

Peran Psikolog dan Konselor

Oleh:

Nurussakinah Daulay

inadaulay82@gmail.com

*JL. Willeam Iskandar Ps. V, Medan Estate, Percut Sei Tuan
Universitasn Islam Negeri Sumatera Utara Medan*

Abstrak:

Seorang psikolog dan konselor memiliki peran yang sangat penting di era milenial sekarang ini. Era milenial dicirikan dengan kehadiran permasalahan kehidupan yang semakin kompleks. Kompleksitas permasalahan harus dibarengi dengan kompetensi diri agar terhindar dari krisis mental, sehingga mampu memunculkan hal-hal yang positif baik dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik seorang individu. Peran penting psikolog dan konselor untuk membantu seorang individu dalam mengatasi masalahnya, baik permasalahan yang masih bersifat normal maupun permasalahan yang sifatnya gangguan akan terbantu melalui proses konseling.

Pendahuluan

Setiap individu khususnya peserta didik merupakan sosok yang unik dan memiliki kemampuan yang berbeda-beda di antara mereka. Tidak bisa digeneralisasikan bahwa ketika seorang peserta didik berkompeten di bidang ilmu matematika, maka peserta didik yang lain juga akan memiliki kompetensi yang sama. Benar adanya konsep mengenai *multiple intelligence* melekat pada diri setiap peserta didik, bahwa setiap peserta didik memiliki kecerdasan yang bervariasi, kecerdasan disini dapat dimaknai sebagai suatu kumpulan kemampuan atau keterampilan yang dapat ditumbuh kembangkan (Gardner, dalam Daulay, 2015). Menurut Howard Gardner, seorang psikolog Amerika mengembangkan model *multiple intelligence*, mengemukakan terdapat delapan macam kecerdasan, yakni: kecerdasan linguistik, kecerdasan logik matematik, kecerdasan musik, kecerdasan interpersonal, kecerdasan intrapersonal, kecerdasan kinestetik, kecerdasan naturalis, kecerdasan visual spasial.

Para pendidik dan orang tua dapat bekerjasama dengan psikolog atau konselor untuk dapat mencermati bakat dan minat, atau dengan kata lain peran penting psikolog dan konselor dalam menganalisa potensi-potensi yang dimiliki peserta didik. Sehingga

permasalahan yang dialami peserta didik dapat dikumpulkan, dianalisa, kemudian diinterpretasikan serta dimaknai untuk dapat diambil langkah-langkah yang tepat bagi pengupayaan perkembangannya.

Selain mengenali bakat dan minat, ternyata didapati juga permasalahan-permasalahan yang kerap dialami peserta didik hingga berdampak pada kesulitan belajar.

Permasalahan yang sering dialami peserta didik tidak hanya berkaitan dengan pengupayaan bakat dan minat, serta mengenali kecerdasan anak saja, tetapi juga menyikapi perilaku yang ditampilkan anak. Hidup dalam era milenial sekarang ini memengaruhi persepsi dan sikap peserta didik, tuntutan yang ditimpakan kepada mereka membuatnya harus sigap dan siaga agar tidak tergilas oleh kemajuan di zaman globalisasi, namun kenyataannya tidak semua peserta didik mampu menyikapi segala tantangan dengan suka cita. Beberapa peserta didik akan bangkit dan termotivasi dalam menyelesaikan masalahnya, dan banyak juga diantara mereka merasa tidak yakin mampu mengatasi masalahnya hingga berujung kepada patologis. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya faktor internal (meliputi: kepribadian) dan faktor eksternal (meliputi: dukungan keluarga dan pendidik).

