

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penelitian Relevan

Penelitian terdahulu bertujuan untuk mendapatkan perbedaan serta kebaruan suatu penelitian. Selain itu, untuk menghindari anggapan kesamaan dengan penelitian ini. maka dalam kajian pustaka ini penulis mencantumkan hasil-hasil penelitian terdahulu sebagai berikut:

Pertama, Penelitian Nurul Fajariyah pada tahun 2018 adalah “Faktor-Faktor penyebab Remaja putus sekolah pada jenjang sekolah menengah atas di Desa Bumi Restu Kecamatan Abung Surakarta Kabupaten Lampung Utara”.¹² Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian ini kualitatif lapangan (*Field Research*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang menjadi penyebab remaja putus sekolah setelah mengetahui apa yang diupayakan untuk mengatasi remaja yang mengalami putus sekolah pada jenjang SMA.

Kesamaan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fajariyah yaitu membahas tentang anak yang mengalami putus sekolah. Akan tetapi, penelitian yang akan dilakukan oleh penulis lebih kepada perencanaan dalam konseling

¹²Nurul Fajariyah, “Faktor-Faktor Penyebab Remaja Putus Sekolah Pada Jenjang Sekolah Menengah Atas Di Desa Bumi Restu Kecamatan Abung Surakarta Kabupaten Lampung Utara” (Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro, 2018).

pastoral terhadap seorang anak yang mengalami putus kuliah sedangkan penelitian Nurul Fajariyah lebih kepada faktor anak putus sekolah .

Kedua, jurnal Bimbingan dan konseling Amalia Putri yang dipublikasikan pada tahun 2020 dengan judul Meningkatkan Resiliensi Korban *Bullying* dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*.¹³ Menggunakan metode penelitian eksperimen dengan *quasi experimental design* model *nonequivalent control group design*. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan serta menguji keefektifan pendekatan *solution focused brief counseling*.

Hasil yang didapatkan dari penelitian tersebut adalah pendekatan *solution-focused brief counseling* efektif dalam meningkatkan resiliensi korban *bullying*. Kesamaan penelitian Amalia Putri dengan penelitian yang akan dilakukan penulis ialah membahas mengenai pendekatan *solution-focused brief counseling*, sedangkan perbedaan yang dapat ditemukan adalah terletak pada subyeknya di mana dalam penelitian ini mengarah kepada korban *bullying* dan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis lebih kepada mahasiswa yang mengalami putus kuliah.

Ketiga, skripsi Iis Manulahmi yang dipublikasikan pada tahun 2021 dengan judul Pengaruh *Solution Focused Brief Counseling* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII di MTSN 07 Tanah Datar.¹⁴ Tujuan

¹³Amalia Putri, "Meningkatkan Resiliensi Korban *Bullying* Dengan Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*," *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6, no. 1 (2020).

¹⁴Iis Manulahmi, "Pengaruh *Solution Focused Brief Counseling* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII Di MTSN 07 Tanah Datar" (Institut Agama Islam Negeri Batusangkar, 2021).

dari penelitian ini adalah untuk menemukan seberapa besar pengaruh *solution focused brief counseling* dalam hal menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperiment. Kesamaan penelitian Iis Manulahmi dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah membahas mengenai *Solution-focused brief counseling*. Adapun perbedaan yang dapat ditemukan adalah penelitian ini lebih kepada pengaruh prokrastinasi¹⁵ siswa sedangkan yang penulis akan lakukan adalah perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa putus kuliah.

B. Konseling Pastoral

1. Definisi Konseling Pastoral

Konseling adalah memberikan kesempatan kepada klien untuk mengeksplorasi, menemukan, dan menjelaskan cara hidup lebih memuaskan dan cerdas dalam menghadapi sesuatu.¹⁶ Konseling adalah hubungan perseorangan yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan spesifik yang dimiliki, menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaan masa depan yang dapat ia ciptakan dengan

¹⁵Prokrastinasi merupakan sebuah perilaku menunda pekerjaan tanpa memperhatikan dampak negatif yang lebih besar dibandingkan dampak positif.

¹⁶Julianto Simanjuntak, *Perlengkapan Seorang Konselor: Panduan Lengkap Belajar Konseling* (Tangerang: Yayasan Pelikan, 2019), 21.

menggunakan potensi yang dimilikinya.¹⁷ Konseling dapat ditandai dengan adanya hubungan yang profesional antara konselor yang telah terlatih dengan klien.

Konseling merupakan suatu proses yang terjadi dalam hubungan pribadi antara seseorang yang mengalami kesulitan dengan seorang yang profesional yang latihan dan pengalamannya mungkin dapat dipergunakan untuk membantu orang lain memecahkan persoalan pribadinya.¹⁸

Pastoral berasal dari kata “pastor” yang artinya adalah gembala. Secara tradisional gembala dapat diartikan sebagai orang yang bertanggung jawab memelihara dan merawat umat gembalanya. Menurut kamus Merriam-Webster, arti pastoral adalah, “*of or relating to spiritual care or guidance especially of a congregation*” dapat diartikan sebagai berikut” dari atau berkaitan dengan perawatan atau bimbingan spiritual terutama dari sebuah jemaat).¹⁹ Dengan demikian dapat diartikan bahwa sebenarnya pastoral merupakan sifat dari pekerjaan dan bagian dari pendampingan.

