



Analisis Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pendekatan Gestalt

Richo Surya Pradana¹, Nerizza Nur Aini²

^{1,2}Jurusan Psikologi, Universitas Merdeka Malang. Jl. Terusan Dieng No 62-64 Klojen Malang
e-mail: richo.pradana@unmer.ac.id.¹, 21090000005@student.unmer.ac.id²

ABSTRAK

Kata Kunci:

Bimbingan dan Konseling
Pelayanan BK
Pendekatan Gestalt
Pendidikan
Siswa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran guru BK dalam membangun kepercayaan terhadap siswa dalam pendekatan gestalt. Subjek dalam penelitian ini adalah guru BK di SMA Taman Madya di Kota Malang. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan peneliti sebagai instrumen utama. Analisis jurnal dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, dan disusun berdasarkan metode dalam bentuk penguraian dan interpretasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tujuan utama program BK yang dilakukan oleh guru BK di SMA Taman Madya Kota Malang belum sesuai, sehingga program bimbingan dan konseling tidak terarah. (2) Adanya permasalahan pada komitmen dan tanggung jawab pada kesadaran siswa dalam meningkatkan kualitas program BK. (3) Kurangnya efektifitas dalam sistem pendekatan antara guru BK dengan siswa, sehingga menimbulkan pandangan yang berbeda pada murid mengenai program BK. (4) Permasalahan yang meliputi rendahnya atau jarang keinginan siswa dalam mengikuti program BK atas keinginannya sendiri, cara siswa mendapatkan layanan BK dikarenakan dapat panggilan oleh guru BK..

ABSTRACT

Keyword:

Guidance and Counseling
Guidance and Counseling
Services
Gestalt Approach
Education
Students

This research aims to determine the role of the counseling teacher in building trust in students in the Gestalt approach. The subjects in this study were counseling teachers at Taman Madya Senior High School in Malang City. Data collection techniques used in this study were observations, interviews, and documentation with the researcher as the main instrument. Journal analysis of this study is descriptive qualitative and is compiled based on the case study method in the form of research and interpretation. The results is: (1) The main objectives of the counseling program carried out by counseling teachers at SMA Taman Madya Malang City were inappropriate, so the guidance and counseling program was not directed. (2) There are problems with commitment and responsibility in students' awareness of improving the counseling program's quality. (3) The lack of effectiveness in the approach system between the counseling teacher and students has resulted in different views of students regarding the counseling program. (4) The issues that include low or rare students' desire to participate in the counseling program at their own will, the way students get counseling services is because they can be summoned by the counseling teacher

PENDAHULUAN

Pada dasarnya, pelayanan bimbingan dan konseling merupakan pelayanan yang tidak bisa dipisahkan dari program pendidikan. Pendidikan lebih mengoptimalkan karakter dan sangat berpengaruh dalam proses pengembangan manusia. Pelayanan bimbingan dan konseling diakui dalam proses pendidikan, suatu profesi yang diharapkan dapat membantu dan mendukung dalam proses pengembangan peserta didik. Permasalahan dalam kesenjangan yang terjadi dalam proses pengembangan kompetensi peserta didik diharapkan guru bimbingan dan konseling (Guru BK) dapat mengambil peran yang tepat serta profesional.

Dalam hal ini, bimbingan memiliki pengertian sebagai suatu proses bantuan yang diberikan oleh tenaga profesional kepada individu atau kelompok agar individu dapat memahami dirinya sendiri, mengenal lingkungannya dan merencanakan masa depannya. bimbingan diberikan untuk mengatasi berbagai masalah atau kesulitan yang dihadapi individu. [1]

Bimbingan juga diartikan sebagai suatu dukungan yang diberikan oleh konselor kepada klien yang bertujuan untuk mengenal pribadinya sendiri, lingkungan dan mencapai perkembangan hidupnya serta beraktualisasi diri dengan baik. [2]

Di samping itu, konseling diartikan sebagai suatu proses bantuan dimana konselor dan konseli membentuk hubungan profesional yang membantu konseli memahami keberadaannya, belajar mengambil keputusan, dan memecahkan masalah untuk membantunya berkembang secara optimal. [3]. Sedangkan menurut [4], menyatakan bahwa konseling adalah meliputi pemahaman dan hubungan individu untuk mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan, motivasi dan potensi diri yang unik yang dimiliki oleh individu yang bersangkutan untuk mengapresiasi ketiga hal tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh [5], bimbingan dan konseling merupakan sebuah disiplin ilmu yang mencakup aspek pengetahuan, seni, serta fungsi sebagai sarana untuk membantu individu dalam menghadapi masalah. Di lingkungan sekolah, bimbingan dan konseling berperan sebagai alat bantu dalam proses pembimbingan belajar [6]. Selain itu, layanan bimbingan konseling, tidak hanya mencatat pelanggaran siswa, tetapi juga berfungsi untuk meningkatkan prestasi siswa, serta membantu dalam menyelesaikan masalah sosial atau pribadi yang mereka hadapi.