Fenomena yang dapat ditampilkan dari sekian banyaknya kasus remaja cenderung mengarah patologis, seperti kasus bunuh diri akibat Ulangan Nasional. Salah satu kasus yang marak terjadi adalah kasus siswi X yang berasal dari SMPN 2 Manisrenggo nekat mengakhiri hidupnya hanya karena nilai Ulangan Nasional tidak sesuai harapan, dengan cara gantung diri di ruang dapur menggunakan kain yang menjerat lehernya (sindonews.com). Kasus siswi X ini bisa jadi karena kondisi internalnya yang rapuh sehingga tidak tangguh untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang harus dihadapi dan dilewatinya, ditambah lagi kurangnya dukungan yang ia terima baik dari keluarga maupun sekolah. Ulangan Nasional masih dianggap beban bagi peserta didik, terutama beban psikologis seperti stres hingga berujung pada depresi. Penyebab beban psikologis ini bisa jadi mereka di satu sisi ingin membuktikan kepada keluarga dan sekolah bahwa mereka adalah peserta didik yang berkompeten, namun ketika terjadi ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan akhirnya menjadi penyebab munculnya kondisi patologis.

Disinilah letak pentingnya peran psikolog dan konselor untuk dapat menjadi tempat yang nyaman bagi peserta didik dalam melimpahkan kegalauan yang sedang mereka rasakan. Tidak semua peserta didik dengan terbuka dan leluasa menceritakan kebutuhannya kepada orang tuanya, beberapa diantara mereka akan merasa segan, cemas, dan takut untuk dimarahi karena kesalahan dan kekhilafan yang telah mereka perbuat. Tidak demikian ketika berinteraksi dengan psikolog maupun konselor, teknik-teknik dalam konseling yang diaplikasikan oleh psikolog dan konselor dianggap mampu membuat peserta didik merasa perlu untuk bercerita dan nyaman berinteraksi dengan kedua profesi ini.

Perbedaan kasus dan permasalahan yang dialami peserta didik dapat dijumpai melalui proses konseling. Konseling mengindikasikan hubungan profesional antara konselor terlatih dengan klien. Hubungan ini biasanya bersifat individu ke individu, walaupun terkadang melibatkan lebih dari satu orang. Konseling didesain untuk menolong klien untuk memahami dan menjelaskan pandangan mereka terhadap kehidupan, dan untuk membantu mencapai tujuan penentuan diri (*self-determination*) mereka melalui pilihan yang telah diinformasikan dengan baik serta bermakna bagi mereka, dan melalui pemecahan masalah emosional atau karakter interpersonal (Burks dan Steffle, 1979).

Psikolog dan konselor merupakan profesi yang memiliki persamaan, yakni berupaya untuk membantu klien dalam menyikapi dan memecahkan permasalahan yang sedang dihadapinya. Namun juga memiliki banyak perbedaan, sehingga tulisan ini berupaya untuk memberikan informasi terkait perbedaan dari masing-masing profesi ini, diharapkan nantinya mampu memunculkan pemahaman baru dalam memaknai kedua peran profesi ini.

Psikolog

Psikolog ditujukan kepada seseorang yang telah mengenyam pendidikan di bidang psikologi. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku individu, atau dengan makna lain mengapa terdapat perbedaan di antara individu dalam menyikapi kehadiran sumber stres. Terdapat beberapa individu yang mampu menangani sumber stres dengan bentuk perjuangan yang berbeda-beda dan akhirnya mencapai resiliensi, namun banyak juga didapati individu yang tidak mampu menyelesaikan masalahnya

hingga berujung pada stres dan depresi. Jawabannya ternyata manusia memiliki tiga aspek yang berbeda, yakni: aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotorik. Intinya adalah manusia mampu bertahan dengan menggunakan akal pikirannya, hal ini yang memengaruhi jiwa seseorang. Jika pikiran seseorang positif dibarengi dengan jiwa yang bersih, maka akan tampil dalam perilaku yang baik pula. Aspek kognitif, meliputi: pemikiran atau penggunaan rasio; aspek afektif meliputi perasaan, keinginan, kemauan, sikap dan nilai; aspek psikomotor meliputi berbagai segi keterampilan (Daulay, 2015).

