini merupakan bagian dari refleksi.

Keterampilan dasar selanjutnya adalah keterampilan dasar merespon. Menurut Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:108) keterampilan dasar merespon meliputi tiga macam yaitu keterampilan merespon isi, keterampilan merespon perasaan dan keterampilan merespon arti. Merespon isi adalah respon konselor terhadap isi pernyataan klien. Konselor merespon isi agar memperjelas unsur-unsur pengalaman klien yang penting. Caranya adalah dengan mengemukakan kembali pernyataan klien dengan bahasa konselor bukan meniru kata-kata klien.

Konselor juga dapat menunjukkan pemahamannya terhadap pengalaman-pengalaman klien dengan merespon perasaan yang klien ekspresikan. Klien mungkin mengekspresikan secara verbal dan langsung perasaan-perasaan yang mendominasi mereka. Atau klien mungkin hanya mengekspresikan perasaan-perasaan mereka secara tidak langsung melalui tekanan suara, atau melalui pendeskripsian situasi yang mereka hadapi sendiri.

Selanjutnya, Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996: 119) menyatakan bahwa respon terhadap isi dan perasaan saja belum cukup. Respon konselor harus dilengkapi dengan respon arti yaitu kombinasi dari respon isi dan respon perasaan. Isi digunakan untuk membuat perasaan menjadi berarti. Isi memberikan arti intelektual pada ekspresi pengalaman klien. Berdasarkan teori-teori yang telah dikemukakan, tahap penjajagan meliputi ajakan terbuka untuk berbicara, pertanyaan terbuka, mendengarkan secara akurat, memahami dan merespon, mengikuti pokok pembicaraan (keruntutan), dorongan minimal, refleksi. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling.

3) Penafsiran

Prayitno (1998:25) mengemukakan bahwa rangka penafsiran, upaya diagnosis dan prognosis dapat memberikan manfaat yang berarti. Sedangkan Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:131) menyatakan bahwa keterampilan mempersonalisasi meliputi empat macam, yaitu keterampilan mempersonalisasi arti, masalah, tujuan, dan perasaan tentang arti, masalah dan tujuan itu.

Mempersonalisasi arti adalah respon konselor yang memungkinkan klien memahami pengalaman yang ia alami itu penting bagi dirinya. Mempersonalisasi arti adalah langkah pertama menuju pemahaman klien tentang kedudukannya dalam hubungannya dengan tujuan yang mereka inginkan. Konselor mempersonalisasi arti jika ia menghubungkan secara langsung arti dan pengalaman klien. Konselor sebenarnya tidak tahu sama sekali tentang mengapa pengalaman-pengalaman itu berarti bagi klien.

Mengenai mempersonalisasi masalah, Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb, 1996:135) menyatakan bahwa mempersonalisasi masalah adalah langkah transisi yang penting untuk menuju tindakan. Konselor meminta klien untuk mengambil tanggung jawab bagi kehidupan mereka dan melihat dirinya sebagai sumber dari masalah-masalah mereka.

Mempersonalisasi tujuan adalah tahap transisi yang paling sederhana. Jika konselor telah mempersonalisasikan masalah secara efektif ia akan dapat mempersonalisasikan tujuan dengan mudah. Caranya adalah dengan menentukan tingkah laku yang merupakan kebalikan dari masalah yang dipersonalisasikan. Dengan demikian tujuan atau keinginan ditentukan oleh masalah atau defisit yang dihadapi sekarang.

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan, tahap penafsiran yakni menafsirkan arti, masalah, tujuan, dan perasaan klien. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling perorangan.

4) Pembinaan

Carkhuff (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:152) menyebutkan bahwa dalam mengembangkan inisiatif klien diperlukan beberapa keterampilan. Adapun keterampilan itu meliputi keterampilan membantu klien menetapkan tujuan, keterampilan membantu klien mengembangkan program, keterampilan membantu klien merencanakan skedul, keterampilan merencanakan pemberian penguatan, dan keterampilan membantu klien mempersonalisasikan langkah-langkah yang harus ditempuh.

Tugas yang paling penting dalam membantu klien mengembangkan inisiatif adalah menetapkan atau merumuskan tujuan. Jika tujuan dapat dirumuskan secara operasional, maka arah menjadi jelas. Menetapkan tujuan saja tidak cukup untuk mencapainya. Untuk mencapai tujuan harus dibuat programnya. Program adalah prosedur langkah demi langkah untuk mencapai tujuan. Dengan ditetapkannya tujuan maka program dapat dikembangkan.

Proses pengembangan inisiatif berlanjut sampai dengan pengembangan jadwal waktu bagi pencapaian tahapan dan tujuan pemecahan masalah klien. Tekanan utama dalam membuat jadwal adalah pada kapan waktu mulai dan mengakhiri kegiatan program.

Langkah berikutnya dalam membantu klien membuat inisiatif adalah membantu klien mengembangkan penguatan. Penguatan ini diharapkan dapat mendorong klien untuk melakukan kegiatan yang telah diprogramkan. Penguatan adalah hal-hal yang berarti bagi klien.

