

BAB I PENDAHULUAN

Pendidikan adalah sebuah aset yang penting di dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, karena bagaimana pun tidak ada bangsa yang maju tanpa diiringi pendidikan yang bermutu.

Pendidikan yang berkualitas bukan hanya dilihat dari sejauh mana proses pengajarannya saja, Yusuf&Juntika (2005:5) memaparkan ada tiga bidang pendidikan yang harus menjadi perhatian, diantaranya : 1). Bidang administrative dan kepemimpinan, 2). Bidang Intruksional dan kurikuler, 3). Bidang pembinaan siswa (Bimbingan dan Konseling).

Terkait dengan masalah bimbingan dan konseling, terdapat banyak ragam teori dan pendekatan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, salah satunya adalah teori konseling behaviorial, yang akan coba kami kupas satu persatu sehingga akan tampak sedikit kejelasan, dengan harapan kupasan materi yang kami sajikan bermanfaat bagi kita semua yang bergerak dalam dunia pendidikan.

A. Pengertian Teori Konseling Behavioral

Konseling Behavioral adalah salah satu dari teori-teori konseling yang ada pada saat ini. Konseling behaviorial merupakan bentuk adaptasi dari aliran psikologi behavioristik, yang menekankan perhatiannya pada perilaku yang tampak.

Pada hakikatnya **konseling** merupakan sebuah upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien, bantuan di sini dalam pengertian sebagai upaya membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu menghadapi krisis-krisis yang dialami dalam kehidupannya (Yusuf&Juntika,2005:9).

Pengertian konseling tidak dapat dipisahkan dengan bimbingan karena keduanya merupakan sebuah keterkaitan. Muhamad Surya (1988:25) mengungkapkan bahwa konseling merupakan bagian inti dari kegiatan bimbingan secara keseluruhan dan lebih berkenaan dengan masalah individu secara Pribadi.

Juntika (2003:15) mengutip pengertian konseling dari ASCA (*American School Conselor Assosiation*) sebagai berikut : Konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan

dan keterampilannya untuk membantu kliennya dalam mengatasi masalah-masalahnya.

Sedangkan pengertian behavioral/ behaviorisme adalah satu pandangan teoritis yang beranggapan, bahwa persoalan psikologi adalah tingkah laku, tanpa mengaitkan konsepsi-konsepsi mengenai kesadaran dan mentalitas (JP.Chaplin, 2002:54).

Aliran Behaviorisme ini berkembang pada mulanya di Rusia kemudian diikuti perkembangannya di Amerika oleh JB. Watson (1878-1958).

Dari pengertian konseling dan behaviorisme yang dipaparkan di atas kita dapat menarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan konseling behavioral adalah sebuah proses *konseling* (bantuan) yang diberikan oleh *konselor* kepada klien dengan menggunakan pendekatan-pendekatan tingkah laku (*behavioral*), dalam hal pemecahan masalah-masalah yang dihadapi serta dalam penentuan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh diri *klien*.

Menurut Krumboltz & Thoresen (Surya, 1988:187) konseling behavioral adalah suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.

B. Sejarah Konseling Behavioral

Konseling berkembang pertama kali di Amerika yang dipelopori oleh Jesse B. Davis tahun 1898 yang bekerja sebagai konselor sekolah di Detroit (Surya,1988:39).

Banyak factor yang mempengaruhi perkembangan konseling, salah satunya adalah perkembangan yang terjadi pada kajian psikologis, Surya (1988:42) mengungkapkan bahwa kekuatan-kekuatan tertentu dalam lapangan psikologis telah mempengaruhi perkembangan konseling baik dalam konsep maupun teknik.

Aliran-aliran yang muncul dalam lapangan psikologi memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap perkembangan konseling, diantara aliran-aliran psikologi yang cukup memberikan pengaruh terhadap perkembangan konseling adalah sebagai berikut ; *aliran strukturalisme (Wundt)*, *Fungsionalisme (James)*, dan *Behaviorisme (Watson)*.

Perkembangan konseling behavioral bertolak dari perkembangan aliran behavioristik dalam perkembangan psikologi yang menolak pendapat aliran strukturalisme yang berpendapat bahwa mental, pikiran dan perasaan hendaknya ditemukan terlebih dahulu bila perilaku manusia ingin difahami, maka munculah teori introspeksi.