Pastoral dapat diberikan definisi bahwa pelayanan yang mencakup manusia seutuhnya, pelayanan yang memperhatikan situasi yang berbeda-beda, pelayanan yang berlangsung dalam pertemuan dan percakapan, suatu pelayanan yang didasarkan kepada iman kristiani, pelayanan yang terikat pada persekutuan kristiani, pelayanan yang bersama-sama dengan dengan

¹⁷Husamah, *Kamus Psikologi Super Lengkap* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2015), 206.

¹⁸Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Penerbit Libri, 2019), 19–22.

¹⁹Stimson Hutagalung, *Pendampingan Pastoral Teori Dan Praktik* (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021), 2.

organisasi-organisasi yang lain di mana hal tersebut terarah kepada masyarakat.²⁰

Dalam perkembangan, pastoral mulai mendapati arti yang lebih luas yang tidak hanya terbatas pada hidup dan kegiatan seluruh gereja. Menurut Konsili Vatikan II, pastoral berarti segala usaha dan pekerjaan Gereja atau umat Allah untuk membantu meningkatkan kualitas iman dan kesejahteraan manusia, sehingga sang Gembala Ilahi benar-benar menyata, hadir dan berpekerjaan dalam seluruh tata kehidupan umat manusia. Pastoral dapat juga diartikan sebagai suatu kesanggupan untuk ikut membimbing sesama manusia ke jalan kebahagiaan menurut ajaran-ajaran injil.²¹

Konseling pastoral adalah salah satu dimensi dari penggembalaan, diawali pada tahun 1974 dengan pengertian perawatan penggembalaan (pastoral care) adalah sebagai pekerjaan penggembalaan di semua aspek pekerjaan seorang gembala kepada anggotanya. Hamblin (1978) memberikan penjelasan yang lebih rinci yaitu sebagai bagian dari proses pengajaran yang tidak hanya berfokus pada intelektual, tetapi perkembangan sosial dan emosional setiap individu untuk tujuan mengembangkan potensi maksimalnya dan termasuk bagian dari upaya gereja untuk terlibat dalam perkembangan dan keberlanjutan dari konsili.²² Konseling Pastoral

²⁰Abineno, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2006), 13.

²¹Wendy Sepmady Hutahean, *Kepemimpinan Pastoral* (Malang: Ahlimedia Press Anggota IKAPI, 2020), 1-4.

²²Stimson Hutagalung et al., *Konseling Pastoral* (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021), 2.

merupakan sebuah perjumpaan di mana kedua belah pihak, konselor dan konseli secara sukarela bersedia saling menjumpai dan dijumpai.²³

2. Tujuan Konseling Pastoral

Konseling pada dasarnya adalah kegiatan dari berbagai disiplin ilmu, Teologi, studi biblika, filsafat, psikologi, sosiologi, antropologi, studi budaya dan teori sosial serta ekonomi yang semuanya memiliki peran penting dengan tujuan untuk membantu konsili menyelesaikan masalah.

Beberapa tujuan dari konseling pastoral yaitu:

- a. Untuk menyelesaikan masalah sehingga dapat mengurangi, mengatasi bahkan menghilangkan masalah yang dirasakan.
- b. Pola pikir, yang menjadi tujuan konseling pastoral adalah untuk membentuk pola pikir yang benar, masuk akal, dan positif.
- c. Emosi, membantu dan memberikan cara bagaimana emosi dapat dikontrol.
- d. Perilaku, konselor membantu meningkatkan kemampuan berperilaku yang benar sesuai dengan norma dan agama bagi anggota jemaat.
- e. Mental, seorang konselor sangat perlu untuk membantu dan memulihkan kondisi yang rapuh. Menolong memberikan solusi agar mereka mampu mengatasi kerapuhan.²⁴

²³Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial* (Yogyakarta: Seven Books, 2021), 77.

Beberapa tujuan dari konseling pastoral menurut Stimson Hutagalung dan kawan-kawan adalah sebagai berikut:

- a. Mencari yang bergumul.
 - b. Menolong yang membutuhkan uluran tangan Tuhan.
 - c. Mendampingi dan Membimbing.
 - d. Berusaha menemukan solusi
 - e. Memulihkan kondisi yang rapuh
 - f. Perubahan sikap dan perilaku.
 - g. Konselor perlu mengarahkan percakapan dengan respons interpretative agar konseli mencari Tuhan dan menyelesaikan dosanya sampai akhirnya menemukan hidup yang damai dalam Tuhan.
 - h. Mendorong terjadinya pertumbuhan iman.
 - i. Membantu dan menyadarkan konseli agar berjumpa dengan Kristus.
 - j. Mampu menghadapi persoalan selanjutnya.²⁵
3. Fungsi Konseling Pastoral

Secara umum fungsi konseling pastoral adalah:

- a. Penyembuhan

²⁴Hutagalung et al., *Konseling Pastoral*, 3–5.

