

TEKNIK LATIHAN KETERAMPILAN DASAR KONSELING INDIVIDUAL

Dr. Anne Hafina A., M.Pd
Jurusan PPB FIP UPI

Latar Belakang

Konseling merupakan instrumen untuk menciptakan situasi yang menimbulkan kemudahan bagi konseli dalam mengklarifikasi harapan dan mengembangkan atau mengubah perilaku. Sifat terpercaya perlu dimiliki oleh konselor sebagai pribadi yang mampu membantu. Sifat terpercaya ini tumbuh apabila konseli menyadari reputasi dan peranan konselor sebagai orang yang memberi bantuan dan tidak berorientasi pada minat dan keuntungan pribadi. Persepsi konseli atau masyarakat terhadap konselor sebagai seorang profesional yang dapat dipercaya akan terbentuk dari sikap terbuka, jujur, tulus, dan keotentikan konselor itu sendiri dalam bertindak.

Konselor diharapkan dapat membantu konseli untuk mencapai tujuan yang jelas. Kejelasan tujuan yang ingin dicapai memungkinkan tahapan perubahan tingkah laku konseli menjadi lebih terarah sehingga konselor bertindak sebagai fasilitator pemberian bantuan dalam jangka waktu yang singkat. Karakteristik tersebut melekat erat pada diri konselor, namun dalam pengembangan dan penginternalisasiannya diperlukan proses latihan yang panjang. Oleh karena itu, agar memiliki cukup bekal, seorang konselor memerlukan latihan keterampilan konseling sebelum terjun menangani konseli.

Menurut Carkhuff (1983) konselor yang menguasai sejumlah keterampilan konseling akan tiba pada suatu keadaan proses konseling yang berjalan secara efektif. Untuk sampai pada penguasaan keterampilan konseling yang kompeten, mahasiswa (calon konselor) memerlukan materi pembelajaran tentang keterampilan konseling, proses pembelajaran atau latihan yang sistematis, serta kondisi yang memfasilitasi pertumbuhan penguasaan keterampilan konseling. Menurut Borg (Crimmings: 1984) kedudukan dosen dalam mata kuliah keterampilan konseling tidak sama dengan dosen pada mata kuliah yang lain karena harus berperan sebagai *supervisor*.

Lent (Steven D; 1984: 627) mendeskripsikan pelatihan (*training*) dengan mengutip definisi yang diberikan oleh Loganbill, Hardy, dan Delworth. Ia menjelaskan bahwa latihan merupakan suatu kegiatan yang dikonseptualisasikan dan difokuskan pada pemahaman keterampilan-keterampilan konseling yang khusus dan ditujukan bagi mahasiswa.

Materi KDKI yang menjadi muatan mata kuliah Mikrokonseling banyak ditawarkan oleh beberapa ahli, di antaranya Brammer (1984), Ivey (1999), Okun (1997), McLeod (2007), dan Carkhuff (1984), yang tersaji dalam format yang berbeda-beda. Salah satu bentuk materi yang dipandang memiliki langkah-langkah yang jelas untuk dilakukan oleh konselor dalam konseling adalah keterampilan konseling yang

disajikan oleh Carkhuff (1984). Keterampilan tersebut didasarkan pada tujuan untuk menumbuhkan suatu kondisi yang harus dilalui oleh konseli dalam proses konseling. Keterampilan konseling ini menyajikan keterampilan yang harus dikuasai oleh konselor meliputi keterampilan *attending, responding, personalizing, dan initiating*. Keterampilan tersebut bertujuan untuk menumbuhkan kondisi *involving, exploring, understanding* dan *acting* pada konseli. Secara rinci Charkuff (1984) menyusun keterampilan-keterampilan konseling pada setiap tahap konseling yang dimaksud.

Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai melalui penelitian adalah menguji tiga teknik latihan keterampilan dasar konseling individual (KDKI) yaitu teknik *microcounseling, interpersonal process recall (IPR)* dan *didactic experiential (DE)* dalam melatih keterampilan *Attending, Responding, Personalizing, dan Initiating*.

Metode Penelitian

Efektivitas teknik latihan keterampilan dasar konseling individual diperoleh melalui penguasaan keterampilan dasar konseling individual (KDKI) pada mahasiswa yaitu keterampilan *attending, responding, personalizing* dan *initiating*. Berdasarkan pada tiga teknik latihan yang diuji melalui penilaian terhadap empat KDKI pada mahasiswa maka metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan menggunakan desain *Latin-Square* (Heppner, Wampold, Kivlighan, 2008). Desain ini dipilih untuk menjamin bahwa seluruh teknik latihan konseling dasar (*treatment*) disajikan secara seimbang dalam posisi ordinal yang sama dengan frekuensi yang sama. Desain *Latin-Square* merupakan cara untuk memperkirakan urutan *treatment*. Karakteristik utama dari desain ini adalah, masing-masing perlakuan muncul dalam tiap posisi ordinal. Pada tabel berikut disajikan urutan perlakuan yang dilakukan pada setiap tahap keterampilan dasar konseling (*attending, responding, personalizing* dan *initiating*) di setiap kelompok mahasiswa yang mengikuti mata kuliah mikro-konseling.

Menguji perbedaan skor postes antara teknik *microcounseling, IPR* dan *DE* dalam pelatihan KDKI dilakukan dengan memperhitungkan pretes sebagai kovariat. Perbedaan tersebut dihitung dengan menggunakan teknik analisis kovarians (ANCOVA).

Tabel 1
Urutan Teknik Latihan Konseling Pada Setiap Tahap Keterampilan Dasar Konseling Individual

Kelompok Kelas	Tahapan Keterampilan Dasar			
	<i>Attending</i>	<i>Responding</i>	<i>Personalizing</i>	<i>Initiating</i>
A1	<i>Microcounseling</i> (1)	IPR (2)	<i>Didactic experiential</i> (3)	<i>Microcounseling</i> (1)
A2	IPR (2)	<i>Didactic experiential</i> (3)	<i>Microcounseling</i> (1)	IPR (2)
B1	<i>Didactic experiential</i> (3)	<i>Microcounseling</i> (1)	IPR (2)	<i>Didactic experiential</i> (3)
B2	<i>Microcounseling</i> (1)	IPR (2)	<i>Didactic experiential</i> (3)	<i>Microcounseling</i> (1)

Untuk menguji perbedaan efektivitas antara teknik *microcounseling*, IPR dan DE pada KDKI, *attending*, *responding*, *personalizing* dan *initiating* dilakukan melalui langkah-langkah yaitu merumuskan hipotesis, menentukan statistik uji, menetapkan kriteria pengujian, dan penarikan kesimpulan. Pengujian dilakukan berdasarkan skor postes yang dihasilkan oleh setiap teknik yang digunakan dengan menempatkan skor pretes sebagai kovariat. Dengan demikian perhitungan terhadap perbedaan skor postes menyesuaikan (*adjustment*) dengan skor pretes. Statistik yang dipakai adalah uji F untuk menguji perbedaan skor rata-rata postes masing-masing teknik. Untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan antara tiga teknik dalam empat KDKI ditafsirkan dari tingkat signifikansi yang diperoleh pada setiap nilai F. Oleh karena itu, H_0 ditolak jika F hitung yang diperoleh menunjukkan signifikansi $p > 0,05$. Jika hasil uji F hitung tidak signifikan ($p > 0,05$) selanjutnya dilakukan uji *post hoc* untuk mengetahui perbedaan-perbedaan yang terjadi, yaitu perbedaan antara 1 dengan 2, 1 dengan 3, 1 dengan 4, 2 dengan 3, 2 dengan 4, dan 3 dengan 4.