Secara konseptual, psikologi bertujuan untuk mendeskripsikan, menjelaskan, memprediksikan, dan mengontrol perilaku manusia. Aplikasi dari tujuan dan pentingnya psikologi adalah untuk memperbaiki kualitas hidup manusia yang berbasis pada kesejahteraan psikologis (Zimmer, 2003, dalam Daulay, 2015). Aplikasi psikologi dalam bidang konseling diantaranya mampu memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohani dalam lingkungan hidupnya, agar individu tersebut mampu mengatasi dirinya sendiri sehingga timbul pada dirinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depannya. Dengan adanya bimbingan dan penyuluhan dalam pemberian kecerahan batin, akhirnya seseorang yang terbimbing perlu diberi *insight* (kemampuan melihat rangkaian problema yang dihadapi) dikarenakan mengalami penyakit kejiwaan yang mengganggu ketenangan kehidupan rohaninya (Daulay, 2015).

Konselor

Konselor merupakan profesi yang berperan penting dalam proses pelaksanaan konseling. Hal ini dipertegas oleh Hartono dan Soedarmadji (2015) bahwa *counselor* tidak dapat dipisahkan dari kata *helping*, artinya *counselor* merujuk pada orangnya, sedangkan *helping* merujuk pada profesinya atau bidang garapannya. Kesimpulannya, konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling sebagai tenaga profesional.

Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 6 disebutkan bahwa konselor sebagai pendidik yang merupakan salah satu tenaga kependidikan yang berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Selanjutnya, menurut buku Standar Kompetensi Konselor Indonesia (2005) konselor adalah tenaga profesional bimbingan dan konseling (*guidance and counseling*)

yang harus memiliki sertifikasi dan lisensi untuk menyelenggarakan layanan profesional bagi masyarakat. Tenaga profesional ini disiapkan dan dihasilkan oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling, jenjang S1, S2, dan S3, termasuk pendidikan profesi di dalamnya (Hartono & Soedarmadji, 2015).

Kualifikasi akademik konselor menurut Salahudin (2016) adalah tenaga pendidik profesional yang telah menyelesaikan pendidikan akademik strata satu (S1) program studi Bimbingan dan Konseling dan program Pendidikan Profesi Konselor dari perguruan tinggi penyelenggara program pengadaan tenaga kependidikan yang terakreditasi. Sedangkan bagi individu yang menerima pelayanan profesi bimbingan dan konseling disebut konseli, dan pelayanan bimbingan dan konseling pada jalur pendidikan formal dan nonformal diselenggarakan oleh konselor. Kualifikasi akademik konselor dalam satuan pendidikan pada jalur pendidikan formal dan nonformal adalah: 1) sarjana pendidikan (S1) dalam bidang Bimbingan dan Konseling; 2) berpendidikan profesi konselor.

Menurut Hartono & Soedarmadji (2015) dalam bukunya Psikologi Konseling, menjelaskan bahwa seseorang dikatakan sebagai seorang konselor adalah:

1. Konselor adalah tenaga profesional yang memiliki keahlian dalam pelayanan konseling. Menurut konsep *counseling for all*, yaitu konseling untuk masyarakat luas, di dalamnya konseling terdapat kegiatan bimbingan (*guidance*).
2. Konselor adalah pendidik yang merupakan salah satu tenaga kependidikan yang berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Penyelenggaraan pelayanan bimbingan dan konseling sebagai bagian yang integral dalam penyelenggaraan pendidikan di sekolah. Layanan bimbingan dan konseling adalah layanan psikologis dalam suasana pedagogis, yaitu layanan psikopedagogis dalam *setting* persekolahan maupun luar sekolah dalam konteks kultur, nilai, dan religi yang diyakini konseli dan konselor.
3. Konselor adalah tenaga profesional dalam bidang bimbingan dan konseling, yang harus memiliki sertifikasi dan lisensi untuk menyelenggarakan layanan profesional bagi masyarakat. Di Indonesia, tenaga profesional ini disiapkan dan dihasilkan oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling, jenjang S1, S2, dan S3, termasuk pendidikan profesi di dalamnya.