²⁵Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2007), 25–33.

Fungsi ini digunakan oleh konselor ketika melihat adanya keadaan yang dapat dan perlu dikembalikan ke keadaan semula ataupun mendekati keadaan semula.

b. Menopang

Menopang dipakai untuk menolong konseli melalui semua kenyataan yang pahit sekalipun, akhirnya mencapai titik penerimaan, bertahan, dan menemukan makna nilai tujuan hidup baru.

c. Membimbing

Fungsi membimbing ini dilakukan ketika konseli mengambil keputusan tertentu tentang masa depannya. Membimbing dilakukan ketika konseli dalam kondisi siap secara mental,

d. Memperbaiki Hubungan

Fungsi ini dipakai oleh konselor untuk membantu konseli ketika mengalami konflik batin dengan pihak lain yang mengakibatkan rusaknya hubungan. Konselor menciptakan ruang bersama bagi kedua belah pihak untuk saling menumbuhkan.

e. Memberdayakan

Memberdayakan dipergunakan untuk membantu konseli untuk memahami bahwa diri sendiri dapat menjadi penolong di masa yang akan datang apabila menghadapi keadaan yang sulit.

f. Mentransformasi

Ketika konseli secara individual telah sembuh, persoalan yang ada dapat dihadapi dan dilalui, berdaya, berguna secara maksimal bagi sesama dan lingkungannya, konseling pastoral telah selesai. Sesungguhnya kita tidak dapat berhenti di sana. Konselor dapat menolong konseli untuk mentransformasi kebiasaan yang menghambat individu tidak dapat menikmati rasa nyaman.²⁶

4. Tahapan dalam melaksanakan Konseling

Dalam proses konseling ada tiga tahapan konseling yaitu tahap mendefinisikan masalah (tahap awal), tahap atau fase bekerja dengan definisi masalah (tahap pertengahan), tahap keputusan untuk berbuat (*action*) disebut juga tahap akhir.²⁷

Tahapan konseling tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut²⁸:

a. Tahap awal konseling

Tahap awal konseling merupakan suatu pertemuan pertama yang dilakukan oleh konselor dan konseli. Dalam pertemuan tersebut konselor perlu untuk menciptakan hubungan dengan klien yaitu berdiskusi mengenai permasalahan yang terjadi. Dibutuhkan keterbukaan antara konselor dan konseli untuk meninjau keberhasilan konseling. Tahap awal juga difungsikan untuk lebih memperjelas dan mendeskripsikan yang

²⁶Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial*, 189–194.

²⁷Mufida Istati, *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan* (Bogor: Quepedia, 2021), 29.

²⁸Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling* (Bandung: Refika Aditama, 2017), 10–12.

dialami konseli, membuat pilihan bantuan atas permasalahan yang ada, serta membicarakan kontrak konseling yang akan dilaksanakan.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Tahap pertengahan yaitu untuk menggali permasalahan yang sebenarnya bersama dengan klien dan juga menjaga agar proses konseling tetap berlangsung sesuai dengan kontrak yang telah disepakati.

c. Tahap akhir konseling

Pada tahap akhir konseling, klien berhak untuk melakukan perubahan dalam dirinya untuk mengatasi permasalahannya dan bertujuan untuk mengakhiri proses konseling.

C. Pendekatan SFBC (Solution-Focused Brief Counseling)

1. Pengertian Konseling singkat berfokus solusi

Pendekatan *solution-focuced brief counseling* atau yang biasa dikenal dengan konseling singkat berfokus solusi adalah suatu pendekatan yang mana berfokus terhadap solusi dan tujuan dimasa yang akan datang, dengan proses singkat yang dipelopori oleh Steve De Shazer dan Insoo Kim Berg. Pendekatan *solution-focused brief counseling* lebih menitikberatkan pada pencarian solusi.²⁹ Konseling singkat berfokus konseling mempercayai bahwa klien adalah ahli dalam hidupnya, lebih mempertahankan tentang fokus masa depan, membingkai ulang masalah untuk memperkuat

²⁹Franciskus Rondang Sitindaon and Rahma Widyana, "Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Menurunkan Tingkat Stres Pada Mahasiswa" (Tesis Universitas Buana Yogyakarta, 2009), 24.

perubahan yang lebih positif serta selalu berupaya untuk menemukan solusi yang dipimpin oleh klien dengan melihat kekuatan, keterampilan bahkan sumber daya yang ada pada diri klien.³⁰ *Solution-focused brief counseling* adalah salah satu di antara pendekatan-pendekatan yang dipengaruhi oleh pemikiran post-modern.³¹