Aliran Behaviorisme menolak metode introspeksi dari aliran strukturalisme dengan sebuah keyakinan bahwa menurut para behaviorist metode introspeksi tidak dapat menghasilkan data yang objektif, karena kesadaran menurut para behaviorist adalah sesuatu yang *Dubios*, yaitu sesuatu yang tidak dapat diobservasi secara langsung, secara nyata (Walgito,2002:53). Bagi aliran Behaviorisme yang menjadi focus perhatian adalah perilaku yang tampak, karena persoalan psikologi adalah tingkah laku, tanpa mengaitkan konsepsi-konsepsi mengenai kesadaran dan mentalitas.

Pada awalnya behaviorisme lahir di Rusia dengan tokohnya Ivan Pavlov, namun pada saat yang hamper bersamaan di Amerika behaviorisme muncul dengan salah satu tokoh utamanya John B. Watson. Di bawah ini akan kami kupas beberapa tokoh behaviorisme :

a. Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936)

Ivan Petrovich Pavlov adalah orang Rusia yang sangat dikenal dengan teori pengkondisian klasik (*classical conditioning*) dengan eksperimennya yang menggunakan anjing sebagai obyek penelitian. Pengkondisian model Pavlov ini menyatakan bahwa rangsangan yang diberikan secara berulang-ulang serta dipasangkan dengan unsure penguat, akan menyebabkan suatu reaksi (JP. Chaplin, 2002:103).

Menurut Pavlov (Walgito,2002:53) aktivitas organisme dapat dibedakan atas :

1. Aktivitas yang bersifat reflektif ; yaitu aktivitas organisme yang tidak disadari oleh organisme yang bersangkutan. organisme membuat respons tanpa disadari sebagai reaksi terhadap stimulus yang mengenainya.
2. Aktivitas yang disadari ; yaitu aktivitas atas dasar kesadaran organisme yang bersangkutan. Ini merupakan respons atas dasar kemauan sebagai suatu reaksi terhadap stimulus yang diterimanya. ini berarti bahwa stimulus yang diterima oleh organisme itu sampai pada pusat kesadaran, dan barulah terjadi suatu respons. Dengan demikian maka jalan yang ditempuh oleh stimulus dan respons atas kesadaran yang lebih panjang apabila dibandingkan dengan stimulus-respons yang tidak disadari (respons reflektif).

Psikologi yang digagas oleh Pavlov dikenal dengan psikologi reflek (*psychoreflexiologi*), karena Pavlov lebih memfokuskan perhatiannya pada aktivitas yang bersifat reflek.

b. Edward Lee Thorndike (1874-1949)

Edward Lee Thorndike (psikolog amerika) lahir di Williamsburg pada tahun 1874 (JP.Chaplin 2002:509. Walgito,2002:55). Karya-karyanya yang paling dikenal adalah penelitian mengenai *animal psychology* serta teori belajar *Trial and error learning*.

Thorndike (Walgito,2002:55) menitikberatkan perhatiannya pada aspek fungsional perilaku yaitu ; bahwa proses mental dan perilaku berkaitan dengan penyesuaian diri organisme terhadap lingkungannya. Karena pendapatnya tersebut maka Thorndike diklasifikasikan sebagai behaviorist yang fungsional, berbeda dengan Pavlov yang behaviorist asosiatif.

dari hasil eksperimennya Thorndike menetapkan ada tiga macam hukum yang sering disebut dengan hukum primer dalam hal belajar, tiga hukum tersebut adalah :

1. Hukum Kesiapsediaan *the law of readiness*
2. Hukum Latihan *The Law of exercise*
3. Hukum efek *The Law of effect*

The law of readiness, adalah salah satu factor penting, karena dalam proses belajar yang baik organisme harus mempunyai kesiapsediaan, karena tanpa adanya kesiapsediaan dari organisme yang bersangkutan maka hasil belajarnya tidak akan baik.

Sedangkan hukum latihan *the law of exercise* Thorndike mengemukakan dua aspek yang terkandung di dalamnya yaitu ; 1). *The law of use*, 2). *The law of disuse*. *The law of use* adalah hukum yang menyatakan bahwa hubungan atau koneksi antara stimulus-respons akan menjadi kuat apabila sering digunakan. *The law of disuse*; adalh hukum yang menyatakan bahwa koneksi antara stimulus-respons akan menjadi lemah apabila tidak latihan.

Mengenai hukum efek Thorndike berpendapatkan bahwa memperkuat atau memperlumah hubungan stimulus-respons, tergantung pada bagaiman hasil dari respons yang bersangkutan (Walgito,2002:56).

c. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)

BF.Skinner dikenal sebagai tokoh dalam bidang pengkondisian operan (*operant conditioning*). Untuk memahami konsep ini, kita harus memahami dengan apa yang dimaksud perilaku operan dan perilaku respons (Atkinson et.al,1996:304, Walgito,2002:57).

