

Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Perilaku Tanggung Jawab Peserta Didik Kelas IX SMP YPS Singkole dengan Pendekatan SFBC



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License CC-BY-NC-4.0 ©2020 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

(Received: January-2021; Reviewed: February-2021; Accepted: April-2021;
Available online: August-2021; Published: August-2021)

Deviyanti Rezky Bulan¹,
Sulaiman Samad²,
Rosmini³

¹ Bimbingan dan Konseling, SMP
YPS Singkole

Email: devibulan26@gmail.com

² Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Makassar

Email: sulaimansamad@unm.ac.id

³ Bimbingan dan Konseling, SMPN
13 Makassar

Email: Rosminiamin0510@gmail.com

Abstract. *This activity aims to increase the responsible behavior of ninth-grade students of SMP YPS Singkole. The design used group counseling with a solution-focused brief counseling approach (questioning technique). This activity involved a guidance and counseling teacher with six students. The stages in this activity were the initial stage, the intermediate stage, the core stage, and the final stage. The group counseling process is initiated by identifying problems, setting goals, designing interventions using questioning techniques, and assigning strategies for sustaining changes. Subsequently, identifying indicators of behavior change and motivating students so that behavior change remains constant, and evaluating them as the final stage of counseling. Thus, students were able to enhance responsible behavior in learning during the COVID-19 pandemic.*

Keywords: *Responsible behavior, Solution-focused brief counseling*

Abstrak. *Kegiatan layanan ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab peserta didik kelas IX SMP YPS Singkole. Desain kegiatan menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan konseling singkat berfokus solusi (teknik pertanyaan). Kegiatan ini melibatkan satu guru BK dan enam peserta didik kelas IX SMP YPS Singkole. Tahapan dalam kegiatan ini yaitu tahap awal, tahap peralihan, tahap inti, dan tahap akhir. Proses konseling kelompok dimulai dengan mengidentifikasi masalah, menetapkan tujuan, merancang intervensi dengan menggunakan teknik pertanyaan, dan strategi pemberian tugas untuk mendukung perubahan. Selanjutnya, mengidentifikasi perubahan perilaku dan pemberian motivasi agar perubahan perilaku tetap stabil, dan evaluasi sebagai tahap akhir konseling. Hasilnya, peserta didik mampu untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab dalam belajar selama pandemi COVID-19.*

Kata Kunci: *Tanggung jawab, Konseling singkat berfokus solusi*

PENDAHULUAN

Pendidikan berperan penting dalam pelaksanaan pembangunan di Indonesia. Sumber daya manusia dalam jumlah dan mutu yang memadai dijadikan sebagai pendukung utama. Hal ini sesuai dengan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 3 yang menyebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa dan bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Berdasarkan fungsi dan tujuan pendidikan nasional, jelas bahwa pendidikan di setiap jenjang, termasuk Sekolah Menengah Pertama (SMP) harus diselenggarakan secara sistematis guna mencapai tujuan tersebut. Hal ini berkaitan dengan pembentukan karakter peserta didik sehingga mampu bersaing, beretika, bermoral, sopan santun dan berinteraksi dengan masyarakat.

Interaksi dengan orang lain menjadi sangat terbatas selama pandemi COVID-19. Hal ini pun berdampak dalam sistem pembelajaran yang diberlakukan institusi pendidikan. Di SMP YPS SINGKOLE, sistem pembelajaran yang digunakan adalah pembelajaran jarak jauh (PJJ) dengan metode blended learning. Dengan sistem pembelajaran yang digunakan saat ini, menuntut peserta didik untuk bisa lebih bertanggung jawab dengan kewajibannya sebagai pelajar dan hal ini sesuai dengan tugas perkembangan pada tahap remaja yang harus dipenuhi (Hurlock, 1980).

Berdasarkan hasil angket identifikasi masalah pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang telah diisi peserta didik kelas IX SMP YPS SINGKOLE, sebanyak 51,3 % peserta didik kelas IX SMP YPS SINGKOLE mengalami penurunan motivasi dalam belajar selama pandemi COVID-19. Setelah dilakukan wawancara dengan orang tua dan peserta didik diidentifikasi bahwa peserta didik lebih tertarik dengan kegiatan lain daripada belajar. Misalnya bermain game online, nonton drama korea, bermain gadget dan media sosial. Selain itu, peserta didik bosan dengan metode pengajaran guru. Peserta didik terkadang menyalin tugas milik temannya, kurang fokus saat pembelajaran yang mengakibatkan menurunnya nilai peserta didik atau nilai tidak tuntas berdasarkan hasil wawancara dengan guru. Dapat disimpulkan, salah satu faktor internal yang mempengaruhi menurunnya motivasi belajar adalah peserta didik kurang mampu untuk bertanggung jawab dalam belajar selama pandemi COVID-19. Menurut Wibowo dkk (2015: 171), tanggung jawab merupakan sikap dan perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan, negara, dan Tuhan Yang Maha Esa.