Konseling singkat berfokus solusi atau yang biasa juga dikenal dengan *solution focused brief therapy* atau SFBT adalah tentang konseling yang singkat dan berfokus pada solusi, bukan pada masalah. Apabila ada banyak masalah, biasanya konselor menghabiskan banyak waktu untuk berpikir, berbicara dan menganalisis permasalahan. Banyak waktu dan energi, serta sumber daya banyak, dihabiskan untuk berbicara tentang masalah, daripada berpikir tentang apa yang mungkin membantu konseli untuk mendapatkan solusi yang akan membawa realistis, bantuan wajar secepat mungkin.³² Dapat disimpulkan bahwa *solution-focused brief counseling* adalah suatu pendekatan konseling yang lebih mengarah terhadap solusi daripada pemasalahan yang dialami konseli.

³⁰Paul Hanton, *Skill in Solution Focused Brief Counseling & Psychotherapy* (London: Sage Publications, 2011), 6.

³¹Wayne Perry, *Dasar-Dasar Teknik Konseling* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2010), 199.

³²M. Arli Rusandi and Ali Rachman, "Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling FKIP UNLAM Banjarmasin," *Jurnal Al 'Ulum* 62, no. 4 (Oktober 2014): 26.

2. Konsep Dasar *Solution-Focused Brief Counseling*

Dalam pendekatan *SFBC (Solution-Focused Brief Counseling)*, beberapa konsep utama yang menjadi dasar dari konseling singkat berfokus solusi.

Yaitu:

a. Bersikap Positif

Tujuan pendekatan tidak berpusat pada pernyataan-pernyataan diri yang negatif tetapi dalam setiap pernyataan selalu mengemukakan "maka". Untuk setiap pernyataan yang belum mengandung kata "maka" dapat dikatakan bahwa pernyataan-pernyataan tersebut belum mewujudkan suasana yang positif. Suasana yang positif akan terlihat jelas ketika setiap pernyataan memberikan tindakan positif (bersamaan) dengan yang akan dilakukan konseli.

b. Mengandung Proses

Kata yang dapat mewakili proses adalah ungkapan bagaimana. Pertanyaan yang mengarah pada kata bagaimana mengisyaratkan dan mengandung suatu proses, peristiwa yang dialami oleh konseli. Pertanyaan yang mengandung suatu proses, misalnya: "Bagaimana anda akan melaksanakan pilihan yang lebih sehat dan membuahkan kenyamanan serta kebahagiaan?"

c. Merangkum gagasan tentang kurun waktu kini.

Hal yang mendasar yang diperlihatkan adalah memandang bahwa perubahan terjadi kini, bukan kemarin, dan bukan pula hari esok. Diperlukan untuk menyimpulkan gagasan kemudian memberi pemahaman mengenai pandangan yang berbeda yang mengarah perubahan individu yang positif.

d. Bersifat Praktis

Bersifat praktis lebih mengarah kepada sampai dimana tujuan yang diinginkan klien dapat dicapai. Kata kuncinya adalah mampu dilaksanakan. Jadi perlu untuk memiliki solusi yang mampu untuk dilaksanakan.

e. Berusaha untuk merumuskan tujuan serinci mungkin

Memberikan pemahaman bagaimana cara klien melakukan apa yang ingin dicapai secara spesifik, dan melalui tujuan yang telah dirincinkan tersebut dapat ditemukan apakah tujuan itu berjalan dengan efektif atau tidak. Contoh ungkapan secara spesifik "Aku akan melakukan bimbingan bersama dengan temanku pada hari Selasa".

f. Adanya kendali di tangan konseli.³³

Maksud dari adanya kendali di tangan konseli bahwa seorang konselor perlu untuk memberikan pandangan terhadap klien bahwa

³³Mulawarman, *SFBC (Solution-Focused Brief Counseling), Konseling Singkat Berfokus Solusi: Konsep, Riset, Dan Prosedur*, 50–52.

diri klien yang akan melakukannya. Itu berarti bahwa klien yang memiliki sepenuhnya kemampuan, tanggung jawab, kendali untuk mewujudkan solusi, hal-hal yang lebih baik pada dirinya.

- g. Mengenali lebih penting daripada mengakui apa yang salah.

Pada bagian ini berfokus terhadap memperkuat hal-hal yang positif dimana membangun kolaborasi dan mendorong kerja sama antara klien dan terapis. Memperhatikan segala sesuatunya dapat berjalan dengan baik akan lebih efektif daripada berbicara tanpa henti tentang apa yang salah dan buruknya apa yang telah terjadi.

- h. Waktu yang dihabiskan di luar terapi lebih penting daripada waktu waktu yang dihabiskan dengan terapis.

Dalam melaksanakan konseling singkat berfokus solusi, klien mendapatkan beberapa wawasan, bahkan klien merasakan bahwa pada saat melaksanakan konseling adalah waktu yang sangat bermanfaat, akan tetapi waktu yang dihabiskan diluar adalah yang terpenting untuk mempergunakan apa yang telah didapatkan setelah mengikuti konseling.