Perilaku respons; perilaku respons adalah perilaku alami, perilaku ini merupakan respons langsung atas stimulus, perilaku ini bersifat reflektif. Perilaku ini sama halnya dengan istilah aktivitas reflektif dalam kondisioning klasik dari Pavlov.

Perilaku operan; perilaku ini lebih bersifat spontan, perilaku yang muncul bukan ditimbulkan oleh stimulus, melainkan ditimbulkan oleh organisme itu sendiri.

Terdapat dua prinsip umum dalam teori pengkondisian operan yang dipaparkan oleh Skinner, dua prinsip tersebut adalah ; 1). Setiap respons yang disertai dengan *Reward* (sebagai reinforcement stimuli) akan cenderung diulangi, dan 2). *Reward atau reinforcement stimuli* akan meningkatkan kecepatan atau *rate* terjadinya respons (Waligito,2002:57).

JP.Chaplin (2002:466) memaparkan bahwa hukum dasar pengkondisian operan adalah; apabila ada satu operan yang diikuti dengan satu penguatan perangsang, maka kecepatan mereaksi akan bertambah pula. Percepatan mereaksi tadi secara khas diukur selama satu pelaksanaan sampai terjadinya pengakhiran. Penguatan perangsang *reinforcement stimuli* dapat bersifat positif atau negative.

d. John Broadus Watson (1878-1958)

Watson (JP.Chaplin, 2002:536) mendefinisikan psikologi sebagai ilmu pengetahuan tentang tingkah laku. Sasaran behaviorisme adalah mampu meramalkan reaksi dari satu pengenalan mengenai kondisi perangsang,dan sebaliknya, juga mengenali reaksi, agar bisa meramalkan kondisi perangsang yang mendahuluinya. Inti dari behaviorisme adalah memprediksi dan mengontrol perilaku.

Karyanya diawali dengan artikelnya *psychology as the behaviorist views it* pada tahun 1913. Di dalam artikelnya tersebut Watson mengemukakan pandangan behavioristiknya yang membantah pandangan strukturalisme dan fungsionalisme tentang kesadaran. Menurut Watson (*behaviorist view*) yang dipelajari adalah perilaku yang dapat diamati, bukan kesadaran, kaena kesadaran adalah sesuatu yang *dubios*.

Metode-metode obyektif Watson lebih banyak menyukai studi mengenai binatang dan anak-anak, seperti sebuah studi yang ia lakukan dalam pengkondisian rasa takut pada anak-anak.

BAB II

PEMBAHASAN

A. Konsep Dasar Teori Konseling Behavioral

Dalam pembahasan sebelumnya telah dibahas tentang konsep dasar konseling adalah membantu, sedangkan konsep dasar dari behaviorisme adalah prediksi&control atas perilaku manusia yang tampak.

Muhamad Surya (1988:186) memaparkan bahwa dalam konsep behavioral, perilaku manusia merupakan hasil belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi belajar. Pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penataan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu untuk mengubah perilakunya agar dapat memecahkan masalahnya.

Hal yang paling mendasar dalam konseling behavioral adalah penggunaan konsep-konsep behaviorisme dalam pelaksanaan konseling, seperti konsep *reinforcement*, yang merupakan bentuk adaptasi dari teori pengkondisian klasik Pavlov, dan pengkondisian operan dari Skinner. Menurut Surya (1988:186) menyatakan bahwa ada tiga macam hal yang dapat memberi penguatan yaitu : 1). *Positive reinforcer*, 2).*Negative reinforcer*, 3).*no consequence and natural stimuli*.

B. Konsep Dasar Teori Konseling Keluarga Behavioral

Di dalam terapi keluarga behavioral, ditekankan tentang bagaimana mengubah perilaku anggota keluarga / keluarga dengan memodifikasi gejala atau akibat dari suatu tindakan. Penekanan pada penghilangan perilaku yang tidak sesuai menjadi perilaku positif.

C. Hakikat Manusia Dalam Konseling Behavioral

Hakikat manusia dalam pandangan para behaviorist adalah fasif dan mekanistik, manusia dianggap sebagai sesuatu yang dapat dibentuk dan diprogram sesuai dengan keinginan lingkungan yang membentuknya.