Banyak peserta didik yang mengalami ketakutan saat menghadapi guru BK, sehingga peserta didik memiliki persepsi negatif terhadap BK sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [7] bahwasanya penanganan yang kurang tepat pada siswa yang membolos yaitu dengan memarahi serta memberi *point* pelanggaran yang menyebabkan siswa merasa terpojok dan takut terhadap guru BK, serta terkadang membuat peserta didik seolah-olah tervonis atas apa yang dilakukan.

Di sekolah sangat mungkin ditemukan siswa yang bermasalah, dengan menunjukkan berbagai gejala penyimpangan perilaku yang merentang dari kategori ringan sampai berat. Upaya

untuk menangani siswa yang bermasalah, khususnya yang terkait dengan pelanggaran disiplin sekolah dilakukan melalui pendekatan disiplin, dan pendekatan bimbingan dan konseling. Penanganan siswa bermasalah melalui pendekatan disiplin merujuk pada aturan dan ketentuan (tata tertib) yang berlaku di sekolah beserta sanksinya. Sebagai salah satu komponen organisasi sekolah, aturan (tata tertib) siswa beserta sanksinya memang perlu ditegakkan untuk mencegah sekaligus mengatasi terjadinya berbagai penyimpangan perilaku siswa. Dengan demikian, sekolah bukan lembaga yang mengumbar sanksi kepada siswa yang mengalami gangguan penyimpangan perilaku.

Pada pendekatan yang kedua, melalui bimbingan dan konseling. Penanganan siswa bermasalah melalui bimbingan dan konseling dimana bimbingan ini tidak menggunakan sanksi, namun cenderung mengandalkan pada terjadinya kualitas hubungan interpersonal yang saling percaya di antara konselor dan siswa yang bermasalah, sehingga secara bertahap siswa tersebut dapat memahami dan menerima lingkungannya, serta dapat mengarahkan diri guna tercapainya penyesuaian diri yang lebih baik, [8]

Banyaknya anggapan bahwa keberadaan konselor di sekolah dianggap sebagai “polisi sekolah” yang harus menjaga dan mempertahankan tata tertib, disiplin dan keamanan sekolah. Anggapan ini mengartikan bahwa “*Bila siswa-siswi melanggar peraturan dan disiplin di sekolah, maka harus berurusan dengan konselor atau guru BK*”, [9].

Hal ini berkaitan dengan hasil observasi dan wawancara yang telah peneliti lakukan di SMA Taman Madya Kota Malang, bahwasanya terdapat sedikitnya peserta didik di SMA Taman Madya Kota Malang. Seorang guru BK mengatakan bahwa “Kelas 10, 11. 19 anak itu kelas 10 dan 11. Ada dua anak yang tidak masuk, jadi tadi hanya ada 17 murid. Totalnya sama dengan kelas 3 yang sudah lulus itu, yaitu 29 anak”. Pada konteks ini, apabila siswa yang memiliki kendala ataupun hambatan pada hal tertentu (seperti; masalah personal, masalah dengan teman, atau lain sebagainya), dapat menghambat dalam dunia pendidikannya.

Hal ini menarik minat peneliti untuk mengkaji peran konseling di SMA Taman Madya Kota Malang. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada peran guru BK terhadap siswa dalam pendekatan gestalt. Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka judul penelitian pada jurnal ini, yaitu “Analisis Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Pendekatan Gestalt”.

METODE

Berdasarkan pada latar belakang penelitian, maka metode penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif [10] dengan pendekatan gestlat dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk memberi gambaran umum dari hakikat metode penelitian deskriptif kualitatif dalam bimbingan dan konseling. Analisis jurnal dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif, dan disusun berdasarkan metode atau pendekatan studi kasus yang dilakukan secara analisis dalam bentuk

penguraian dan interpretasi sesuai dengan kondisi pada saat proses wawancara dilakuka. Bentuk penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti terjun lapangan, yaitu peneliti datang ke lokasi yang menjadi tempat penelitian.