- i. Setiap orang memiliki masa depan yang diinginkan³⁴

Pendekatan konseling singkat berfokus solusi melihat bahwa setiap orang menginginkan sesuatu yang berbeda dalam hidupnya.

Tugas konselor pada pendekatan *solution-focused brief counseling*

³⁴Hanton, *Skill in Solution Focused Brief Counseling & Psychotherapy*, 19–21.

adalah mencari tahu apa yang konseli inginkan, bukan sekedar apa yang tidak diinginkan.

3. Pribadi Sehat dan Bermasalah

Pribadi sehat berdasarkan teori *solution focused brief counseling* adalah:

- a. Manusia pada dasarnya adalah kompeten, memiliki kapasitas untuk mengembangkan, membentuk, atau merekonstruksikan solusi-solusi dengan demikian sanggup untuk menyelesaikan masalahnya.
- b. Tidak bergelut pada masalah, namun dapat berfokus pada solusi dan kemudian berperan untuk mewujudkan solusi yang diinginkan.

Pribadi bermasalah menurut *solution focused bried counseling* adalah:

- a. Mengkonstruksi kelemahan diri. Dengan cara mengkonstruksi cerita yang diberi label "masalah" dan meyakini bahwa ketidakbahagiaan berpangkal pada dirinya.
- b. Berkutat pada masalahnya dan merasa tidak mampu menggunakan solusi yang dibuatnya.³⁵

4. Pandangan Tentang Hakikat Manusia

Solution-focused brief counseling tidak memiliki pandangan komprehensif tentang hakikat manusia, tetapi fokus terhadap kekuatan dan kesehatan mental klien. Sudut pandang tentang hakikat manusia³⁶ bahwa manusia dalam dirinya memiliki kemampuan untuk memecahkan masalahnya,

³⁵M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling Teori Dan Aplikasi* (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 201.

³⁶Syamsul Yusuf, *Konseling Individual Konsep Dasar Dan Pendekatan* (Bandung: Refika Aditama, 2016), 254.

manusia bisa bersifat konstruktivis berarti bahwa kenyataan merupakan refleksi dari hasil pengalaman dan pengamatan, serta pada sadarnya bahwa manusia mempunyai keinginan untuk berubah.

5. Teknik-teknik pendekatan SFBC (*Solution-focused brief counseling*)

Konseling singkat berfokus pada solusi tidak memiliki teknik secara khusus, pendekatan ini lebih memprioritaskan kepada pertanyaan-pertanyaan unik yang akan berguna dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli. Ada beberapa teknik yang biasa digunakan dalam pendekatan *solution-focused brief counseling*, yaitu³⁷:

a. Teknik *Scalling Questions* (Penskalaan)

Teknik *scalling questions* atau teknik penskalaan adalah teknik yang biasa digunakan dalam konseling dengan individu-individu, berapa pun umurnya bahkan dari aspek apapun. Pertanyaan yang meminta konseli untuk menilai kondisi dirinya (masalah, pencapaian tujuan) berdasarkan skala 1-10.³⁸ Pada teknik penskalaan (*scalling*) berfungsi untuk membantu dalam mengukur apa yang dirasakan dalam beragam permasalahan yang dihadapi. Pendekatan ini akan sangat membantu apabila penggunaannya dilulangi secara teratur dalam mengukur kemajuan yang dilakukan oleh klien. Teknik penskalaan memberi klien perasaan memegang kendali dan tanggung jawab atas

³⁷Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diket ahui Setiap Konselor*, Edisi Kedua. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2017), 3–50.

³⁸Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling Teori Dan Aplikasi*, 206.

konseling yang terjadi karena teknik *scalling* membantu klien menetapkan target perubahan maupun mengukur kesuksesannya untuk mendapatkan targetnya. Penggunaan teknik ini biasanya menggunakan skala 1 sampai 10. Biasanya angka yang tertinggi merujuk pada hal yang positif.

b. Teknik *Exceptions* (Pengecualian)

Dalam pendekatan *solution focused brief counseling* terdapat suatu asumsi bahwa ada saat-saat di dalam kehidupan konseli ketika permasalahan yang mereka alami tidak terus menerus ada dalam kehidupan mereka sepanjang waktu. Saat yang demikian disebut pengecualian.³⁹ Menemukan pengecualian dalam setiap masalah adalah tonggak dasar pendekatan konseling singkat terfokus-solusi (SFBC) serta berguna untuk mengenali berbagai kekuatan dan sumber daya dalam diri klien agar dapat diterapkan untuk memberi pemahaman bahwa masalah yang terjadi bukan lagi masalah.

Dalam penggunaan teknik dapat dikombinasikan dengan teknik yang lain yang menjadi bagian dari pendekatan konseling singkat berfokus solusi. Melalui teknik pengecualian klien dapat melihat situasinya dan bisa mengendalikan sehingga meningkatkan tanggung jawab untuk berbagai kejadian.