Hasil Penelitian

Efektivitas Teknik *Microcounseling*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *microcounseling* menunjukkan efektifitasnya pada beberapa latihan keterampilan konseling. Menurut penilaian dosen, teknik *microcounseling* menunjukkan efektivitas yang lebih besar daripada teknik IPR dan DE pada latihan keterampilan *attending*, *responding*, dan *initiating*. Menurut penilaian mahasiswa, efektifitas teknik *microcounseling* sama dengan teknik IPR, tampak pada latihan keterampilan *responding* saja. Sementara menurut penilaian konseli teknik *microcounseling* memiliki efektivitas yang sama dengan IPR dalam keterampilan *attending*, memiliki efektivitas yang lebih besar daripada DE dalam latihan keterampilan *responding*, dan sama efektifitasnya dengan teknik IPR dan DE dalam latihan keterampilan *initiating*.

Hasil penelitian memberikan informasi yang mengindikasikan bahwa teknik *microcounseling* memiliki efektivitas yang lebih baik daripada teknik IPR dan DE dalam latihan keterampilan *attending*. Seperti telah dijelaskan sebelumnya bahwa salah satu asumsi dalam teknik *microcounseling* adalah "memecah" keterampilan konseling ke dalam keterampilan-keterampilan yang spesifik. Keterampilan *attending* merupakan keterampilan yang terdiri atas sejumlah keterampilan yang spesifik seperti keterampilan *posturing*, *squaring*, *leaning*, *eyeing*, *listening*, *communicating interest*. Langkah-langkah latihan dalam *microcounseling* menjadi sangat cocok untuk melatih keterampilan *attending*, karena setiap keterampilan yang spesifik dilatihkan satu persatu.

Laporan awal tentang keefektifan strategi *microcounseling*, dilakukan oleh Ivey dkk (1978) yang meneliti penerapan strategi pelatihan ini dalam tiga kategori respons : perilaku *attending*, refleksi perasaan dan merangkumkan perasaan. Sementara studi-studi sebelumnya kurang dalam kontrol metodologis, penemuan Ivey ini setidaknya menyajikan dukungan tentatif bagi efikasi model *microcounseling*.

Authier dan Gustafson (Russel, Crimmings, Lent : 1984) melakukan penelitian tentang efektivitas teknik *microcounseling* yang dibedakan berdasarkan pemberian *supervisi* yang langsung dengan *supervisi* yang menggunakan tulisan. Hasil studi

mengindikasikan bahwa tidak ada perbedaan antara kedua kelompok tersebut, dan tidak ada satupun kondisi antara keduanya yang efektif dalam meningkatkan penggunaan keterampilan *microcounseling*. Demikian pula penelitian yang dilakukan oleh Thompson dan Blocher tentang efek yang mungkin muncul pada pengembangan *microcounseling* dengan menempatkan *trainer* menjadi mitra *trainee* dalam pertemuan pertama dari tiga kali wawancara. Setelah perlakuan, tidak ada perbedaan antara *trainee* yang mendapat mitra dengan *trainee* kelompok *microcounseling* tradisional. Hasil ini memberikan informasi bahwa penambahan komponen *co-counseling* tidak meningkatkan efikasi teknik *microcounseling*.

Penelitian yang dilakukan Toukmanian dan Rennie (Russel *et al*, 1984: 649) membandingkan antara *microcounseling* dengan model pelatihan *human relationship* dari Truax dan Carkhuff (Carkhuff, 1969) dalam melatih penguasaan keterampilan konseling inti pada konselor. Subjek penelitian adalah mahasiswa yang belum lulus, mereka ditempatkan pada kelompok (1) *microcounseling*, (2) pelatihan *human relationship*, dan (3) kelompok kontrol. Kelompok perlakuan menerima 24 kali sesi pelatihan mingguan. Hasilnya diindikasikan bahwa dua kelompok perlakuan yaitu *microcounseling* dan pelatihan *human relationship* lebih unggul dari kelompok kontrol dalam tingkatan empati dan keterampilan berkomunikasi. Keterampilan berkomunikasi yang ditunjukkan mahasiswa dalam kelompok *microcounseling* secara signifikan berkembang melampaui subjek dalam kelompok pelatihan *human relationship*.

