

Penggunaan Konseling Behavior Dengan Teknik *SYMBOLIC MODELS* Dalam Konseling Individu



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: Mei-2022; Reviewed: Juni-2022; Accepted: Juli-2022; Available online: Agustus-2022; Published: Agustus-2022)

Ratri Kurnia Wahanani¹,
Muhammad Anas², Saniasa³

¹ Bimbingan dan Konseling, SMAS
Futuhiyyah Mranggen

Email: ra3.bpsmaf@gmail.com

² Bimbingan dan Konseling, Fakultas
Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri
Makassar

Email: anas.maliki.am@gmail.com

³ Bimbingan dan Konseling, SMAN 19
Makassar

Email: shanyridho05@gmail.com

Abstract. *In carrying out counseling there are several counseling approaches that can be used to assist the counselee in solving the problems he is experiencing. This study aims to see the effectiveness of using a behavior approach with symbolic models techniques in individual counseling for a class XII student who is experiencing anxiety about her future related to further studies in college due to limited costs and unsupportive family economic conditions. This study uses a qualitative approach. The result of this study is the client's reduced anxiety about his future related to further studies due to limited costs and family economic conditions by trying to imitate the behavior that exists in the figure used as modeling in symbolic models.*

Keywords: *behavior counseling, symbolic models, future career*

Abstrak Dalam melaksanakan konseling ada beberapa pendekatan konseling yang bisa digunakan untuk membantu konseli dalam memecahkan masalah yang sedang dialaminya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat keefektifan menggunakan pendekatan behavior dengan teknik symbolic models pada konseling individu pada seorang siswi kelas XII yang sedang mengalami kecemasan akan masa depannya yang berkaitan dengan studi lanjut ke perguruan tinggi karena keterbatasan biaya dan kondisi ekonomi keluarga yang kurang mendukung. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif. Hasil dari penelitian ini adalah berkurangnya kecemasan pada konseli terhadap masa depannya terkait dengan studi lanjut akibat dari keterbatasan biaya dan kondisi ekonomi keluarga dengan berusaha mencontoh perilaku yang ada pada sosok yang dijadikan modelling dalam symbolic models.

Kata Kunci: konseling behavior, model simbolik, karir masa depan

PENDAHULUAN

Melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi atau kuliah tentunya menjadi idaman setiap orang, meskipun tidak semua berpendapat yang sama. Semakin tinggi jenjang pendidikan yang dapat ditempuh dalam masyarakat umum tentunya akan lebih dipandang dan 'terjamin' masa depannya. Selaku orang tua apabila memiliki anak yang kuliah dianggap menyandang status 'Sarjana' adalah kebanggaan yang tidak ternilai harganya. Hal ini berlaku juga pada mereka para siswa kelas XII yang merupakan calon maupun siswa yang telah menjadi mahasiswa memiliki kebanggaan tersendiri menjadi 'anak kuliah' dan merasa memiliki 'nilai lebih' dibandingkan dengan siswa yang tidak melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Keinginan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi memang tidak sekedar hanya mengejar cita-cita, ataupun meningkatkan strata pendidikan yang didapat, namun ada beberapa alasan mendasar

