
Pelatihan Impact Konseling untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa pada MGBK Kabupaten Mojokerto

Muwakhidah¹, Elia Firda Mufidah*², Mudhar³, Moesarofah⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pedagogi dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

*e-mail: muwakhidah@unipasby.ac.id¹, eliafirda@unipasby.ac.id², mudhar@unipasby.ac.id³, moesarofah@unipasby.ac.id⁴

Abstrak

Pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan resiliensi siswa melalui pelatihan impact konseling melalui layanan konseling yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling. Pelatihan ini dilakukan dalam bentuk ceramah, FGD, role playing dan refleksi. Hasil pelatihan diperoleh data kepuasan guru bimbingan dan konseling dalam mengikuti pelatihan.

Kata kunci: *impact konseling, resiliensi, guru bimbingan dan konseling*

Abstract

This community service aims to increase student resilience through impact counseling training through counseling services provided by guidance and counseling teachers. This training was conducted in the form of lectures, focus group discussions, role playing and reflection. The results of the training obtained data on the satisfaction of guidance and counseling teachers in participating in the training.

Keywords: *impact counseling, resilience, guidance and counseling teacher*

1. PENDAHULUAN

Konseling merupakan proses yang terjadi antara konselor dan konseli yang terjadi secara kreatif yang muncul atau dibutuhkan karena kondisi frustrasi atau adanya kebutuhan dalam menyelesaikan masalah (Hecker & Kottler, 2002). Konselor memahami dan menelaah pemahaman atau pandangan konseli melalui proses konseling untuk memaknai peristiwa dalam kehidupan konseli (Raskin, 1999). Dalam proses konseling muncul kondisi dan aktivitas yang menuntut untuk mengarahkan pentingnya kreativitas selama proses konseling. Berdasarkan riset yang sudah dilakukan Carson, Becker, Vance, & Forth (2003) menekankan kreativitas konselor dalam proses konseling memberikan manfaat untuk kesuksesan atau keberhasilan dalam proses konseling. Kreativitas dalam konseling memiliki manfaat dalam meningkatkan efektivitas dalam proses konseling dan menjadi usaha dalam kemajuan profesi konseling (Gladding, 2008).

Kreativitas dalam proses konseling tidak muncul begitu saja, konselor perlu untuk memfasilitasi agar munculnya suasana yang mendukung serta aman untuk konseli sehingga proses pengkajian masalah bisa kreatif, selain itu memunculkan perspektif dalam memutuskan alternative terhadap penyelesaian masalah konseli dan mengevaluasi alternative yang sudah diputuskan. Menurut Gladding (2002, dalam Carson & Becker, 2004) kreativitas yang muncul dalam proses konseling menimbulkan pencerahan untuk konseli. Melihat pentingnya kreativitas dalam proses konseling, masih ditemukan konselor yang masih belum bisa memajami dan menumbuhkan kreativitas dalam dirinya (Hecker & Kottler, 2002).

Kreativitas dalam konseling membantu konseli dalam membentuk pengalaman yang bersifat terapeutik. Menurut Carpenter (2002, dalam Carson & Becker, 2004) menjelaskan bahwa proses mengamati dalam proses yang dialami manusia secara langsung dalam proses belajar memiliki manfaat yang lebih. Salah satu layanan konseling yang kreatif yakni menggunakan pendekatan impact konseling.

Impact konseling merujuk kepada pendekatan konseling yang kreatif dan diperkenalkan oleh Dr. Ed Jacobs, West Virginia University. Pendekatan ini memadukan empat teori konseling yang biasanya digunakan yakni Rational Emotive Therapy (REBT), Transactional Analysis (TA), Reality Therapy dan Gestalt (Jacobs, 1922). Impact konseling memberikan bantuan untuk memahami permasalahan konseli dan membantu menyelesaikan masalahnya secara konkret dan kreatif. Impact konseling menjadi pendekatan yang bersifat multisensory dimana pengukuran perasaan selama sesi konseling diukur menggunakan Depth Chart. Depth Chart merupakan alat yang digunakan untuk mengukur perasaan yang berbentuk seperti skala 1-10 untuk menggambarkan kondisi konseli.

Impact konseling yang merupakan pendekatan konseling kreatif diharapkan mampu untuk membuat konseli merasa nyaman dengan tahapan konseling yang dilaluinya. Kenyamanan itu diharapkan mampu untuk menumbuhkan ketangguhan atau resiliensi dalam diri individu atau konseli untuk mampu bangkit dari masalahnya. Resiliensi merupakan kondisi individu untuk bangkit dari kondisi sulit yang dihadapinya, mampu untuk beradaptasi dengan perubahan kondisi social yang sulit dan mampu untuk beradaptasi menggunakan pengaturan emosi, optimisme, empati dan efikasi diri (Muwakhidah & Lianawati, 2022).