Selain pembelajaran, sekolah juga menyediakan pelayanan untuk peserta didik berupa bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bagian dari sistem pendidikan yang berguna dalam memfasilitasi perkembangan pada peserta didik sehingga tugas guru bimbingan dan konseling di sekolah adalah memandirikan peserta didik dalam rangka mencapai perkembangan yang utuh dan optimal sesuai dalam Permendikbud No. 111 Tahun 2014. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling harus memberikan layanan yang sesuai untuk membantu peserta didik mencapai tugas perkembangannya secara optimal.

Salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling adalah konseling kelompok. Konseling kelompok dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan peserta didik yang mirip atau sama. Kurang mampu untuk bertanggung jawab dalam belajar merupakan salah satu masalah yang dihadapi sekelompok peserta didik dan bisa diatasi dengan pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* karena dianggap

peserta didik sudah mengetahui situasi yang sedang dialami dan berkomitmen untuk mau mengatasi masalahnya. *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* yaitu konseling yang menggunakan pendekatan *postmodern* yang berasumsi bahwa setiap individu itu sehat, mampu (kompeten), memiliki kapasitas untuk membangun, merancang ataupun mengkonstruksikan solusi-solusi, sehingga individu tersebut tidak terus menerus memusatkan perhatiannya pada masalah-masalah yang sedang ia hadapi, namun ia lebih berfokus pada solusi, bertindak dan mewujudkan solusi yang ia inginkan (Latif dkk, 2019). Layanan konseling ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab belajar peserta didik selama pandemi *COVID-19*.

METODE

Pendekatan yang digunakan agar tanggung jawab peserta didik dalam belajar meningkat adalah pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)*. Adapun teknik konseling yang digunakan adalah teknik pertanyaan (pertanyaan pengecualian, pertanyaan keajaiban, pertanyaan berskala). Tahapan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* dilakukan dalam 3 siklus pertemuan dan setiap pertemuan dilakukan dengan durasi sekitar 45 menit. Populasi dalam layanan konseling ini adalah seluruh peserta didik kelas IX SMP YPS SINGKOLE Tahun Ajaran 2020/2021. Adapun konseli berjumlah 6 orang peserta didik kelas IX SMP YPS SINGKOLE yang dipilih berdasarkan hasil angket identifikasi masalah pembelajaran jarak jauh (PJJ). Panduan yang digunakan antara lain (1) skala tanggung jawab belajar dan (2) rencana pelaksanaan layanan (RPL) konseling kelompok untuk meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik SMP YPS SINGKOLE.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan konseling kelompok ini terdiri dari 3 siklus. Siklus I bertujuan untuk membuat perencanaan. Pada tahap awal dimulai dari konselor dan konseli memberi salam dilanjutkan dengan mengawali kegiatan dengan berdoa yang dipimpin oleh konseli. Langkah selanjutnya adalah *establishing rapport* yaitu konselor membangun rapport dengan konseli dengan saling memperkenalkan diri melalui games perkenalan yang dipandu oleh konselor. Kemudian secara bergiliran konseli mengungkapkan tujuan mengikuti layanan dan diakhiri dengan konselor menyampaikan topik dan tujuan konseling kelompok. Pada tahap peralihan, konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan layanan, tugas, dan tanggung jawab konseli serta menanyakan kesiapan konseli dalam mengikuti layanan konseling.

Pada tahap inti, konselor memulai diskusi dengan mengarahkan konseli untuk menceritakan masalahnya dan perilaku apa yang ingin diubah secara bergiliran (*identifying a solvable complaint*), setelah semua konseli menceritakan masalah yang dihadapi, konselor dan konseli bersama-sama memutuskan masalah yang akan dicarikan solusinya (*establishing goals*). Langkah selanjutnya adalah *deigning an intervention*, dengan menggunakan pertanyaan berskala, konseli menilai perilaku tanggung jawabnya saat ini. Kemudian, konselor membantu konseli menetapkan target yang ingin dicapai dalam konseling melalui pertanyaan keajaiban dan konseli menetapkan target yang ingin dicapai mengenai perilaku tanggung jawabnya dengan menggunakan pertanyaan berskala. Selanjutnya, konselor menggunakan pertanyaan pengecualian untuk membantu konseli melihat bahwa ada saat dalam kehidupan konseli dimana ia dapat bertanggung jawab dalam belajar. Konseli berdiskusi untuk mendapatkan solusi kemudian menjabarkannya ke dalam langkah-langkah kecil, konkrit, dan mudah dicapai. Kemudian, konseli menyimpulkan hasil diskusi dengan anggota kelompok dan dituliskan pada lembar refleksi. Setelah itu, konselor memberikan umpan balik dan memberikan tugas untuk dibahas di sesi selanjutnya (*strategic task that promote change*). Pada tahap akhir, konselor dan konseli menutup sesi konseling dengan berdoa bersama dan memberi salam.