mengapa orang ingin berkuliah, diantaranya : 1) Mendapatkan pekerjaan menjadi alasan utama mengapa orang ingin kuliah, bahkan banyak yang berpikiran bahwa kuliah dapat membantu untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik meskipun pada akhirnya pekerjaan yang didapatkan tidak sejalan dengan ilmu yang diperoleh selama di perguruan tinggi. 2) Meningkatkan keterampilan dan pengetahuan yang dimiliki agar berkembang menjadi pribadi yang lebih baik lagi, karena saat ini sudah banyak masyarakat yang sadar akan pentingnya sebuah pendidikan. 3) Status sosial, tidak dipungkiri kuliah bagi sebagian orang yang 'mampu' dijadikan sebagai simbol 'kemampuan' secara finansial atau kekayaan, terlebih lagi bila mampu masuk ke perguruan tinggi dengan biaya yang mahal dan memiliki fasilitas pelengkap lainnya menjadi kebanggaan dan kepuasan tersendiri bagi orang tua maupun anaknya. 4) Berorganisasi, ada sebagian orang yang ingin memiliki kegiatan atau aktivitas untuk mengisi waktu luang dengan mengikuti kegiatan di kampus. 5) Mencari relasi, dengan kuliah orang bisa mendapatkan relasi baru dari berbagai macam daerah, suku, ras dan agama yang nantinya akan bisa dijadikan sebagai dasar dalam membangun jaringan dalam hal membuat komunitas bahkan hingga mendapatkan tawaran pekerjaan dikemudian hari. 6) Partisipasi atau hanya sekedar ikut-ikutan, hal ini biasanya terjadi pada siswa yang nyaris tidak mempunyai tujuan ketika lulus dari SMA yang sebenarnya untuk mengindar dari pekerjaan rumah ataupun belum siap memasuki dunia kerja.

Sebagai siswa yang telah duduk di bangku kelas XII tentu diharapkan masing-masing dari mereka telah mampu dalam menentukan karir yang harus dipersiapkan untuk masa depannya setelah lulus dari sekolah, apakah melanjutkan studi ataukah bekerja. Bagi siswa SMA memang tidak dipersiapkan untuk memasuki dunia kerja, akan tetapi mereka lebih dipersiapkan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Meskipun pada kenyataannya masih banyak siswa yang masih belum mampu untuk menentukan kemana mereka akan melanjutkan studinya. Pengambilan keputusan untuk melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya adalah kesiapan secara akademik siswa, bakat dan minat siswa, serta yang tidak kalah penting adalah dukungan dari keluarga baik secara moral, spiritual maupun finansial.

Namun bagi sebagian orang, pendidikan adalah sesuatu yang mewah. Jangankan untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi, untuk menggenapkan wajib belajar 12 tahun saja bisa menjadi sebuah tantangan besar. Terlebih pandemi yang sedang terjadi di seluruh dunia termasuk di Indonesia memberikan dampak yang luar biasa dalam hal perekonomian khususnya dalam keluarga. Banyak dari siswa yang ingin melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi tetapi pada akhirnya harus mengubur keinginannya karena tidak mendapat dukungan finansial dari keluarga sebagai akibat dari dampak pandemi Covid-19 yang mana orangtua mereka terkena pemutusan hubungan kerja yang menyebabkan terhentinya pemasukan finansial dalam keluarga. Hal ini menyebabkan banyak siswa yang mulai berfikir ulang mengenai pilihan karirnya dalam hal pendidikan lanjut. Padahal dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi tentu mereka akan memiliki kesempatan untuk memperoleh pekerjaan yang lebih baik pun akan lebih besar.

Tidak dipungkiri, persaingan untuk memperoleh pekerjaan menjadi lebih ketat seiring berubahnya jaman dan teknologi. Perguruan tinggi yang tepat tidak harus selalu yang mahal dan terkenal, tetapi harus disesuaikan dengan bakat, minat, kemampuan akademis serta kondisi sosial ekonomi selain tingkat kredibilitas dari perguruan tinggi yang akan dipilih siswa. Bagi sebagian siswa yang mengalami keterbatasan ekonomi tetapi mempunyai keinginan kuat untuk melanjutkan pendidikan tentu memerlukan informasi yang lebih banyak untuk menemukan jalan keluar bagi permasalahannya. Bantuan diberikan berupa layanan konseling individu dengan menggunakan teknik model simbolik agar siswa dapat mencapai keinginannya untuk melanjutkan pendidikan tinggi, diharapkan teknik ini cukup efektif dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh siswa.