Penelitian Boyd (Russel *et al*, 1984: 649) membandingkan dua model *microcounseling* yaitu model *behavioral* dan model wawancara dengan kelompok kontrol. Subjek menyelesaikan empat kali wawancara dengan konseli sebenarnya. Hasil studi mengungkap terdapat perbedaan yang signifikan antara *behavioral* dengan model wawancara. Model *behavioral* lebih berhasil dibandingkan dengan model wawancara dalam meningkatkan variabel bebas.

Penelitian yang dilakukan oleh Richardson dan Stone (Russel, Crimmings, Lent : 1984) terhadap teknik *microcounseling* dilaksanakan dengan menambahkan hubungan *kognitif-behavioral*. Dengan menggunakan 45 orang mahasiswa yang ditempatkan kedalam satu dari tiga program *microcounseling* : (1) *kognitif-behavioral*, (2) *behavioral*, (3) pembelajaran terprogram. Hasil studi ini mengindikasikan bahwa kelompok *kognitif-behavioral* lebih unggul dari kelompok pembelajaran terprogram dalam latihan *emphati*.

Efektivitas Teknik *Interpersonal Process Recall (IPR)*

Menurut penilaian dosen, teknik IPR menunjukkan efektivitas lebih baik dari pada teknik DE dalam latihan KDKI *attending*, sementara dalam latihan KDKI *responding* efektivitasnya sama dengan DE. Menurut penilaian mahasiswa, teknik IPR memiliki efektivitas yang sama dengan teknik *microcounseling* dalam latihan KDKI *attending*, dan *responding*. Sementara dalam latihan KDKI *personalizing*, IPR lebih efektif daripada *microcounseling*. Dalam latihan KDKI *initiating* teknik IPR menunjukkan efektivitas yang sama baik dengan *microcounseling* maupun DE. Penilaian konseli bertolakbelakang dengan penilaian dosen dan mahasiswa, teknik IPR menunjukkan keunggulannya dibanding teknik *microcounseling* dan DE pada latihan KDKI *responding* dan *personalizing*.

Hasil penelitian tersebut di atas, tidak dapat memberikan gambaran yang meyakinkan tentang efektivitas teknik IPR dibandingkan dengan teknik *microcounseling* maupun DE, karena dalam beberapa uji perbedaan menunjukkan efektivitas teknik IPR yang tidak konsisten di antara penilaian yang diberikan oleh dosen, mahasiswa dan konseli. Kebanyakan hasil uji perbedaan memperlihatkan efektivitas teknik IPR sama dengan *microcounseling*.

Interpersonal Process Recall (IPR) menggunakan wawancara konseling yang direkam dengan video, kemudian diikuti oleh sesi *recall* oleh konseli dan dosen. Kagan, Krathwohl dan Farquhar (McCrary, 2008) membandingkan tiga metode pelatihan : (1) IPR yang menggunakan rekaman video; (2) IPR yang menggunakan rekaman audio; sesi *recall* oleh klien-interrogator dilakukan terhadap rekaman suara sesi konseling, dan (3) "supervisi konvensional" yaitu *trainee* mereviu kaset rekaman suara sesi konseling mereka dan kemudian disupervisi. Hasil studinya mengindikasikan bahwa tiga kondisi tersebut tidak menghasilkan perbedaan dalam hal peringkat keefektifan konselor.