Langkah selanjutnya adalah mengindividualisasikan program. Pada umumnya suatu program terdiri dari langkah-langkah yang diatur secara berurutan, di mana setiap langkah tergantung pada keberhasilan pelaksanaan langkah sebelumnya.

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan, inti tahap pembinaan yakni meneguhkan hasrat klien dalam menetapkan tujuan, mengembangkan program, merencanakan skedul, merencanakan pemberian penguatan, dan mempersonalisasikan langkah-langkah yang harus ditempuh. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling.

5) Penilaian/mengakhiri konseling

Secara umum Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, (1996:229) merangkum keterampilan mengakhiri konseling meliputi merujuk pada keterbatasan waktu, memberi catatan singkat hasil

konseling, meringkas pokok-pokok hasil konseling, memberi pekerjaan rumah dan perpisahan secara formal. Berkenaan dengan merujuk pada keterbatasan waktu, hal ini dilakukan sebagai satu cara yang wajar untuk mengingatkan klien bahwa waktunya telah habis.

Membuat ringkasan hasil konseling dilakukan konselor karena konselor merasa bahwa klien akan ingat hal-hal yang dibicarakan dalam konseling. Sedangkan konselor lain menggalakkan klien membuat sendiri catatannya (Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:198). Selanjutnya konselor bersama klien membuat pernyataan ringkasan akhir dari konseling yang telah dilakukan.

Mengakhiri konseling juga dilakukan dengan memberi pekerjaan rumah. Herzberg (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:198) menyarankan untuk menggunakan tugas-tugas sosial yang bisa diikuti oleh klien. Lebih lanjut Sullivan (dalam Soli Abimanyu dan M. Thayeb Manrihu, 1996:198) juga menyarankan untuk memberikan klien sesuatu tugas sebelum wawancara konseling selanjutnya.

Berpisah secara formal juga merupakan langkah dalam mengakhiri konseling. Apa yang telah dikatakan tentang kesimpulan pada tahap final dari wawancara individual yang digunakan, dengan menekankan pada perpisahan dengan nada yang ramah-tamah dan enak.

Terhadap hasil layanan konseling perorangan perlu dilakukan tiga jenis penilaian, yaitu: penilain segera, penilaian jangka pendek dan penilaian jangka panjang (Prayitno, 2004:29). Penilaian segera (LAISEG), yaitu penilaian pada akhir layanan konseling perorangan. Fokus penilaian segera diarahkan kepada diperolehnya informasi dan pemahaman baru (*understanding*), dicapainya keringanan beban perasaan (*comfort*) dan direncanakannya kegiatan pasca konseling (*action*).

Penilaian jangka pendek (LAIJAPEN), yaitu penilaian dalam waktu tertentu (satu minggu sampai dengan satu bulan) setelah layanan konseling perorangan diselenggarakan untuk mengetahui dampak layanan terhadap klien. Sedangkan penilaian jangka panjang (LAIJAPANG), yaitu penilaian dalam waktu tertentu (satu bulan sampai dengan satu semester) setelah satu layanan konseling perorangan diselenggarakan untuk mengetahui lebih jauh dampak layanan dan atau kegiatan pendukung konseling terhadap peserta didik.

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan, tahap inti mengakhiri dan menilai konseling meliputi penyimpulan, penilaian segera, penilaian jangka pendek dan penilaian jangka panjang. Hal ini merupakan bagian dari teknik-teknik umum konseling.

PENUTUP

Kedepan penerapan konseling perorangan dapat diterapkan oleh guru BK untuk mengatasi masalah *bullying*. Melalui tahapan dalam proses konseling yang dilakukan guru BK dapat menggali lebih dalam informasi terkait *bullying*, faktor penyebab, dampak tindakan *bullying* baik pada pelaku atau pun korban.

Diharapkan setelah proses konseling perorangan klien (pelaku atau korban) dapat menyadari apa yang dilakukan, difikirkan dan dirasakan serta mengembangkan konsep diri positif dan mengontrol emosi sehingga dapat mengantisipasi kehidupan pribadi, sosial, emosional, kognitif dan fisik menjadi lebih efektif. Sehingga kehidupan efektif (KES) dapat dijalani. Memulai kehidupan dengan pilihan-pilihan yang lebih baik bagi masa depan.

Daftar Pustaka

- Colarosa, B. 2007. *Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah hingga SMU)*. Jakarta: Ikrar Mandiri Abadi.
- Gibson, R.L. & Mitchell, M.H.1995. *Introduction to Guidance*. New York: Macmillan Publisher.

Munro, E. A., Manthei, R. J., Small, J.J. 1979. *Counseling*. Alih Bahasa oleh Erman Amti. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling* Cetakan ke dua. Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno.1998. *Konseling Pancawaskita*. Padang: FIP

Semai Jiwa Insani. 2008. *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan di Lingkungan*. Jakarta: Grasindo.

Soli Abimanyu, M. Thayeb Manrihu. 1996. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Depdikbud.

Trotzer, James P. 2006. *The Counselor and the Group*. New york: Routledge.