PEMBAHASAN

Pengertian bimbingan dan konseling dijelaskan oleh [11] Bimbingan dan konseling adalah proses dimana konselor memberikan bantuan secara langsung kepada peserta didik agar mereka dapat melihat masalahnya sendiri dan menerima dirinya dengan potensi yang dimiliki dan menyelesaikan permasalahan secara terpadu. Berikut teori yang berkaitan dengan penelitian ini:

Teori Pendekatan Gestalt dalam Bimbingan dan Konseling

Pendekatan Gestalt dalam bimbingan dan konseling didasarkan pada teori Gestalt yang dikembangkan oleh Fritz Perls pada tahun 1980 [12]. Teori ini menekankan pentingnya kesadaran akan pengalaman saat ini, pemahaman tentang diri sebagai kesatuan yang utuh, dan penekanan pada tanggung jawab individu terhadap dirinya sendiri. Pendekatan Gestalt memandang individu sebagai entitas yang kompleks, yang terdiri dari pikiran, emosi, tubuh, dan lingkungan sekitarnya. Pada dasarnya, dalam pendekatan ini menekankan integrasi antara berbagai aspek ini untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan perkembangan pribadi yang optimal.

Beberapa prinsip penting dalam pendekatan Gestalt, yaitu sebagai berikut:

1. Kesadaran akan Pengalaman Saat Ini: Pendekatan Gestalt menekankan pentingnya kesadaran akan pengalaman saat ini. Individu diajak untuk mengalami dan menyadari emosi, pikiran, dan sensasi fisik yang muncul di dalam dirinya pada saat tersebut, tanpa mengabaikan pengalaman masa lalu atau antisipasi masa depan.
2. Integrasi dan Keselarasan: Pendekatan Gestalt mendorong integrasi dan keselarasan antara berbagai aspek diri. Ini mencakup pengakuan dan penerimaan terhadap perasaan, pikiran, dan sensasi fisik yang ada saat ini, serta pengintegrasian aspek-aspek tersebut menjadi kesatuan yang utuh.
3. Tanggung Jawab Pribadi: Pendekatan Gestalt menekankan tanggung jawab pribadi atas pengalaman dan tindakan individu. Individu didorong untuk mengambil tanggung jawab penuh atas diri mereka sendiri, mengakui kebebasan mereka untuk membuat pilihan, dan menghadapi konsekuensi dari tindakan mereka.
4. Hubungan Antarpersonal: Pendekatan Gestalt menganggap hubungan antarindividu sebagai bagian integral dari proses konseling. Interaksi yang terjadi antara konselor dan klien menjadi fokus penting, dan konselor mendorong dialog terbuka, empatik, dan menghargai.
5. Penggunaan Eksperimen dan Teknik Kreatif: Pendekatan Gestalt menggunakan eksperimen dan teknik kreatif dalam sesi konseling untuk membantu klien menggali dan mengatasi

masalah mereka. Ini meliputi teknik seperti peran ganda, dramatisasi, dialog terpimpin, dan visualisas.

Pendekatan Gestalt dalam bimbingan dan konseling menawarkan pendekatan holistik yang menekankan pemahaman diri yang mendalam, pengalaman langsung, dan juga integrasi antara berbagai aspek individu. Melalui pendekatan ini, individu didorong untuk memahami dan mengatasi masalah dengan melibatkan seluruh pengalaman mereka dalam konteks yang berkelanjutan.

Teknik pendekatan yang dilakukan pada Konseling Gestalt

Adapun teori pendekatan yang dilakukan pada konseling Gestalt menurut [13], yaitu sebagai berikut:

- 1) Permainan Dialog: Teknik ini dilakukan dengan cara klien dikondisikan untuk melakukan dialog dari dua kecenderungan yang saling bertentangan. Dengan teknik ini, maka klien akan mengarahkan dirinya sendiri pada suatu posisi di mana ia berani mengambil risiko. Biasanya penerapan teknik ini dilaksanakan menggunakan teknik “kursi kosong”.
- 2) Latihan Saya Bertanggung Jawab: Teknik ini dimaksudkan untuk membantu klien agar mengakui dan menerima perasaannya daripada memproyeksikan perasaannya kepada orang lain. Dalam teknik ini, konselor meminta klien untuk membuat suatu pernyataan, kemudian klien diharuskan menambahkan dalam pernyataannya dengan kalimat “..... *dan saya akan bertanggung jawab atas hal itu*”.
- 3) Bermain Proyeksi: Permainan dan teknik ini artinya memantulkan kepada orang lain tentang perasaan yang dirinya sendiri tidak mau melihat atau menerima. Biasanya hal ini dilakukan saat seseorang mengingkari perasaannya sendiri. Dalam teknik pendekatan konseling yang saat ini, konselor meminta pada klien atau konseli untuk melakukan percobaan hal-hal yang diproyeksikan kepada orang lain.
- 4) Teknik Pembalikan: Teknik pembalikan merupakan salah satu cara individu merepresentasikan dirinya dari pembalikan dorongan-dorongan yang mendasarinya. Sehingga pada teknik ini, konselor meminta klien memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan yang dirasakan atau dikeluhkan.
- 5) Tetap dengan Perasaan: Teknik di dalam pendekatan ini digunakan agar klien menunjukkan suasana hati yang tidak menyenangkan saat ingin menghindarinya. Konselor mendorong klien untuk tetap bertahan dengan perasaan yang ingin mereka hindari. Dalam teknik ini, konselor mendorong klien untuk bertahan dengan ketakutannya agar mampu menyelami perasaan yang lebih dalam