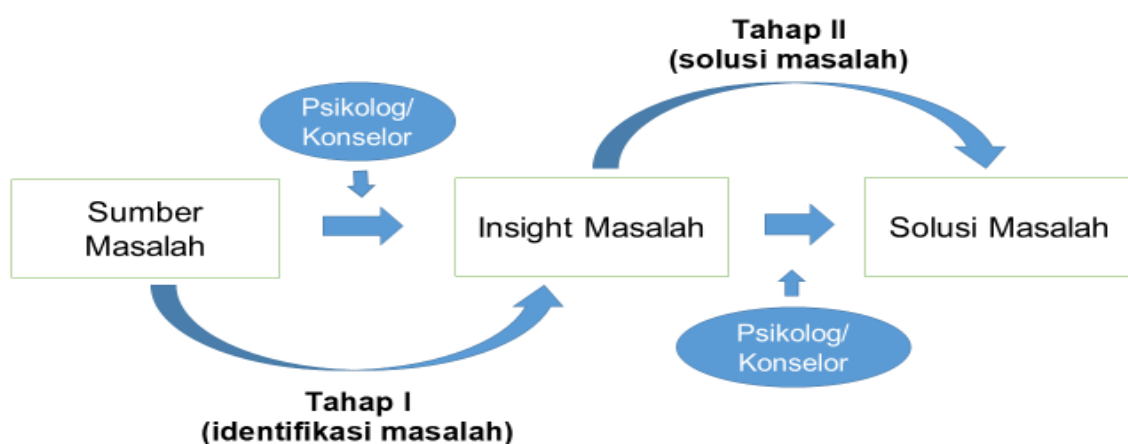
4. Konselor sebagai pendidik merupakan salah satu tenaga kependidikan yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan dan konseling, dan ahli dalam layanan psikopedagogis yang berperan memfasilitasi dan membawa manusia berkembang dari kondisi apa adanya (*what it is*) kepada bagaimana seharusnya (*what should be*).

Berdasarkan definisi yang dikemukakan oleh Hartono dan Soedarmadji (2015), maka dapat disimpulkan bahwa konselor ditujukan kepada seseorang yang telah mengenyam pendidikan di bidang bimbingan dan konseling kemudian memperdalam kompetensinya dengan mengambil

Kualitas seorang konselor dilihat dari pribadinya, pengetahuan, wawasan, keterampilan, dan nilai-nilai yang dimilikinya dengan tujuan untuk memudahkan dalam menjalankan proses konseling sehingga tercapai tujuan dengan efektif. Kualitas pribadi konselor adalah kriteria yang menyangkut aspek kepribadian dan menentukan keefektifan konselor (Willis, 2009).

Perbedaan Psikolog dan Konselor

Psikolog dan konselor berperan penting dalam membantu klien untuk dapat insight dari permasalahannya, sehingga dengan menggunakan kemampuan dirinya maka klien diharapkan mampu memecahkan masalah dan mencari solusi yang tepat. Psikolog dan konselor berfungsi sebagai jembatan antara sumber masalah klien dengan kemampuannya untuk menemukan solusi masalah. Peran penting psikolog dan konselor terangkum pada gambar berikut:



Gambar 1. Peran Psikolog dan Konselor dalam Proses Konseling

Berdasarkan Gambar 1 di atas, peran psikolog dan konselor dalam identifikasi hingga menemukan solusi masalah sangat kecil kemungkinannya dilaksanakan selama satu kali, umumnya proses konseling minimal dilaksanakan dua atau tiga kali hingga klien dianggap mampu menemukan solusi yang baik baginya. Hal ini dipengaruhi oleh tingkat keparahan permasalahan yang dialami klien, apakah masalah yang dialami masih dalam batasan normal atau justru mengarah kepada gangguan yang sifatnya patologis.