Lebih jelas lagi Muhamad Surya (1988:186) menjelaskan tentang hakikat manusia dalam pandangan teori behavioristi sebagai berikut : ‘ dalam teori ini menganggap manusia bersifat mekanistik atau merespon kepada lingkungan dengan control terbatas, hidup dalam alam deterministic dan sedikit peran aktifnya dalam memilih martabatnya. Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi terhadap lingkungannya, dan interaksi ini menghasilkan pola-pola perilaku yang kemudian membentuk kepribadian. Perilaku seseorang ditentukan oleh banyak dan macamnya penguatan yang diterima dalam situasi hidupnya.

Dapat kita simpulkan dari anggapan teori ini bahwa perilaku manusia adalah efek dari lingkungan, pengaruh yang paling kuat maka itulah yang akan membentuk p diri individu.

D. Hubungan Konselor –Klien

Yang menjadi perhatian utama konselor behaviorial adalah perilaku yang tampak, dengan alasan ini banyak asumsi yang berkembang tentang pola hubungan konselor-klien lebih manipulatif- mekanistik dan sangat tidak Pribadi, namun seperti dituturkan Rosjidan (1988:243) salah satu aspek yang essensial dalam terapi behaviorial adalah proses penciptaan hubungan Pribadi yang baik.

Untuk melihat hubungan konselor-klien dalam seting konseling behaviorial dapat kita perhatikan dari proses konseling behaviorial. Proses konseling behaviorial yaitu sebuah proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.

Jika kita perhatikan lebih lanjut, pendekatan dalam konseling behaviorial lebih cenderung direktif, karena dalam pelaksanaannya konselor-lah yang lebih banyak berperan.

Peran Konselor :

- a. Menyebutkan tingkah laku maladaptip
- b. Memilih tujuan-tujuan yang masuk akal
- c. Mengarahkan dan membimbing keluarga untuk merubah tingkah laku yang tak sesuai

Penerapan teori tingkah laku ke dalam konseling keluarga menekankan 3 hal pokok:

- a. Menciptakan konseling yang positif
- b. Mendiagnosis problem-problem keluarga ke dalam istilah tingkah laku
- c. Mengimplementasikan prinsip-prinsip tingkah laku dari penguat dan model
- d. Penggunaan model dan permainan peranan dalam proses penyembuhan.
- e. Adanya kesepakatan atas hal yang akan diubah antara konselor dan anggota keluarga

E. Tipe-tipe dalam terapi keluarga behavioral

1. Latihan perilaku orang tua (behavioral parent training)

Behavioral parent training menunjukkan pada pelatihan keterampilan orang tua. Terapis membantu sebagai pendidik belajar sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk merubah respon orang tua terhadap anak-anaknya. Berubahnya respon orang tua, akan membuat perilaku anak pun berubah.

Tipe ini menggunakan metode verbal dan perbuatan. Di dalam metode verbal mengandung intuksi verbal maupun tertulis. Tujuannya untuk mempengaruhi pikiran. Sedangkan metode perbuatan menggunakan teknik bermain peran (role playing), modelling dan latihan tingkah laku yang baik. Fokus utama pada perbaikan interaksi antara orang tua dan anak yang mengalami masalah.

2. Terapi pernikahan / suami istri (marriage/ couples therapies and education)

Dipelopori oleh Robert Liberman (1970) dan Richard Stuart (1969). Empat komponen utama dalam terapi pernikahan/ suami istri (Hahlweg, Baucom, & Markman, 1988) :

a. Analisis perilaku dalam masalah suami istri

Analisis ini berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh terapis terhadap pasangan, jawaban-jawaban dari angket yang diberikan, dan pengamatan terhadap perilaku keluarga.

b. Pembalasan yang positif

Membangun teknik pemikiran yang positif dengan ‘caring day’ dan “contingency contracts”

“caring day” : hari dimana anggota keluarga saling memperhatikan.

“contingency contracts” :

c. Pelatihan keterampilan berkomunikasi

Pasangan belajar menggunakan kata 'saya' dalam kalimat untuk mengekspresikan perasaan-perasaan mereka. Mereka belajar tentang masalah-masalah "here and now" yang mereka miliki, dan kemudian merenungkan hal-hal pada masa lalu. Selanjutnya mereka mulai menggambarkan perilaku suami/istri dengan spesifik. Di akhir latihan, pasangan dapat memberikan feedback positif terhadap perilaku pasangan.

d. Latihan memecahkan masalah

Komponen ini melengkapi pasangan dengan keterampilan memecahkan masalah, seperti menyebutkan (secara jelas) apa yang mereka inginkan, kemudian merundingkannya dengan pasangan, serta membuat kesepakatan.