Kelebihan dan Kekurangan Teori Pendekatan Gestalt dalam Bimbingan dan Konseling

Adapun kelebihan pendekatan Gestalt dalam bimbingan dan konseling, yaitu sebagai berikut:

- a. **Pemahaman Holistik:** Pendekatan Gestalt memandang individu secara holistik, mengintegrasikan berbagai aspek pengalaman individu. Ini membantu konselor untuk memahami klien secara menyeluruh, termasuk pikiran, emosi, tubuh, dan lingkungan sekitarnya.
- b. **Peningkatan Kesadaran:** Pendekatan Gestalt mendorong peningkatan kesadaran akan pengalaman saat ini. Ini membantu klien mengenali emosi, pikiran, dan sensasi fisik mereka secara lebih mendalam, sehingga memperluas pemahaman tentang diri mereka sendiri.
- c. **Fokus pada Hubungan Interpersonal:** Pendekatan Gestalt menekankan pentingnya hubungan antarindividu dalam proses konseling. Konselor memberikan perhatian yang tinggi pada interaksi dan dialog dengan klien, membangun hubungan yang kuat dan empatik.
- d. **Penggunaan Teknik Kreatif:** Pendekatan Gestalt menggunakan berbagai teknik kreatif seperti peran ganda, dramatisasi, dan dialog terpimpin. Ini membantu klien dalam menggali masalah mereka dengan cara yang kreatif dan menghidupkan pengalaman mereka secara lebih jelas.
- e. **Pemberdayaan Individu:** Pendekatan Gestalt menekankan tanggung jawab pribadi dan kemandirian individu. Klien didorong untuk mengambil tanggung jawab atas diri mereka sendiri dan membuat pilihan yang sesuai dengan nilai-nilai dan kebutuhan mereka.

Adapun kekurangan pendekatan Gestalt dalam bimbingan dan konseling, yaitu sebagai berikut:

- a) **Subyektivitas:** dalam pendekatan ini, lebih cenderung subjektif karena mengandalkan pengalaman individu dan interpretasi subjektifnya terhadap situasi. Hal ini dapat menghasilkan perbedaan dalam pemahaman dan interpretasi masalah, namun tergantung pada sudut pandang individu yang terlibat.
- b) **Keterbatasan dalam Penanganan Masalah Terkait Trauma:** dalam pendekatan ini, dapat memungkinkan adanya ketidak-cocokan dalam menangani masalah yang berkaitan dengan trauma yang berat. Konselor perlu mempertimbangkan pendekatan yang lebih spesifik dan mendalam dalam kasus-kasus trauma yang kompleks.
- c) **Keahlian Konselor:** dalam pendekatan ini, membutuhkan tingkat keahlian yang tinggi dari konselor untuk mengaplikasikannya secara efektif. Memahami dan mengelola kompleksitas aspek-aspek individu dan interaksi dapat menjadi tugas yang menantang

HASIL

Aplikasi Teori Pendekatan Gestalt dalam Bimbingan dan Konseling di SMA Taman Madya Kota Malang

Berdasarkan hasil wawancara dari subjek (Guru BK) di SMA Taman Madya Kota Malang, peneliti mendapatkan beberapa hal mengenai program bimbingan dan konseling yang telah dilakukan kepada para siswa-siswinya.