Bagi sebagian masyarakat, profesi psikolog dan konselor masih dianggap memiliki kemiripan, padahal kedua profesi ini tentu berbeda baik dari latar belakang pendidikan, maupun cara kerjanya. Jika ditinjau dari aspek latar belakang pendidikannya, maka perbedaan akan terlihat jelas. Seorang psikolog harus menempuh pendidikan S1 dengan jurusan psikologi dan bergelar sarjana psikologi (S.Psi), kemudian melanjutkan jenjang pendidikan S2 dengan program profesi psikologi dan bergelar Magister Psikologi (M.Psi) atau Psikolog (Psi). Profesi psikologi yang umumnya diminati adalah psikologi klinis, psikologi pendidikan, dan psikologi industri organisasi. Sedangkan seorang konselor berlatar belakang pendidikan dari pendidikan S1 dengan jurusan bimbingan dan konseling dan bergelar sarjana pendidikan (S.Pd), kemudian untuk dapat mengambil profesi konselor dibutuhkan waktu 1 tahun, dan tidak dituntut harus menempuh jenjang pendidikan S2.

Perbedaan selanjutnya adalah berdasarkan aspek pendekatan yang digunakan. Bagi seorang psikolog dapat menggunakan pendekatan konseling bagi klien dengan permasalahan yang bersifat normal, dan pendekatan psikoterapi bagi klien dengan identifikasi gejala-gejala psikologis yang bersifat patologis atau gangguan (*disorder*). Klien yang berkonsultasi dengan psikolog akan dikumpulkan datanya terlebih dahulu, kemudian dianalisa dan diinterpretasikan, ketika permasalahan klien sudah mengarah kepada gangguan maka seorang psikolog berkompoten untuk memberikan penanganan lebih lanjut berupa terapi, dan berkompoten pula dalam melakukan dan menginterpretasikan berbagai macam tes psikologi, seperti tes iQ, tes minat bakat, dan tes kepribadian. Hal ini bertujuan agar penanganan yang diberikan tepat sesuai dengan gangguan yang dialami klien.

Bagi seorang konselor, penanganan permasalahan klien umumnya diberikan secara individual (disebut konseling individual) dan bisa juga dalam bentuk kelompok (konseling kelompok). Perbedaan selanjutnya adalah seorang konselor belum dibekali kompetensi yang mendalam untuk menangani klien yang mengalami gangguan, penanganan hanya berupa konseling bagi individu normal yang bermasalah dalam kehidupan sehari-hari. Konselor berusaha sebaik mungkin untuk mendengarkan klien dan kemudian bekerjasama dengan klien untuk menemukan cara terbaik memahami dan memecahkan masalah. Konselor umumnya menangani masalah yang tidak bersifat patologis, permasalahan yang sering dihadapi konselor seperti permasalahan akan perceraian dapat ditangani oleh konselor rumah tangga, permasalahan kenakalan remaja akan ditangani oleh konselor remaja, permasalahan kesulitan belajar akan ditangani oleh konselor di sekolah.

Peran penting seorang psikolog dan konselor dalam proses konseling

Psikolog dan konselor berupaya membantu klien di bidang bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling memiliki tujuan umum dan khusus, yakni membantu individu agar dapat mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan bakat, kemampuan, minat dan nilai-nilai, serta terpecahkan masalah-masalah yang dihadapi individu (klien) sebagai tujuan umum. Tujuan umum bimbingan dan konseling, meliputi: membantu individu agar dapat mandiri dengan ciri-ciri mampu memahami dan menerima dirinya sendiri dan lingkungannya, membuat keputusan dan rencana yang realistis, mengarahkan diri sendiri dengan keputusan dan rencananya itu serta pada akhirnya mewujudkan diri sendiri. Sedangkan tujuan khususnya adalah langsung mengarah pada perkembangan klien dan masalah-masalah yang dihadapi (Prayitno & Amti, 2013).

Konselor berperan aktif di dalam proses konseling, artinya proses bantuan yang diberikan kepada klien dalam hubungan terapeutik antara konselor dan klien agar klien dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penyesuaian diri, atau berperilaku baru sehingga klien memperoleh kebahagiaan (Saam, 2014). Menurut George dan Cristiani (1990) terdapat lima asumsi penting dalam konseling yang seorang konselor harus dapat memahaminya, yaitu :

1. Klien tidak dianggap orang yang sakit mental, tetapi memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan, dan menerima tanggung jawab
2. Konseling difokuskan pada saat ini dan yang akan datang, bukan pada pengalaman masa depan.
3. Konselor bukan pemegang otoritas, tetapi adalah partner klien dalam membahas dan merumuskan tujuan konseling.
4. Konselor memiliki nilai, perasaan, dan standar untuk dirinya, serta secara moral tidak netral. Oleh karenanya, nilai, perasaan dan standar dapat dikomunikasikan kepada klien.
5. Konselor memfokuskan pada perubahan tingkah laku klien, bukan hanya membuat klien menjadi sadar, yang penting juga adalah adanya tindakan (*action*).