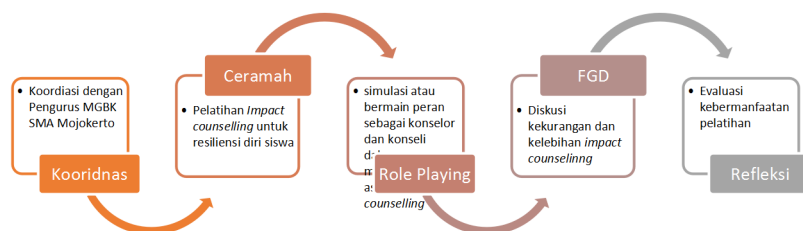
Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat pentingnya akan impact counseling yang sesuai dengan dirinya. Hal ini diharapkan sebagai inovasi konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Sehingga, konselor dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi bantuan dalam meningkatkan resiliensi.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini sasarannya yakni guru Bimbingan dan Konseling yang tergabung dalam Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas di Kabupatern Mojokerto (MGBK SMA/MA/SMK Mojokerto).

Metode pengabdian pada masyarakat ini berbentuk pelatihan dengan tahapan:

1. Koordinasi dengan Mitra yakni pengurus MGBK SMA Kabupater Mojokerto
2. Ceramah, pada tahapan ini dilakukan pemberian materi terkait pelatihan *impact counselling* untuk meningkatkan resiliensi diri siswa.
3. *Role Playing*, pada tahapan ini dibentuk beberapa kelompok guru Bimbingan dan Konseling dan setiap kelompok melakukan simulasi atau bermain peran sebagai konselor dan konseli dalam mengimplementasikan *impact counselling*.
4. *Focus Group Discussion*, pada tahapan ini peserta dan penerjemah melakukan diskusi terkait hal-hal yang masih menjadi kendala dalam simulasi implementasi *impact counselling* beserta apa kelebihan yang dirasakan dari menggunakan *impact counselling*.
5. Refleksi, pada tahapan ini peserta diajak untuk memaparkan bagaimana kebermanfaatannya dari pelatihan *impact counselling* untuk meningkatkan resiliensi diri



Gambar 1. Alur pengabdian

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian pada masyarakat yang dilakukan oleh prodi bimbingan dan

konseling Universitas PGRI Adi BuANA Surabaya bekerjasama dengan MGBK SMA SMK Kabupaten Mojokerto dengan memberikan pelatihan *impact counselling* untuk meningkatkan resiliensi diri pada umumnya berjalan dengan baik. Berikut hasil uraian untuk tahapan yang sudah dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian ini.

1. Koordinasi dengan Mitra yakni pengurus MGBK SMA Kabupaten Mojokerto
Koordinasi ini dilakukan melalui salah satu pengurus MGBK yakni Bapak Agus. Koordinasi diawali dari analisis kebutuhan guru bimbingan dan konseling. Perwakilan MGBK menyampaikan kebutuhan untuk pelatihan terkait pemberian layanan konseling yang efektif dan menarik. Akhirnya diputuskan untuk pelatihan *impact counselling* yang masih belum pernah didapatkan oleh guru bimbingan dan konseling di kabupaten Mojokerto. Pelatihan *Impact counselling* dilakukan pada tanggal 31 Agustus 2022 yang diikuti oleh peserta sebanyak 71 guru Bimbingan dan Konseling SMA SMK di Kabupaten Mojokerto
2. Implementasi kegiatan pelatihan:
 - a. Ceramah, pada tahapan ini dilakukan pemberian materi terkait pelatihan *impact counselling* untuk meningkatkan resiliensi diri siswa.



Gambar 2. Pemberian materi terkait *impact counselling*

- b. *Role Playing*, pada tahapan ini dibentuk beberapa kelompok guru Bimbingan dan Konseling dan setiap kelompok melakukan simulasi atau bermain peran sebagai konselor dan konseli dalam mengimplementasikan *impact counselling*. Narasumber atau pemateri memberikan contoh terlebih dahulu terkait bagaimana implementasi *impact counselling* menggunakan media yang sudah disiapkan yakni kotak masalah, pengukur perasaan dll.



Gambar 3 Simulasi contoh implementasi *impact counselling*

- c. *Focus Group Discussion*, pada tahapan ini peserta dan pemateri melakukan

diskusi terkait hal-hal yang masih menjadi kendala dalam simulasi implementasi *impact counselling* beserta apa kelebihan yang dirasakan dari menggunakan *impact counselling*. Kendala yang dimunculkan ketika praktek *impact counselling* adalah penggunaan media yang jumlahnya sedikit sehingga guru bimbingan dan konseling diarahkan untuk bisa kreatif menggunakan benda atau barang yang ada di sekitarnya

3. Refleksi, pada tahapan ini peserta diajak untuk memaparkan bagaimana kebermanfaatannya dari pelatihan *impact counselling* untuk meningkatkan resiliensi diri. Perwakilan peserta pelatihan menyampaikan terkait perasaan senang ketika mendapatkan pelatihan *impact counselling*, *impact counselling* dirasa menjadi bentuk layanan konseling yang menarik untuk siswa.