Hasil analisa data dari wawancara yang telah dilakukan kepada subjek, memberikan hasil bahwa tujuan program BK untuk dapat meningkatkan kemandirian siswa-siwiswinya dengan harapan 100% hingga pada akhirnya tanpa perlu adanya tambahan bimbingan terutama pada bidang pembelajaran. Meningkatkan kualitas komunikasi dan kepribadian, dalam bersosialisasi, permasalahan tentang dunia karir, kelanjutan dunia pendidikan, pembaruan sistem pendidikan menggunakan sistem kurikulum merdeka dengan cara mengikuti perkembangan para murid, membantu mencapai keberhasilan dengan pihak antar guru, BNN, kepolisian, dan lain sebagainya. Tidak hanya itu, untuk media dalam pelaksanaan BK menggunakan mading, poster, dan media sosial, yaitu instagram.[14]

Pada hasil wawancara mengenai hambatan program BK pada siswa-siswinya adalah terletak pada kebiasaan perilaku murid yang berbeda (nakal) harus memberikan bimbingan sesuai dengan perkembangannya dimana guru BK harus memberi teguran. Kemudian pandangan yang berbeda dimana para murid memiliki anggapan bahwa melakukan bimbingan dan konseling merupakan hal yang memalukan karena memiliki masalah di dalam dirinya. Tidak hanya itu, adanya hambatan dari komunikasi dengan orang tua para siswa yang sibuk.

Terdapat empat prinsip penting agar guru BK di SMA Tama Madya Kota Malang dapat melaksanakan program bimbingan dan konseling dengan lebih baik, yaitu:

1. Kesadaran pada Pengalaman Saat Ini

Berdasarkan hasil wawancara pada Guru BK di SMA Taman Madya di Kota Malang, dapat disimpulkan bahwa program bimbingan dan konseling dapat dikatakan cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku namun dalam pelaksanaan bimbingannya yang dijalankan belum sepenuhnya dapat membantu para siswa dalam menghadapi permasalahan pada pengalaman saat ini dan bagaimana para siswa harus menyadari emosi-emosi yang harus dihadapi, termasuk cara berpikirnya. Dalam hal ini, peran guru BK sangatlah penting dalam membimbing siswa melalui komunikasi (konseling). Untuk dapat meningkatkan kualitas program bimbingan dan konseling, maka guru BK harus menerapkan sistem pendekatan Gestalt dimana seorang konselor atau pembimbing harus dapat membuat para siswanya/konselinya untuk dapat mengutarakan perasaan yang dipendam dengan senyaman mungkin tanpa adanya paksaan. Hal ini bertujuan untuk dapat membimbing siswa agar dapat menangani atau ebrtanggung jawab terhadap permasalahannya dengan mengutarakan bagaimana

pengalaman (kejadian dari suatu permasalahan yang sedang terjadi pada saat itu juga) hingga pada akhirnya dapat menemukan jalan keluarnya tanpa mengabaikan masalah di masa lalu dengan adanya antisiapsi untuk masa depannya.

2. Integrasi dan Keselarasan

Wawancara yang telah peneliti lakukan pada guru BK di SMA Taman Madya di Kota Malang, menyatakan bahwa para siswanya memiliki rasa percaya diri yang rendah (rasa malu dan takut untuk menemui guru karena dianggap hal yang privasi). Hal ini dapat membuktikan bahwa bimbingan dan konseling tidak dapat dilakukan begitu saja tanpa adanya panduan seperti menggunakan beberapa teori pendekatan yang dapat diterapkan kepada para muridnya. Sehingga apabila menggunakan pendekatan Gestalt, maka hal ini dapat mendorong integrasi dan keselarasan dengan cara siswa diharuskan untuk dapat memberikan pengakuan dan penerimaan terhadap perasaan, pikiran, dan sensasi fisik yang ada saat ini. Serta pengintegrasian aspek-aspek tersebut menjadi kesatuan yang utuh. Dengan demikian, maka guru BK di SMA Taman Madya di Kota Malang dapat membantu para siswanya dengan mudah (tidak ada paksaan untuk memaksa murid dalam mengakui hal yang mereka sembunyikan).

3. Tanggung Jawab Pribadi

Hasil dari wawancara pada guru SMA Taman Madya di Kota Malang, menyatakan bahwa kebiasaan perilaku muridnya yang berbeda (nakal) harus memberikan teguran yang sesuai dengan perkembangannya. Dengan kata lain, hal ini menunjukkan bahwa guru BK belum dapat dikatakan bisa membantu para muridnya untuk memiliki tanggung jawab yang besar terhadap tindakan yang dilakukannya. Sebagai contoh, membolos atau sering datang terlambat. Untuk dapat meningkatkan program Bk, maka perlu adanya pendekatan gestlat dalam tanggung jawab atas pribadi, yaitu konselor atau guru BK harus mampu memberikan penekanan pada tanggung jawab terhadap siswa tersebut atas pengalaman dan tindakannya sendiri. Dengan kata lain, siswa didorong untuk mengambil tanggung jawab penuh atas diri mereka sendiri, mau dan mampu mengakui kebebasannya untuk membuat pilihan, dan menghadapi konsekuensi dari tindakannya.