Kelima asumsi dalam konseling yang dikemukakan oleh George dan Cristiani (1990) belumlah dianggap cukup dalam memenuhi pemahaman peran konselor. Saam (2014) kemudian menambahkan dua asumsi lagi, yakni:

6. Hakikat klien adalah fitrah (suci). Keoptimisan konselor dapat melaksanakan konseling agar klien merasa nyaman karena keluhannya terselesaikan.
7. Klien adakalanya belum memahami dirinya sehingga berbuat salah, melanggar atau menyimpang dari norma.

Hartono dan Soedarmadji (2012) mengungkapkan bahwa terdapat kondisi psikologis yang akan memengaruhi proses dan hasil konseling. Konselor yang berhasil dalam membina hubungan konseling biasanya memiliki sikap humanistik, seperti tulus, jujur, hangat, penuh penerimaan, selaras pikirannya, perasaan, dan perbuatannya sehingga konselor mampu berempati dengan konseli (Hartono, 2006).

Menurut Surya (2003) menjelaskan beberapa kebutuhan psikologis yang terkait dengan proses konseling, yakni: memberi dan menerima kasih sayang, kebebasan, memiliki kesenangan, perasaan mencapai prestasi, memiliki harapan, dan memiliki ketenangan. Kebutuhan psikologis ini harus diperhatikan konselor dalam membina hubungan konseling. Konselor profesional selalu menciptakan kondisi tersebut sebagai faktor yang menunjang proses konseling.

Demikian peran penting profesi psikolog dan konselor dalam membantu klien (terkhusus untuk peserta didik) agar mampu insight dengan masalahnya sendiri, dan mencari solusi yang baik buat dirinya, berpikir positif, dan bertanggung jawab.

Penutup

Kehadiran dua profesi ini, yakni psikolog dan konselor diharapkan mampu memberikan solusi atas permasalahan yang dialami klien. Berhasil tidaknya sebuah konseling dipengaruhi oleh tiga hal penting, yakni: peran klien, peran psikolog/konselor, dan peran teknik/metode yang digunakan. Ketika terjadi interaksi dan kerjasama yang baik antara konselor/psikolog dengan klien, klien mampu terbuka dan menurut instruksi yang diberikan kepadanya, dan konselor/psikolog dengan menggunakan metode yang tepat bagi klien, maka akan mempercepat proses penyelesaian masalah dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Burks, H.M., & Steffllre, B. (1979). *Theories of counseling, 3 rd ed.* New York: McGraww-Hill.
- Daulay, N. (2015). *Pengantar psikologi dan pandangan Al Quran tentang Psikologi.* Jakarta: Prenadamedia Kencana.
- George, R.L., & Cristiani, T.S. (1990). *Counseling theory and practice.* Boston: Allyn and Bacon.
- Hartono. (2006). *Dasar-dasar bimbingan karier II (Pendekatan kelompok dalam konseling karier).* Surabaya: University Press Unipa Surabaya.
- Hartono., & Soedarmadji, B. (2015). *Psikologi Konseling.* Jakarta: Prenadamedia Group.
- Prayitno, H., & Amti, E. (2013). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Salahudin, A. (2016). *Bimbingan dan Konsleing.* Bandung: CV Pustaka Setia.
- Surya, M. (2003). *Psikologi konseling.* Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy
- Willis, S.S. (2009). *Konseling individual. Teori dan Praktik.* Bandung: Alfabeta.
- <https://daerah.sindonews.com/read/1210307/22/hasil-un-jelek-siswi-sma-nekat-gantung-diri-1496413576>