Konseling individu merupakan salah satu proses layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dan seorang klien. Konseling individu ini dipilih karena konselor lebih dapat melakukan hubungan interpersonal yang sangat intens dimana siswa dapat lebih leluasa dalam mengungkapkan permasalahan yang dihadapinya tanpa harus merasa malu dengan kondisi yang dialaminya. Menurut Willis (2010), konseling individu adalah pertemuan konselor dengan klien

secara individual, di mana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapport, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Teknik modelling merupakan salah satu teknik belajar bagi individu yang mana dalam proses ini terdapat adanya proses penokohan (modelling), peniruan (imitation), serta belajar melalui pengamatan (observational learning). Proses mengamati tingkah laku orang lain yang digunakan sebagai suatu proses belajar dimana melibatkan proses kognitif dengan melalui observasi terhadap suatu perilaku yang diamati, baik dengan menambah atau mengurangi tingkah laku yang dicontoh dengan menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus (Komalasari, dkk 2011:176). Teknik modelling ini memanfaatkan proses belajar dengan menggunakan seseorang atau bahkan beberapa orang yang dianggap memiliki sikap teladan dan bisa dipercaya untuk merangsang pikiran, tindakan, maupun sikap orang lain.

Teknik model simbolik (symbolic model), merupakan salah satu dari beberapa jenis teknik modeling yang dapat digunakan dalam proses konseling. Ada empat tahap dalam modeling, yaitu perhatian, retensi, reproduksi dan motivasional. Tujuan dari teknik modeling menurut Willis (2010:79) adalah sebagai berikut : a) Untuk memperoleh tingkah laku yang lebih adaptif. b) Agar konseli bisa belajar sendiri menunjukkan perbuatan yang dikehendaki tanpa harus belajar melalui proses trial and error. c) Membantu konseli untuk merespon hal-hal yang baru. d) Melaksanakan tekun respon-respon yang semula terhambat/terhalang. e) Mengurangi respon-respon yang tidak layak. Manfaat teknik modeling menurut Willis (2010:79) adalah a) Memberikan pengalaman belajar yang bisa dicontoh oleh konseli. b) Menghapus hasil belajar yang tidak adaptif. c) Memperoleh tingkah laku yang lebih efektif. d) Mengatasi gangguan-gangguan keterampilan sosial, gangguan reaksi emosional dan pengendalian diri.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan jenis kualitatif deskriptif pada layanan konseling individu yang berfokus pada masalah dan tujuan yang didasarkan pada pendekatan Behavior dengan teknik symbolic models. Subyek yang dipilih dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu teknik dalam menentukan sampel berdasarkan pada pertimbangan peneliti mengenai sampel-sampel mana yang paling sesuai, bermanfaat dan dianggap dapat mewakili suatu populasi. Dimana sampel yang digunakan adalah tiga siswa kelas XII MIPA. Pengumpulan data yang digunakan adalah dengan wawancara dan observasi selama konseli sedang mengamati video yang diputar dengan jumlah sampel tiga. Symbolic models yang digunakan adalah dengan memutar dua video pendek dari alumni yang memiliki latar belakang yang hampir sama dengan konseli dimana konseli mengalami kecemasan terhadap pilihan karir masa depannya yaitu keinginannya untuk melanjutkan pendidikan kejenjang Perguruan Tinggi namun terkendala kondisi ekonomi keluarga yang kurang mendukung. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober - 1 Desember 2021 di SMAS Futuhiyyah Mranggen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data awal yang diperoleh pada siswa kelas XII SMA Futuhiyyah Mranggen, dipilih tiga siswa yang mempunyai permasalahan yang sama yaitu keinginan untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi namun terkendala oleh kondisi ekonomi keluarga.