Siklus II bertujuan untuk mengidentifikasi kemajuan sikap bertanggung jawab konseli. Langkah-langkah pada tahap awal dan peralihan sama dengan siklus I. Pada tahap inti diawali dengan konselor mengecek tugas yang diberikan di siklus I. Kemudian, konselor memberikan reinforcing kepada konseli atas keberhasilan yang telah dilalui (identifying & emphasizing new behavior & changes) dan konselor meminta konseli menilai perilaku tanggung jawab yang telah dicapai menggunakan pertanyaan berskala. Selanjutnya, konselor meminta konseli membuat langkah-langkah konkrit untuk mencapai target yang lebih tinggi yang dituliskan pada lembar refleksi (stabilization) dan sesi konseling diakhiri.

Siklus III bertujuan untuk evaluasi dan terminasi sesi konseling. Konselor mengevaluasi tujuan yang telah dicapai konseli selama sesi konseling melalui pertanyaan berskala kemudian konselor mengidentifikasi pemahaman konseli mengenai apa yang telah dilakukan untuk menemukan solusi pada masalahnya. Tahap selanjutnya yaitu konseli menyimpulkan apa yang telah dicapai selama sesi konseling kemudian konselor mengidentifikasi kemampuan konseli mengenai strategi jika menghadapi situasi yang sama/ hampir sama. Setelah itu, konselor merefleksikan seluruh hasil yang dicapai selama sesi konseling dan menutup sesi konseling.

Berdasarkan hasil yang dicapai selama sesi konseling, menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) efektif untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab belajar peserta didik kelas IX SMP YPS SINGKOLE. Hal ini ditunjukkan saat proses konseling berlangsung dimulai dari mengidentifikasi masalah, menetapkan tujuan, merancang intervensi dengan menggunakan teknik pertanyaan dan strategi pemberian tugas untuk mendukung perubahan. Peserta didik mampu menentukan serta menetapkan tujuan dan bisa membuat solusi sendiri atas tanggung jawab belajarnya yang masih rendah.

Dengan menggunakan pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC), peserta didik memperoleh penguatan untuk meningkatkan tanggung jawab belajar. Hal ini bisa diwujudkan dalam bentuk memiliki komitmen terhadap tugas. Dalam menumbuhkan kedisiplinan dan meningkatkan komitmen terhadap tugas dan kewajibannya ini menggunakan teknik reinforcement atau pujian. Selanjutnya, pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) diharapkan mampu menumbuhkan motivasi pribadi bagi konseli untuk berusaha meningkatkan tanggung jawab belajarnya. Teknik yang digunakan dalam menumbuhkan motivasi dalam diri konseli, yaitu teknik amplifying dengan diikuti pujian. Pujian dalam hal ini dapat membantu untuk menekankan bahwa apa yang konseli lakukan telah berhasil dan meningkatkan percaya diri konseli bahwa mereka mampu menyelesaikan masalahnya. Keberhasilan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) untuk meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik tidak lepas dari beberapa faktor yang mempengaruhi. Salah satunya adalah adanya pemahaman diri konseli mengenai tingkat tanggung jawab belajar yang dimiliki serta konseli mampu membangun tujuan dan solusi untuk dilakukan sebagai perubahan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil konseling dari siklus I, II, dan III maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling (SFBC)* efektif untuk meningkatkan perilaku tanggung jawab dalam belajar selama pandemi *COVID-19*.

DAFTAR RUJUKAN

- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)*. Jakarta : Erlangga.
- Latif, Suciani, M. Ramli, dan Nur Hidayah. (2019). *Solution-Focused Brief Counseling (Konseling Singkat Berfokus Solusi): Panduan Meningkatkan Self-Regulated Learning Siswa*. Tangerang Selatan: CV. Iqra'Lana.
- Permendikbud 2014 No. III, Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling.
- Undang-Undang 2003 No. 20, Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional.
- Wibowo, Agus dan Gunawan. (2015). *Pendidikan Karakter Berbasis Kearifan Lokal di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.