Beberapa revisi terhadap teknik IPR telah menghasilkan hasil serupa. Misalnya, Kingdon menemukan bahwa IPR (termasuk didalamnya konseli, konselor sebagai *mutual recall*) tidak lebih efektif dari "supervisi tradisional" dalam empati konselor, kepuasan konseli, dan penilaian yang diberikan *supervisor* terhadap penampilan konselor (Russel, Crimmings, Lent: 1984).

Penelitian lain terkait strategi pelatihan IPR dilakukan oleh Spivack (Russel *et al*, 1984: 651) yang meneliti efek dari program IPR dengan menggunakan simulasi afektif, presentasi didaktis, *recall* dari konselor, dan *mutual recall*. Hasil dari studi ini menunjukkan bahwa IPR dengan empat jenis *recall* tidak lebih efektif daripada "pra-praktikum tradisional" yang melibatkan kuliah, diskusi, dan demonstrasi sebagai indikator-indikator proses konseling.

Efektivitas Teknik *Didactic Experiential*

Menurut penilaian dosen teknik DE lebih efektif daripada teknik *microcounseling* dan IPR dalam latihan KDKI *personalizing*, serta lebih efektif daripada teknik IPR dalam latihan KDKI *initiating*. Sementara menurut penilaian mahasiswa, teknik DE lebih efektif daripada teknik *microcounseling* dan IPR dalam latihan KDKI *attending*, serta lebih efektif daripada *microcounseling* dalam latihan KDKI *personalizing*. Menurut penilaian konseli tidak diperoleh informasi kelebihan efektivitas teknik DE daripada teknik *microcounseling* dan IPR.

Penelitian terdahulu tentang teknik DE, lebih banyak dilakukan dengan membandingkan atau mengeksperimenkan variasi dalam teknik DE itu sendiri tanpa membandingkan dengan teknik yang lainnya. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Cormier, Hackney, dan Segrist pada tahun 1978 yang meneliti persoalan dalam pelatihan *didactic experiential* dengan cara menempatkan mahasiswa pada salah satu dari tiga kondisi berikut : (1) kelompok eksperiensial (T gorups), (2) didaktis (keterampilan *behavioral*) dan (3) kelompok kontrol diskusi. Setelah mengikuti 11 minggu pelatihan, hasilnya mengindikasikan bahwa para konselor dalam kelompok kontrol diskusi dan kelompok didaktis lebih dipercaya oleh konselinya daripada konselor dalam kelompok eksperiensial. Goldfar pada tahun 1978 membandingkan *supervisi didaktis versus*

eksperiensial dengan cara memeriksa lima strategi yang berbeda yaitu, (1) didaktis tinggi-eksperiensial tinggi; (2) didaktis tinggi-eksperiensial rendah; (3) didaktis rendah-eksperiensial tinggi; (4) didaktis rendah-eksperiensial rendah; dan (5) kontrol. Melalui penelitian terhadap mahasiswa diperoleh hasil yang secara umum mendukung pada keunggulan kelompok 1, 2 dan 3 daripada kelompok 4 dan 5.

Kesimpulan

Pertama, untuk memperoleh informasi tentang efektivitas teknik latihan KDKI memerlukan kehati-hatian dengan mempertimbangkan berbagai hasil penelitian yang telah dilakukan. Penilaian yang diberikan oleh dosen memberikan informasi yang konsisten tentang efektivitas teknik *microcounseling* dalam latihan KDKI. Teknik *microcounseling* menunjukkan lebih efektif daripada teknik IPR dan DE pada latihan keterampilan *attending*, *responding*, dan *initiating*. Penilaian mahasiswa dan konseli hanya memperlihatkan bahwa, teknik *microcounseling* lebih efektif dari teknik DE dalam keterampilan *responding*.