³⁹Mulawarman, *SFBC (Solution-Focused Brief Counseling), Konseling Singkat Berfokus Solusi: Konsep, Riset, Dan Prosedur*, 69.

c. Teknik *Problem-Free Talk* (pembicaraan bebas-masalah)

Teknik pembicaraan bebas masalah adalah suatu teknik yang memungkinkan konselor untuk membalikkan intervensi konseling dari lingkungan terfokus-masalah mengarah kepada lingkungan yang terfokus-solusi. Teknik ini berguna untuk menyediakan informasi tentang kekuatan dan kemampuan klien yang tidak mungkin terlihat bahkan kurang dianggap penting. Dengan melihat, menyadari akan kemampuan-kemampuan yang tersembunyi dapat mengurangi keputusasaan saat mengalami masalah tetapi akan meningkatkan motivasi.

d. Teknik *Miracle Question* (Pertanyaan Ajaib)

Teknik pertanyaan keajaiban membantu cara klien untuk melihat sebuah situasi masalah menjadi sebuah visi tentang kesuksesan yang dapat memotivasi klien untuk menghasilkan tindakan-tindakan yang dapat membawa keberhasilan. Teknik ini menuntut klien untuk meninjau apa yang betul-betul mereka inginkan, bukan sekedar apa yang tidak mereka kehendaki. Penggunaan teknik *miracle question* dalam prosesnya, berupaya untuk mencapai jalur terfokus-solusi dengan menekankan harapan bahwa masa depan yang lebih baik, menempatkan tanggung jawab pada klien.

e. Teknik *Flagging The Minefield*

Teknik *flagging the minefield* adalah suatu teknik generalisasi dan pencegahan kekambuhan yaitu membantu klien mentransfer insight konseling dan perilaku, perasaan ke dalam dunia yang akan ditemui klien sehari-hari.⁴⁰ Untuk membantu klien menyimpulkan apa yang telah dipelajari dalam konseling untuk dipergunakan pada situasi-situasi masa mendatang yang akan ditemui. Teknik ini membantu klien untuk mendapatkan wawasan konseling, perilaku, pikiran dan perasaan ke masa yang akan dilalui sehari-hari oleh klien. Teknik ini dinamakan *flagging the minefield* karena konselor dan klien mengenali suasana dimasa yang akan datang, klien dapat menerapkan apa yang telah ditemukan untuk menghindari hal yang sama sebelumnya.

D. Anak Putus Kuliah

1. Pengertian Putus Kuliah

Putus kuliah merupakan kebalikan dari kuliah, menempuh pendidikan. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, berkuliah berarti pelajaran yang diberikan di Perguruan Tinggi, mengikuti pelajaran di perguruan tinggi.⁴¹ Dengan demikian putus kuliah dapat diartikan sebagai suatu yang berlawanan dengan hal berkuliah atas. Putus kuliah berarti tidak lagi melakukan perkuliahan, berhenti kuliah, tidak lagi belajar di perguruan tinggi atau bahkan tidak lagi menerima pendidikan atau pengajaran dari

⁴⁰Kadek Suranata et al., *Model Konseling Kontemporer, Modern Dan Post Modern* (Padang Sidempuan: PT Inovasi Pratama Internasional, n.d.), 124.

⁴¹Ernawati Waridah and Suzana, *Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar, Mahasiswa & Umum* (Bandung: Ruang Kata Imprint Kawan Pustaka, 2014), 317.

kampus. Dapat pula dikatakan bahwa putus kuliah berarti memilih untuk berhenti di tengah jalan, tidak melanjutkan pendidikan. Misalnya saja tidak tamat kuliah, mengikuti perkuliahan tetapi tidak sampai pada semester akhir.

2. Faktor yang mempengaruhi anak putus sekolah

Putus kuliah menjadi suatu masalah sosial yang terjadi di dalam masyarakat. Hal tersebut merupakan persoalan yang dapat ditemukan dalam setiap masyarakat. Permasalahan tersebut seringkali dijumpai di daerah-daerah pedalaman atau perkampungan. Ketika menemukan suatu masalah dapat pula ditemukan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Putus sekolah atau juga putus kuliah adalah proses berhentinya seorang anak secara terdesak dari suatu lembaga pendidikan tempat dia belajar. Anak yang mengalami putus kuliah yang dimaksud adalah terlantarnya anak dari sebuah lembaga pendidikan formal, yang disebabkan oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.⁴² Faktor internal adalah pengaruh yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Adapun faktor tersebut yaitu:⁴³

⁴²Ambarwati, "Kemampuan Berinteraksi Sosial Remaja Putus Sekolah (Studi Kasus Di Balai Perlindungan Dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta)" (Universitas Negeri Yogyakarta, 2016), 38-39.

⁴³Slameto, *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 54-60.