Tabel 1. Data siswa yang diberikan layanan konseling individu

No.	Kode Siswa	Kelas	Pelaksanaan
1	DS	XII MIPA 4	22 Oktober 2021
2	ST	XII MIPA 3	5 November 2021
3	NTK	XII MIPA 1	18 November 2021

Dari ketiga konseli mempunyai latar belakang ekonomi yang hampir sama, hal ini dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 2. Data latar belakang siswa

No.	Kode Siswa	Keterangan Tambahan
1	DS	Merupakan siswa dengan prestasi biasa-biasa saja namun rajin, dari keluarga berpenghasilan pas-pasan.
2	ST	Siswa berprestasi, anak seorang petani dan buruh cuci dengan penghasilan yang tidak menentu, mempunyai saudara yang juga masih bersekolah.
3	NTK	Siswa berprestasi, orangtua terkena PHK, mempunyai saudara sudah lulus kuliah namun masih bergantung dengan orangtua.

Pada ketiga konseli diberikan layanan konseling individu dengan teknik yang sama yaitu simbolik model dan dilakukan selama 45 menit pada tiap konseli. Proses konseling yang dilakukan meliputi tahap awal (tahap mendefinisikan masalah), tahap inti (tahap kerja) dan tahap akhir (tahap perubahan dan tindakan). Penjelasannya adalah sebagai berikut:

1. Tahap Awal (strukturing) adalah tahap yang dimulai sejak klien menemui konselor, selama proses konseling berjalan sampai dengan konselor dan klien menemukan permasalahannya. Diawali dengan konselor membina hubungan baik (rapport) dengan klien, konselor menjelaskan asas-asas dan peraturan dalam konseling. Konselor menjelaskan peran masing-masing dalam proses konseling, memberikan gambaran saat proses sesi konseling berlangsung, menjelaskan kontrak waktu dan tujuan serta menanyakan kesiapan konseli dalam memulai proses konseling.
2. Tahap Inti.
 - a. Eksplorasi masalah, dalam hal ini konselor meminta konseli untuk menjelaskan permasalahan yang sedang dialami konseli secara mendalam dan terperinci. Konselor menanyakan kepada konseli apa saja yang telah dilakukan oleh konseli untuk mengatasi permasalahannya. Konselor mendengarkan dengan penuh perhatian dan menanggapi cerita konseli sesuai dengan ekspresi yang terlihat. Konselor membantu mencari dan mengidentifikasi kondisi yang menyebabkan konseli merasa tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Konselor harus dapat memberikan rasa nyaman pada konseli agar tidak merasa tertekan selama menjalankan sesi konseling.
 - b. Personalizin, konselor membantu konseli dalam mengidentifikasi dan menggali permasalahan yang dihadapinya secara mendalam. Konselor bersama konseli menyusun poin-poin penting untuk merumuskan tujuan yang ingin dicapai. Konselor memperhatikan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional yang dapat terjadi.
 - c. Initiating (Integrasi Teknik), pada tahap ini konselor memberikan penjelasan mengenai isi video dan latar belakang dari orang yang menjadi model. Dengan menampilkan dua video tersebut klien diminta untuk: 1) Attentional, yaitu dalam belajar melalui pengamatan konseli harus memberi perhatian pada perilaku model. 2) Retention, yaitu proses yang merujuk pada upaya individu untuk memasukkan informasi tentang model, baik verbal maupun gambar dan imajinasi, terjadi berdasarkan kontinuitas. Kejadian yang diperlukan berulang kali adalah perhatian pada penampilan model dan penyajian simbolis dalam memori jangka panjang. Untuk dapat meniru model harus mengingat perilaku yang diamati. 3) Production, yaitu proses mengontrol tentang bagaimana individu dapat mereproduksi respon atau tingkah laku model, diperlukan latihan berulang kali dan umpan balik terhadap perilaku yang ditiru. 4) Motivational & Reinforcement, yaitu pada saat meniru, seseorang

memperoleh penguatan maka akan lebih termotivasi untuk menaruh perhatian, mengingat dan memproduksi perilaku tersebut. Penguatan penting untuk mempertahankan pembelajaran Setelah mengamati video yang ditampilkan konselor meminta konseli untuk memperhatikan video yang ditampilkan dengan seksama. Konselor meminta konseli untuk mengemukakan apa yang dapat dipelajari dari hasil melihat video model. Menanyakan kepada konseli apa yang harus diubah pada diri konseli agar dapat meniru model yang telah dilihatnya. Konselor menanyakan kepada konseli kelebihan atau potensi apa yang dimilikinya, serta menanyakan langkah apa yang akan dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya.

