

# Konseling Perorangan

Kontribusi Dari Ildil

## Pengertian Konseling Perorangan

Gustad&rsquo;s (dalam Gibson & Mitchell, 1995:43) menyebutkan definisi konseling sebagai berikut:

Counseling is a learning-oriented process, carried on in a simple, one-to-one social environment, in which a counselor, professionally competent in relevant psychological skill and knowledge, seeks to assist the client, by methods appropriate to the latter&rsquo;s needs and within the context of the total personnel program, to learn more about himself and to accept himself, to learn how to put such understanding into effect in relation to more clearly perceived, realistically defined goals to the end that the client may become a happier and more productive member of his society.

Ethical Standard of American Personnel and Guidance Association (dalam Belkin, 1976:456) menyebutkan bahwa &ldquo;A counseling relationship denotes that the persons seeking help retain full freedom of choice and decision and that the helping person has no authority or responsibility to approve or disapprove of the choices or decisions of the counselee or client&rdquo;. Hubungan konseling adalah sebuah hubungan yang membantu klien dalam membuat pilihan dan keputusan.

Sementara itu, Gibson & Mitchell (1995:121) menyatakan definisi konseling perorangan sebagai berikut:

Individual counseling is a one-to-one relationship involving a trained counselor and focuses on some aspects of a client&rsquo;s adjusment, developmental, or decision-making needs. This process provides a relationship and communications base from which the client can develop understanding, explore possibilities, and initiate change.

Definisi yang dikemukakan Gibson dan Mitchell sejalan dengan pendapat Dryden (dalam Palmer & McMahon, 1989:39) bahwa konseling perorangan sangat menjaga kerahasiaan klien; konseling perorangan akan membuat hubungan akrab antara klien dan konselor; konseling perorangan sebagai proses pembelajaran klien; konseling perorangan adalah sebuah proses terapeutik. Lebih lanjut, Dryden menyimpulkan bahwa konseling perorangan membantu klien yang ingin membuat perbedaan dirinya dengan yang lain. Konseling perorangan juga akan sangat membantu konselor dalam membuat variasi gaya terapeutik untuk klien yang berbeda.

Konseling perorangan menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:105) adalah &ldquo;proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien&rdquo;. Sedangkan George & Cristiani (dalam Gibson & Mitchell, 1995:121) menyatakan beberapa elemen dari definisi konseling perorangan:

One is the notion that counseling is aimed at helping people make choices and act on them. A second is the notion of learning, although there are some sharp differences as to what facilitates learning and how learning occurs. Still another elements is that of personality development, with relatively little agreement as to how personality development is the best facilitated.

Ahli lain yakni Trotzer (2006:394) menyebutkan bahwa konseling perorangan layak untuk delapan hal sebagai berikut:

1. When the client has a crisis problem that is very complicated, both as to causes and possible solutions;
2. When confidentiality is highly essential to protect the client and others;
3. When working through the meaning of test results in terms of one&rsquo;s self concept;
4. When fear of talking in a group is so extreme that the person does not seem to be able to get started in the group;
5. When an individual is grossly ineffective in relating to his peers and sets off such a strong immediate reaction that the group is more likely to be rejective than acceptant;
6. When a person&rsquo;s awareness and understanding of his or her own feelings, motivations, and patterns of behavior are very limited or so

complicated that he or she feels lost and unable to share in a group; 7. When sexual behavior, particularly of a deviant nature is involved; 8. When one's need for attention and recognition is too extreme to be managed in the group situation.

Berdasarkan pendapat Trotzer dapat disimpulkan bahwa konseling perorangan cocok untuk klien dengan krisis permasalahan yang sangat komplis; melindungi kerahasiaan klien dan yang lain; memaknai hasil tes pribadi; ketika klien takut berinteraksi dalam kelompok; ketika klien kesulitan berhubungan dengan teman sebaya dan adanya penolakan dari kelompoknya; ketika klien menyadari bahwa perasaan, motivasi dan pola perilakunya terbatas; ada perilaku seksual menyimpang dan ketika klien membutuhkan perhatian dan pengakuan dari kelompoknya.

Berdasarkan pengertian yang dikemukakan di atas dapat dipahami bahwa konseling perorangan yang dimaksud memuat beberapa hal yaitu (1) usaha membantu klien/ sebuah proses terapeutik dalam upaya mengentaskan permasalahan (2) menjaga kerahasiaan klien; (3) konseling perorangan akan membuat hubungan akrab antara klien dan konselor; (4) proses pembelajaran klien; (5) pelaksanaannya dilakukan secara tatap muka; (6) tujuannya agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus yang dialaminya.

#### KEPUSTAKAAN

Gibson, R.L. & Mitchell, M.H. 1995. *Introduction to Guidance*. New York: Macmillan Publisher.

Trotzer, James P. 2006. *The Counselor and the Group*. New York: Routledge.

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Cetakan ke dua. Jakarta: Rineka Cipta.

Palmer, Stephen., McMahon, Gladeana. 1989. *Handbook of counseling*. Routledge: London and New York.

Belkin, Gary S. 1975. *Practical Counseling in the School*. USA: Wm. C. Brown Company Publishers