Kedua, berdasarkan penilaian dosen, teknik IPR lebih efektif daripada teknik DE pada latihan keterampilan *attending*. Pada latihan keterampilan *responding* efektivitas teknik IPR sama dengan teknik DE, keduanya lebih kecil daripada teknik *microcounseling*. Pada latihan keterampilan *personalizing* dan *initiating*, efektivitas teknik IPR lebih kecil daripada teknik *microcounseling* dan DE. Menurut penilaian mahasiswa dan konseli, teknik IPR lebih efektif daripada *microcounseling* pada latihan keterampilan *personalizing*.

Ketiga, berdasarkan penilaian dosen, teknik DE lebih efektif daripada teknik *microcounseling* dan IPR pada latihan keterampilan *personalizing*, serta lebih efektif dari teknik IPR pada latihan keterampilan *initiating*. Menurut penilaian mahasiswa teknik DE menunjukkan lebih efektif daripada teknik *microcounseling* dan IPR pada latihan keterampilan *attending*, dan lebih efektif daripada teknik *microcounseling* pada latihan keterampilan *personalizing*. Menurut konseli, teknik DE lebih efektif daripada teknik *microcounseling* pada latihan keterampilan *personalizing*.

Keempat, memperhatikan teknik *microcounseling* yang menunjukkan efektivitas yang lebih konsisten dibandingkan teknik IPR dan DE, memberikan gambaran bahwa teknik *modeling* yang menjadi salah satu tahap kegiatan dalam teknik *microcounseling* memberikan kekuatan tersendiri dalam melatih KDKI.

Kelima, Penggunaan teknik yang sama dengan dosen yang berbeda memberikan informasi tentang efektivitas yang berbeda. Menurut penilaian dosen dan mahasiswa penggunaan teknik *microcounseling* dan DE pada latihan keterampilan yang sama, dan dalam kelompok yang berbeda menunjukkan efektivitas yang tidak sama. Penggunaan IPR dalam kelompok yang berbeda menunjukkan hasil yang sama.

Keenam, teknik IPR menunjukkan lebih efektif daripada teknik *microcounseling* dan DE dalam penguasaan konsep *attending*, *responding*, dan *initiating*. Sementara dalam penguasaan konsep *personalizing*, baik teknik *microcounseling*, IPR maupun DE menunjukkan efektivitas yang sama.

Rujukan

- Blocher, Donald. H. (1987). *The Professional Counselor*. New York : Macmillan Publishing Company.
- Brammer, Lawrence. M. (1979). *The Helping Relationship : Process and Skills (Second Edition)*. New Jersey, USA : Prentice-Hall.
- Brown, Steven. D & Lent, Robert. W. (1984). *Handbook of Counseling Psychology*. Canada : John Wiley and Sons Inc.
- Carkhuff, Robert. R & Anthony, William. A. (1979). *The Skills of Helping*. Massachusetts, USA : Human Resource Development Inc.
- Carkhuff, Robert. R & Pierce, Richard. M. (1977). *The Art of Helping : Trainer's Guide*. Massachusetts, USA : Human Resource Development Inc.
- Carkhuff, Robert. R. (1983). *The Art of Helping : Fifth Edition*. Massachusetts, USA : Human Resource Development Inc.
- Cavanagh, Michael. E. (1982). *The Counseling Experience : A Theoretical and Practical Approach*. Belmont, California : Wadsworth Inc.
- Cohen, Louis & Manion, Lawrence. (1994). *Research Methods In Education* (Forth Edition). London : Routledge.
- Hackney, Harold. L & Cormier, Sherry. (2009). *The Professional Counselor : A Process Guide to helping (sixth edition)*. New Jersey : Pearson Education Inc.
- McLeod, John. (2006). *Pengantar Konseling : Teori dan Studi Kasus (Edisi Ketiga)*. Jakarta : Kencana.
- Nugent, Frank. A. (1990). *An Introduction to the Profession of Counseling*. Columbus, Ohio : Merrill Publishing Company.
- Okun, Barbara. F. (1987). *Effective Helping Interviewing and Counseling Techniques : Third Edition*. Monterey, California : Brooks/Cole Publishing Company.