3. Tahap Terminasi. Pada tahap ini konselor bersama dengan konseli membuat kesimpulan mengenai hasil selama proses konseling. Kemudian menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan sesuai dengan tujuan dari konseli. Konselor memberikan umpan balik simpulan dan memberikan penguatan. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling untuk melihat apakah akan ada konseling lanjutan apabila diperlukan, serta mengakhiri proses konseling. Setelah ketiga konseli diberikan layanan konseling individu dengan teknik simbolik model terdapat perubahan yang ditunjukkan dari ketiganya.
 1. Kognitif, dari hasil konseling menunjukkan bahwa ketiga konseli sudah dapat mengatasi atau memperoleh jalan keluar dari permasalahannya.
 2. Emosi, setelah menjalankan proses konseling konseli mengakui bahwa mereka sudah tidak lagi merasa putus asa dan sudah tidak merasa cemas dengan permasalahan yang sedang dihadapi.
 3. Perilaku, ketiga konseli kembali merasa bersemangat, semakin rajin belajar dan bahkan ada yang sudah melakukan seperti apa yang telah dilihat dalam video yang ditayangkan oleh konselor.

SIMPULAN DAN SARAN

Kecemasan yang dialami oleh klien disebabkan kondisi ekonomi keluarga yang kurang mendukung dirinya dalam melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi. Konseling Behavior dan symbolic models dapat menjadi alternatif untuk membantu klien dalam menemukan solusi dari permasalahannya, dan yang terpenting adalah dapat mengurangi kecemasan dan menumbuhkan sikap optimis pada diri klien dengan melihat model yang dapat dijadikan contoh. Temuan tersebut dapat menjadi pijakan untuk peneliti selanjutnya sehingga dapat mengembangkan secara lebih baik tentang penggunaan konseling Behavior dan symbolic models untuk membantu klien yang mengalami masalah kecemasan dalam melanjutkan pendidikan karena faktor ekonomi. Penulis berharap pelayanan Bimbingan dan Konseling yang telah dilaksanakan dapat bermanfaat untuk kita semua terutama dalam mengentaskan permasalahan yang peserta didik alami. Kritik dan saran sangat penulis perlukan dari teman-teman sejawat Bimbingan dan Konseling yang akan datang

DAFTAR RUJUKAN

- Wilis S, Sofyan. 2010. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV. Alfabeta.Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Komalasari,Gantina. Dkk.2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks
- Fida. 2021. *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*.
<https://google.co.id/books/edition/>
- Muhammad, Mia. 2017. <https://miamuhammadmediabki.wordpress.com/2017/06/12/tahap-tahap-konseling-individu/>
- Sudrajat, Akhmad. 2008. <https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/26/proses-layanan-konseling-individual/>
(25 Desember 2021)
- Rizka. 2020. *Konseling Individu*. <https://www.initentangpsikologi.com/2020/01/konseling-individu.html>
- Rumiani. N W, Suarni, N.K, Putri. D.K. 2014. *Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling*.
<https://media.neliti.com/media/publications/246049-penerapan-konseling-behavioral-teknik-mo-7eebd265.pdf>.

(25 Januari 2022)

Rismawati, Uun. 2017. Penerapan Teknik Modeling Untuk Mengurangi Keterlambatan Masuk Sekolah Pada Siswa. <http://journal2.um.ac.id> >sembk > article > download

Islami, Diah N. 2018. Penerapan Teknik Modelling Dalam Proses Konseling Untuk Meningkatkan Atensi Bagi Anak Tunagrahita Ringan Tingkat SMALB di SLB C Yakut Purwokerto.

<http://repository.iainpurwokerto.ac.id/4601/1/COVER%2C%20BAB%201%2C%20BAB%20V%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>