3. Treatment pada Disfungsi seksual (treatment of sexual disfunctioning)

Digunakan untuk membantu pasangan suami istri yang mengalami gangguan pada hubungan seks mereka, yang kemudian menjadi masalah pasangan. Seperti ejakulasi dini.

Treatment yang diberikan mengandung:

Pengurangan kecemasan terhadap penampilan mereka

Pendidikan seks, yang mengandung teknik-teknik dalam hubungan suami istri

Latihan keterampilan dalam berkomunikasi

Perubahan sikap

4. Terapi fungsi keluarga (functional family therapy)

Dalam functional family therapy, pertolongan diberikan apabila hubungan interpersonal antar anggota keluarga dalam keadaan :

Contact/ Closeness (Merging)

Anggota keluarga sama-sama bersaing di dalam keluarga.

Distance/ Independence (Separating)

Anggota keluarga saling memisahkan diri, ada jarak diantara mereka.

F. Metode-metode Konseling Behavioral

Terdapat beberapa pendekatan atau metode yang diterapkan dalam konseling behavioral. Krumboltz (Surya, 1988:188) memberikan empat kategori pendekatan konseling behavioral : 1). *operant learning*, 2).*social modeling*, 3). *Cognitive learning*, 4). *emotional learning*.

Tidak jauh beda apa yang dipaparkan Rosjidan (1988:225) sebagai berikut : 1). Analisis tingkah laku yang diterapkan, 2). Model stimulus-respons neobehavioristik, 3). Teori belajar social, dan 4). Modifikasi tingkahlaku kognitif.

1. Operant Learning : pendekatan ini merupakan adaptasi dari dua teori kondisioning dari Pavlov dan Skinner, pendekatan ini memfokuskan pada penguatan (*Reinforcement*), dalam pembentukan perilaku klien yang dikehendaki.
2. Pendekatan belajar social bertolak dari pendapat Bandura tentang tiga sistem terpisah namun merupakan system pengatur yang saling berkaitan, tiga aspek tersebut adalah : 1). peristiwa stimulus eksternal, 2). penguat eksternal, dan yang paling penting adalah proses perantara kognitif. Dalam pelaksanaannya pendekatan ini diterapkan oleh konselor dengan cara merancang suatu perilaku adaptif yang dapat dijadikan model oleh klien
3. Cognitive learning ; metode ini merupakan metode pengajaran secara verbal, kontak antara konselor dengan klien dan bermain peran. Pendekatan ini terdiri atas persuasi dan argumentasi yang diarahkan kepada perubahan-perubahan ide yang tidak rasional.
4. Emotional Learning ; emotional learning diterapkan pada individu yang mengalami kecemasan. pelaksanaannya dilakukan dalam situasi rileks dengan menghadirkan rangsangan yang menimbulkan kecemasan bersama suatu rangsangan byang menyenangkan.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Konseling behavioral merupakan adaptasi dari aliran psikologi behaviorisme yang memfokuskan perhatiannya pada tingkah laku yang tampak.

Pada hakikatnya *konseling* merupakan sebuah upaya pemberian bantuan dari seorang konselor kepada klien, bantuan di sini dalam pengertian sebagai upaya membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya sendiri.

Dalam pandangan kaum behaviorist (termasuk konselor behavioral) manusia dianggap sebagai sesuatu yang dapat dirubah dan dibentuk, manusia bersifat mekanistik dan fasif.

Banyak pendekatan dalam konseling behavioral, dari keseluruhan pendekatan yang ada semua menjurus pada pendekatan direktif dimana konselor lebih berperan aktif dalam penanganan masalahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Atkinson, et.al. 1996. *Pengantar Psikologi (terj Dharma, Agus.)* Jakarta :
Erlangga
- Chaplin, JP. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi (terj. Kartono, Kartini)*. Jakarta :
Raja Grafindo
- Rosjidan. 1988. *Pengantar Teori-teori Konseling*. Jakarta: Departemen
Pendidikan dan Kebudayaan, Dirjen DIKTI
- Surya, Muhamad. 1988. *Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Teori&Konsep)*.
Yogyakarta : Penerbit Kota Kembang.
- Yusuf, Syamsu&Juntika, Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*.
Bandung: Rosdakarya.
- Walgito,Bimo. 2002. *Pengantar Psikologi*. Yogyakarta : Penerbit Andi

LAMPIRAN-LAMPIRAN