4. Hubungan Antarpersonal

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan dengan guru BK di SMA Taman Madya di Kota Malang dapat disimpulkan bahwa hubungan antar- personal pada Guru BK dan muridnya tidak sejalan dengan tujuan utama guru BK, yaitu meningkatkan kemandirian siswa-siswinya dengan harapan 100% hingga pada akhirnya tanpa perlu adanya tambahan bimbingan terutama pada bidang pembelajaran. Hal ini jelas membutuhkan peran pendekatan gestlat pada guru BK terhadap muridnya agar hubungan yang terjadi dapat menjadikan mendorong dialog lebih terbuka, empatik, dan menghargai

Dengan demikian, terdapat beberapa rangkuman dari analisis yang telah dilakukan, yaitu sebagai berikut:

SMA Taman Madya di Kota Malang memiliki masalah di program bimbingan dan konseling (BK) karena beberapa murid merasa takut dan malu untuk mengikuti sesi konseling. Hal ini menyebabkan mereka tidak menyukai program BK dan menjaga jarak dengan guru BK mereka. Untuk meningkatkan kualitas program BK dan membuatnya sejalan dengan pendekatan Gestalt, diperlukan penerapan lima teknik pendekatan yang dilakukan dalam Konseling Gestalt:

1. Permainan Dialog (Kursi Kosong): Teknik ini dapat membantu murid menghadapi dua kecenderungan yang saling bertentangan dalam diri mereka. Melalui permainan dialog, mereka dapat mengarahkan diri mereka sendiri pada posisi di mana mereka berani mengambil risiko. Guru BK dapat menggunakan teknik “*kursi kosong*” untuk membantu murid berdialog dengan diri mereka sendiri atau dengan orang lain yang relevan dalam situasi tertentu. Hal ini dapat membantu murid memahami perasaan dan emosi mereka dengan lebih baik. Misalnya : (a) kecenderungan guru BK lawan kecenderungan siswa-siswinya; (b) kecenderungan bertanggung jawab lawan kecenderungan masa bodoh; (c) kecenderungan “guru BK yang baik” lawan kecenderungan “guru BK yang jahat”, (d) kecenderungan otonom lawan kecenderungan tergantung; (e) kecenderungan “siswa yang penakut” lawan kecenderungan “siswa yang pemberani” (f) kecenderungan kuat atau tegar lawan kecenderungan lemah. Melalui dialog yang kontradiktif ini, menurut pandangan Gestalt pada akhirnya klien akan mengarahkan dirinya pada suatu posisi di mana ia berani mengambil resiko. Begitu juga sebaliknya guru BK yang sebagai ahli dalam memberikan bimbingan dan konseling pada anak. Penerapan permainan dialog ini dapat dilaksanakan dengan menggunakan teknik “*kursi kosong*”.
2. Latihan Saya Bertanggung Jawab: Teknik ini membantu murid untuk mengakui dan menerima perasaan mereka, bukannya memproyeksikan perasaan tersebut kepada orang lain. Guru BK dapat meminta murid untuk membuat pernyataan mengenai perasaan mereka dan menambahkan kalimat “... *dan saya akan bertanggung jawab atas hal itu*”. Ini membantu mereka mengambil tanggung jawab atas perasaan dan tindakan mereka sendiri. Sebagai contoh:
 - a) “Saya merasa sangat malas dalam menyelesaikan PR, dan saya bertanggung jawab atas kemalasan itu”.
 - b) “Saya tidak tahu apa yang harus saya katakan pada Ibu guru, dan saya bertanggung jawab atas ketidaktahuan itu”.
 - c) “Saya tidak suka belajar, dan saya bertanggung jawab atas sifat buruk yang tidak suka belajar itu”.

Meskipun terlihat mekanis, namun menurut Gestalt hal ini akan membantu meningkatkan kesadaran klien (siswa-siswinya) akan perasaan-perasaan yang mungkin selama ini diingkarinya.