Impact counselling memberikan jalan baru untuk melakukan layanan konseling secara kreatif. *Impact counselling* menekankan kepada pentingnya upaya konselor dalam membantu konseli untuk memahami permasalahan yang dihadapinya dan untuk membantu memberikan solusi permasalahan secara jelas dan konkret yang akan diambil dan diputuskan sendiri oleh konseli (Rahmadian, 2012). Adapun tahapan dalam layanan *impact counselling* ini yakni tahapan prekontemplasi, kontemplasi, persiapan, tindakan, pemeliharaan dan terminasi (Rahmadian, 2012).

Dalam melakukan atau mengimplementasikan *impact counselling*, ada empat karakteristik yang muncul yakni multisensory, motivasional, marketing dan map. Multisensory mengarah kepada pemanfaatan media yang digunakan dalam layanan konseling baik verbal, visual, maupun kinestetik dalam layanan konseling. Multisensory mengarah kepada upaya yang konkrit untuk mengkonkritkan ide-ide abstrak secara bisual maupun penggunaan konseling eksperiensial yang ada dalam konseling. Motivasional mengarah kepada kemampuan konselor dalam memberikan motivasi selama proses konseling. Marketing mengarah kepada kemampuan konselor untuk membuat sesi atau layanan konseling menjadi menarik dan efektif untuk konseli. Map mengarah kepada tahapan yang dilalui oleh konselor yakni Rapport (R), Contract (C), Focus (F), Funnel, dan Closing (C) yang disingkat menjadi RCFF-C.

Penggunaan *impact counselling* di sekolah sudah sering dilakukan salah satunya *impact counselling* diberikan di SMP Muhammadiyah 22 Kisaran dimana *impact counselling* efektif untuk meningkatkan resiliensi diri siswa (Ginting, 2018). *Impact counselling* yang berfokus kepada pemberian layanan konseling yang kreatif dalam upaya untuk membantu konseli dalam menyelesaikan masalahnya secara konkret diharapkan mampu untuk membentuk regulasi diri untuk mencapai prestasi konseli dalam menyelesaikan masalahnya.

4. KESIMPULAN

Impact counselling menjadi layanan konseling yang bisa membantu konselor dalam meningkatkan kreatifitas pemberian layanan. Pelatihan *impact counselling* memberikan manfaat untuk guru bimbingan dan konseling SMA SMK di kabupaten Mojokerto untuk meningkatkan upaya kreatif dalam pemberian layanan terutama dalam meningkatkan resiliensi diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Carson, D.K., Becker, K.W. (2004). "When Lightning Strikes: Reexamining Creativity in Psychotherapy". *Journal of counseling and development*. 82, 111-115.
- Carson, D.K., Becker, K.W., Vance, K.E., Forth, N.L. (2003). "The Role of Creativity in Marriage and Family Therapy Practice: a National Online Study". *Contemporary Family Therapy*. 25, (1), 89.
- Ginting, R. L. (2018). Efektivitas Pendekatan Impact Counseling Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban Bully Pada Kelas VIII-B dan VIII-C SMP Muhammadiyah 22 Kisaran Tahun 2018. *Jurnal Psikologi Konseling Vol. 12 No.1, Juni 2018, 12(1)*, 173-184.
- Gladding, S.T. (2008). "The Impact of Creativity in Counseling". *Journal of Creativity in Mental Health*. 3, (2)
- Hecker, L.L., Kottler, J.A. (2002). "Growing Creative Therapists: Introduction to the Special Issue". *Journal of Clinical Activities, Assignments, & Handouts in Psychotherapy Practice*. 2, (2), 1-3
- Jacobs, Ed. (1992). *Creative Counseling Techniques: An Illustrated Guide*. USA: Psychological Assessment Resources.
- Jacobs, Ed. (1994). *Impact Therapy*. USA: Psychological Assessment Resources.
- Muwakhidah, M & Lianawati, A. (2022). Meningkatkan Resiliensi dimasa Pandemi COVID-19 Melalui Solution Brief Counseling (SFBC). *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 2(2), 55-62. <https://doi.org/10.1234/pdabkin.v2i2.120>
- Rahmadian, A. A. (2012). Impact counseling: sebuah pendekatan kreatif dalam konseling. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling*, 32-36.
- Raskin, J.D. (1999). "Metaphor and Meaning: Constructing the Creative Psychotherapist". *Journal of Constructivist Psychology*. 12, 331- 347