- a. Faktor Jasmaniah, proses belajar cenderung akan terganggu jika kesehatan juga terganggu. Setiap anak yang mengalami gangguan kesehatan tidak jarang akan mengalami putus kuliah.
- b. Faktor Psikologis, terdiri dari bagian inteligensi, perhatian, minat dan resiliensi.
 - 1) Inteligensi adalah kecakapan seseorang untuk menghadapi dan menyesuaikan diri ke dalam situasi yang baru, kecakapan untuk mengetahui atau menggunakan konsep dan mempelajari cara yang cepat. Anak yang kurang mampu untuk memahami, menyesuaikan diri ke dalam situasi yang baru akan berpengaruh juga pada kelanjutan studi pada setiap anak yang mengalami hal tersebut.
 - 2) Minat, adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Jika apa yang dipelajari tidak sesuai dengan minat setiap anak maka anak tidak akan belajar dengan efektif dan tidak memiliki daya tarik. Kurangnya minat untuk belajar menjadi salah satu faktor penyebab seorang anak tidak ingin melanjutkan pendidikannya.
 - 3) Perhatian, untuk dapat belajar dengan baik dibutuhkan perhatian terhadap apa yang ditekuni. Jika suatu pelajaran tidak menjadi perhatian, maka seseorang dapat bosan dan bahkan malas untuk

belajar. Jadi dapat menjadi kemungkinan bagi anak untuk tidak melanjutkan pendidikannya.

- 4) Resiliensi, merupakan suatu proses mencakup adaptasi yang positif dalam konteks situasi sulit, dimana dapat berubah sejalan dengan perbedaan waktu dan lingkungan. Individu yang memiliki resiliensi yang baik dapat memahami bahwa kesalahan, masalah bukanlah akhir dari segalanya, individu kemudian akan belajar dari kesalahan, masalah tersebut untuk menjalani kehidupan selanjutnya. Begitupun sebaliknya dengan individu yang memiliki resiliensi yang kurang baik. sehingga resiliensi dapat juga dikatakan faktor yang menjadi penghambat individu mengalami putus kuliah karena resiliensi merupakan bagaimana seorang individu untuk tetap mencerminkan kekuatan dan ketangguhan dalam bangkit dari pengalaman emosional negatif pada saat mengalami situasi yang sulit. Dengan begitu resiliensi di pengaruhi oleh individu itu sendiri maupun sosial atau lingkungannya.⁴⁴

Faktor eksternal adalah faktor penyebab yang muncul dari luar diri remaja. Faktor tersebut sebagai berikut:

⁴⁴Wiwin Hendriani, *Resiliensi Psikologis Sebuah Pengantar* (Jakarta Timur: Kencana, 2018), 23–24.

a. Lingkungan Keluarga

Keluarga adalah lingkungan di mana setiap anak pertama kali mendapatkan pendidikan. Orang tua perlu untuk menyadari tugas dan tanggung jawabnya sebagai pendidik dalam lingkungan keluarga. Hal tersebut juga diungkapkan oleh Singgih D. Gunarsa bahwa. "Orang tua sebagai tokoh atau model untuk anaknya", Hubungan dinamis antara anak dan orang tua memang bisa saling mempengaruhi tanpa sengaja.⁴⁵ Oleh karena itu anak yang mengalami putus kuliah kemungkinan besar dapat dipengaruhi dari faktor keluarga, misalnya saja kurangnya perhatian yang diberikan oleh orang tua.

b. Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat merupakan lingkungan yang ikut menentukan perilaku anak remaja. Lingkungan sosial adalah lingkungan luar yang secara bersama-sama dengan teman-teman bahkan orang lain untuk bergaul. Bergaul boleh terjadi karena keinginan untuk bersama dengan orang lain demi mendatkan pengalaman perkembangan sosial. Dalam pergaulan seorang anak dapat mempermudah untuk menyesuaikan diri tetapi juga dapat terjadi hal-hal yang kurang baik. Seperti dalam buku Mas Friani yang dikutip dari ayat Alkitab bahwa:

⁴⁵Singgih Gunarsa and Yulia Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1986), 85.

“Ada teman yang mendatangkan kecelakaan tetapi ada juga sahabat yang lebih karib daripada seorang saudara.”⁴⁶

Oleh karena itu, lingkungan sekitar dapat berpengaruh terhadap anak, secara khusus teman sebaya yang ada disekitar. Teman sebaya yang memberi pengaruh positif akan menjadi kekuatan untuk melalui setiap permasalahan yang ada, dan teman sebaya yang memberi pengaruh negatif akan menjadikan individu tidak akan sesuai dengan apa yang diharapkan dirinya sendiri, kemungkinan yang dapat terjadi adalah individu itu sendiri akan merasa tidak diterima dan semangat menurun. Dukungan sosial sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan hidupnya di tengah-tengah masyarakat.⁴⁷

E. Perencanaan Layanan Konseling

1. Pengertian Perencanaan Layanan Konseling

Perencanaan di dalam konseling merupakan langkah yang dilakukan konselor dalam merencanakan kegiatan layanan konseling yang akan dilaksanakan.⁴⁸ Menurut Le Breton dalam buku La Ode Kamalia, perencanaan adalah pekerjaan yang menyangkut penyusunan konsep serta kegiatan yang akan dilaksanakan untuk mencapai tujuan yang telah

⁴⁶Mas Friani, *Celah-Celah Dalam Dunia Anak Muda* (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2007), 25.