3. **Bermain Proyeksi:** Teknik ini membantu murid memahami dan mengakui perasaan yang mereka tolak atau tidak ingin lihat dalam diri mereka sendiri. Guru BK dapat meminta murid untuk mencoba perilaku yang biasanya mereka proyeksikan kepada orang lain. Dengan memahami proyeksi mereka, murid dapat lebih jujur dengan diri mereka sendiri dan mengatasi masalah yang mendasarinya.
4. **Teknik Pembalikan:** Teknik ini membantu murid mewakili diri mereka sendiri dari sudut pandang yang berbeda. Guru BK dapat meminta murid untuk memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan yang mereka rasakan atau keluhkan. Ini membantu mereka mendapatkan sudut pandang baru terhadap masalah mereka dan memperluas pemahaman tentang diri mereka sendiri. Misalnya: guru BK memberi kesempatan kepada siswa-siswinya untuk memainkan peran “ekshibisionis” bagi siswa-siswi tersebut pemalu yang berlebihan.
5. **Tetap dengan Perasaan:** Teknik ini mendorong murid untuk tetap bertahan dengan perasaan yang tidak menyenangkan dan menghindarinya. Guru BK dapat mendukung murid untuk tetap menghadapi ketakutan mereka dan merenungkan perasaan yang lebih dalam. Dengan menerima dan menghadapi perasaan tersebut, murid dapat mengalami pertumbuhan pribadi dan emosional yang lebih baik.

Dengan menerapkan kelima teknik pendekatan Konseling Gestalt ini, program BK di SMA Taman Madya di Kota Malang dapat menjadi lebih terarah dan sesuai dengan tujuan pendekatan Gestalt. Murid akan merasa lebih terbuka dan nyaman untuk mengikuti program BK, sehingga hubungan antara guru BK dan murid akan meningkat. Program BK yang lebih efektif akan memungkinkan para murid untuk mengatasi masalah pribadi, meningkatkan pemahaman diri, dan mencapai pertumbuhan pribadi yang lebih baik.

Hal ini berkaitan dengan fokus utama konseling gestalt, yaitu terletak pada bagaimana keadaan klien sekarang serta hambatan-hambatan apa yang muncul dalam kesadarannya. Oleh karena itu tugas guru BK adalah mendorong peserta didiknya untuk dapat melihat kenyataan yang ada pada dirinya serta mau mencoba menghadapinya. Dalam hal ini perlu diarahkan agar siswa-siswi tersebut mau belajar menggunakan perasaannya secara penuh. Untuk itu siswa-siswi bisa diajak untuk memilih dua alternatif, individu tersebut akan menolak kenyataan yang ada pada dirinya atau membuka diri untuk melihat apa yang sebenarnya terjadi pada dirinya sekarang.

Guru BK hendaknya menghindarkan diri dari pikiran-pikiran yang abstrak, keinginan-keinginannya untuk melakukan diagnosis, interpretasi maupun memberi nasihat kepada siswa-siswinya. Guru BK sejak awal konseling sudah mengarahkan tujuan agar siswa-siswi menjadi matang dan mampu menyingkirkan hambatan-hambatan yang menyebabkan klien tidak dapat berdiri sendiri. Dalam hal ini, fungsi guru BK adalah membantu siswa-siswi untuk melakukan

transisi dari ketergantungannya terhadap faktor luar menjadi percaya akan kekuatannya sendiri. Usaha ini dilakukan dengan menemukan dan membuka ketersesatan atau kebuntuan siswa-siswinya.

Pada saat peserta didik (siswa-siswi) mengalami gejala kesesatan dan dirinya menyatakan kealahannya terhadap lingkungan dengan cara mengungkapkan kelemahannya, dirinya tidak berdaya, bodoh, atau gila, maka tugas guru BK adalah membuat perasaan individu tersebut untuk bangkit dan mau menghadapi ketersesatannya sehingga potensinya dapat berkembang lebih optimal.

Dengan demikian, dapat ditarik garis-garis besar terapi Gestalt: bahwa (1) Fase pertama: Guru BK harus membentuk pola pertemuan terapeutik agar tercapai situasi yang memungkinkan perubahan-perubahan yang diharapkan pada siswa-siswi tersebut. Situasi mengandung komponen emosional dan intuitif. (2) Fase kedua: Guru BK harus melaksanakan pengawasan, dan harus berusaha meyakinkan atau memaksa muridnya mengikuti prosedur yang telah ditetapkan sesuai dengan keadaan murid tersebut. Dua hal yang harus dilakukan: Menimbulkan motivasi pada siswanya, dan Menciptakan rapport yaitu hubungan baik antara guru BK dan murid agar timbul rasa percaya murid-muridnya bahwa segala usaha gur BK tersebut disadari benar oleh siswa-siswinya untuk kepentingannya. (3) Fase ketiga: siswa-siswinya didorong untuk mengatakan perasaan-perasaannya pada pertemuan-pertemuan terapi saat ini, bukan menceritakan masa lalu atau harapan-harapan masa datang. (4) Fase terakhir: setelah murid-muridnya memperoleh pemahaman dan kesadaran tentang dirinya, tindakannya, atau bahkan perasaannya, maka terapi ada pada fase terakhir. Pada fase ini siswa-siswi harus memiliki ciri-ciri yang menunjukkan integritas kepribadiannya sebagai individu yang unik dan manusiawi.

Siswa-siswi harus memiliki kepercayaan pada potensinya. Menyadari dirinya, sadar dan bertanggung jawab atas sifat otonominya, perbuatannya perasaan-perasaannya, pikiran-pikirannya. Dengan demikian, kualitas program BK di SMA Taman Madya di Kota Malang dapat meningkat secara signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis, dapat disimpulkan bahwa sekolah SMA Taman Madya di Kota Malang terdapat masalah dalam program bimbingan dan konseling (BK) karena beberapa murid merasa takut dan malu untuk mengikuti sesi konseling. Hal ini menyebabkan ketidaknyamanan dalam menghadapi maupun mengungkapkan perasaannya, alhasil program BK menjadi sedikit tidak terarah dan tidak sejalan dengan tujuan utamanya.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] T. Evi, "Research & Learning in Primary Education Manfaat Bimbingan dan Konseling Bagi Siswa," *J. Pendidik. dan KONSELING*, vol. 2, hal. 2–5, 2020.

- [2] B. Ahmad, "Pendekatan Gestalt : Konsep dan Aplikasi dalam Proses Konseling," *IJoCE Indones. J. Couns. Educ.*, vol. 1, no. 2, hal. 44–56, 2021, [Daring]. Tersedia pada: <https://www.lp2msasbabel.ac.id/jurnal/index.php/IJoCE/article/view/1976>.
- [3] N. Nurhafiza, F. Herlinda, dan R. R. M. R. Ahmad, "Asumsi Dasar Keilmuan Filsafat dalam Bimbingan dan Konseling," *J. Bimbing. dan Konseling Terap.*, vol. 7, no. 1, hal. 42, 2023, doi: 10.30598/jbkt.v7i1.1747.
- [4] J. Hartanti, *Bimbingan Kelompok*, vol. 3, no. April. 2015.
- [5] M. Fatchurrahman, "Problematik Pelaksanaan Konseling Individual," *J. Bimbing. dan Konseling Ar-Rahman*, vol. 3, no. 2, hal. 25–30, 2018.
- [6] P. Ahmad. Metode Konseling Individu Dalam Mengatasi Bolos Sekolah Siswa Kelas VIII SMPN 3 Lengayang Sumatera Barat. *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 16: 112-126, 2020.
- [7] M. D. D. Haq, "PERAN GURU BK DALAM MENANGANI PRILAKU MEMBOLOS SISWA DI MTs NU RAUDLATUS SHIBYAN," *KONSELING EDUKASI "Journal Guid. Couns.*, vol. 3, no. 2, hal. 1–18, 2019, doi: 10.21043/konseling.v3i2.6114.
- [8] D. A. Nugroho, D. N. Khasanah, I. A. I. Pangestuti, dan M. I. Kholili, "Problematika pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMA: A systematic literature review (SLR)," *Ter. J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 5, no. 1, hal. 87–96, 2021, doi: 10.26539/terapeutik.51647.
- [9] R. K. Satyagraha, "Peran kontrol sosial terhadap perilaku kenakalan siswa di sekolah," *Skripsi*, 2016.
- [10] Yulliani, W. Metode penelitian deskriptif kualitatif dalam perspektif bimbingan dan konseling, *Jurnal Quanta*, 2018, Vol 2, No. 2.
- [11] N. Nurhafiza, F. Herlinda, dan R. R. M. R. Ahmad, "Asumsi Dasar Keilmuan Filsafat dalam Bimbingan dan Konseling," *J. Bimbing. dan Konseling Terap.*, vol. 7, no. 1, hal. 42, 2023, doi: 10.30598/jbkt.v7i1.1747.
- [12] PERLS, Frederick S. *Gestaltterapi*. Gyldendal A/S, 2021.
- [13] Syafarudi dan DKK, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling Telaah Konsep , Teori Dan Praktik*. 2019.
- [14] Putri, R., Hastuti, T., & Nurhuda. (2018). Analisis pelaksanaan bimbingan dan konseling (Studi kasus pada mata pelajaran ekonomi kelas X IPS SMAN I Peranap Kabupaten Indragiri Hulu), *Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntasnsi FKIP UIR, Vol 6, No.1*.