⁴⁷Fadhi Muhammad, Syaiful Bahri, and Hetti Zuliani, “Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Remaja Di SMA Banda Aceh,” *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala* Vol. 3, no. 1 (2018): 3.

⁴⁸Suharno, *Bimbingan Konseling Di Era Pandemi Covid-19* (Sumatera Barat: Yayasan Cendekia Pendidikan Muslin, 2021), 64.

ditetapkan demi masa depan yang lebih baik.⁴⁹ Sangat penting suatu perencanaan untuk mencapai apa yang telah ditetapkan.

Perencanaan merupakan suatu proses yang kontinu. Pengertian proses yang kontinu dalam hal ini adalah mengantisipasi dan menyiapkan berbagai kemungkinan, atau usaha untuk menentukan dan mengontrol kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi. Proses perencanaan dilaksanakan terlebih dahulu dikarenakan adanya kebutuhan, untuk menganalisis situasi, tinjauan terhadap kemungkinan alternatif, pilihan untuk melakukan suatu tindakan.⁵⁰

Keterampilan konseling merencanakan menurut Nelson-Jones yaitu memungkinkan konseli untuk memilih intervensi mana yang akan digunakan untuk mencapai intervensi mana tujuan kerja, dan kapan. Banyak pertimbangan yang mempengaruhi keputusan untuk mengadopsi rencana. Keterampilan konseling merencanakan memungkinkan konselor dan konseli untuk bekerja sama dalam menetapkan agenda sesi. Suatu perencanaan merupakan salah satu cara untuk memastikan keberhasilan proses konseling dengan memeriksa setiap langkah dari proses konseling. Merencanakan berarti menekankan segenap sumber daya potensial yang didapatkan selama proses konseling untuk dapat memantau dan menilai efektivitas langkah-langkah proses konseling tersebut berlangsung.⁵¹

⁴⁹La Ode Kamalia, *Perencanaan & Evaluasi Kesehatan* (Bandung: Media Sains Indonesia, 2021), 2.

⁵⁰Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, 34–35.

⁵¹Muhammad Andri Setiawan and Karyono Ibnu Ahmad, *Keterampilan Komunikasi Konseling Qur'ani: Berbicara Dari Hati Ke Hati* (Yogyakarta: Deepublish, 2021), 392–393.

2. Tahapan Perencanaan Layanan Konseling

Dalam tahapan program layanan konseling dimulai dari perencanaan, adapun langkah-langkah yang dibutuhkan dalam melakukan tahap perencanaan adalah sebagai berikut:⁵²

a. Asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya

Perencanaan program layanan konseling diawali dengan asesmen kebutuhan individu serta lingkungannya. Dalam hal ini asesmen kebutuhan individu berkaitan dengan identifikasi karakteristik dan harapan terhadap program layanan konseling. Asesmen individu berkaitan dengan persepsi diri pribadi individu, harapan orang tua bahkan individu itu sendiri.

b. Perumusan tujuan layanan konseling

Secara umum layanan bimbingan konseling diselenggarakan di sekolah bahkan dalam lingkup masyarakat dengan tujuan agar dapat menolong setiap individu menemukan dan mewujudkan tugas-tugas perkembangannya secara maksimal sehingga mendapatkan apa yang dibutuhkan.

c. Perancangan layanan konseling

Berdasarkan hasil asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya dan pemerhatian tujuan layanan konseling dapat

⁵²Galang Surya Gumilang, *Pengembangan Dan Evaluasi Program Layanan Bimbingan Dan Konseling* (Malang: Azizah Publishing, 2019), 25–29.

dilakukan perancangan untuk melakukan layanan konseling dengan melihat bahwa konselor perlu untuk mengemukakan dasar pentingnya layanan konseling. Di perlukan juga deskripsi kebutuhan di mana kemukakan rumusan hasil asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya ke dalam rumusan yang diharapkan oleh individu.

Berdasarkan rumusan hasil asesmen kebutuhan kemudian dirumuskan tujuan yang akan dicapai setelah memperoleh pelayanan konseling. Rencana operasional yang mungkin dapat dilakukan setelah itu adalah menetapkan aktivitas layanan konseling didasarkan pada tujuan yang diharapkan individu, menentukan alokasi waktu, biaya, dan sarana prasarana yang dibutuhkan untuk menunjang pelaksanaan layanan konseling. Dalam hal ini dibutuhkan juga persetujuan dari berbagai pihak yang ikut dalam layanan konseling agar dapat berjalan dengan baik.