

# Peran Psikologi Dalam Konseling

Sambas Sugiarto<sup>1</sup>, Prayitno<sup>2</sup>, Yeni Karneli<sup>3</sup>  
Program S2 Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang  
Padang Sumatera Barat Indonesia<sup>23</sup>.  
Email: sambassugiarto@gmail.com<sup>1</sup>

## Abstract

The role of psychology in counseling helps problematic individuals so that they relax their souls and also help make decisions or behaviors as a problem solving process. This study aims, so that clients are able to make decisions well and wisely and can make their souls calm in facing problems. This study uses a qualitative approach with the category of library research (library research). In psychology, which combines the soul and human behavior. Counseling in psychology is expected to be able to help individuals with problems so as to relieve their souls and also help make a decision or behavior as a process of solving the problem. Counseling psychology is the process of providing assistance by an expert (called a counselor) to an individual who is experiencing a problem (called a counselee) which leads to solving the problem faced by the client. Counseling psychology essentially helps solve client problems and as a psychological process in which clients face a problem and counseling helps improve the client's condition to return to normal or good again so that in the counseling process the client will get a new experience.

**Keywords:** Role, Psychology, Counseling.

## Abstrak

Peran psikologi dalam konseling membantu individu yang bermasalah sehingga melegakan jiwanya dan juga membantu mengambil suatu keputusan atau perilaku sebagai proses penyelesaian masalahnya. Penelitian ini bertujuan, agar klien mampu mengambil keputusan dengan baik dan bijak serta bisa membuat jiwanya tenang dalam menghadapi masalah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan kategori penelitian kepustakaan (library research). Pada keilmuan psikologi dimana menggabungkan antara jiwa dan perilaku manusia. Konseling dalam psikologi diharapkan mampu membantu individu yang bermasalah sehingga melegakan jiwanya dan juga membantu mengambil suatu keputusan atau perilaku sebagai proses penyelesaian dari masalahnya. Psikologi Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Psikologi Konseling pada hakikatnya membantu menyelesaikan masalah klien dan sebagai proses psikologis yang mana klien menghadapi suatu masalah dan konseling membantu memperbaiki keadaan klien menjadi kembali ke keadaan normal atau baik kembali sehingga didalam proses konseling klien akan mendapatkan suatu pengalaman baru.

**Kata Kunci:** Peran, Psikologi, Konseling.

## PENDAHULUAN

Psikologi konseling yang merupakan cabang dari psikologi. Psikologi berasal dari bahasa Yunani, yaitu *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi, secara harfiah psikologi adalah ilmu tentang jiwa atau ilmu jiwa. Sedangkan Konseling (counseling) biasanya kita kenal dengan istilah penyuluhan, yang secara awam dimaknakan sebagai pemberian penerangan, informasi, atau nasihat kepada pihak lain. Konseling sebagai cabang dari psikologi merupakan praktik pemberian bantuan kepada individu. Dengan mengerti pengertian psikologi dan pengertian konseling saja tidak cukup untuk kita sebagai calon konselor. Oleh karena itu, kita harus mengetahui apa sebenarnya pengertian psikologi

konseling secara utuh, selain itu juga kita dituntut mampu memahami isi dari psikologi konseling, diantaranya pengertian konseling, ciri konseling, klien dalam konseling dan manfaat psikologi dalam konseling.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, sesuai dengan obyek kajian. Maka jenis penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian kepustakaan (library research). Berdasarkan studi literatur pada tinjauan pustaka dibentuklah pertanyaan penelitian yaitu (1) apa yang dimaksud dengan psikologi konseling, (2) apa peran dan manfaat psikologi dalam konseling. Jenis data yang digunakan adalah data sekunder. Metode pengumpulan data adalah studi pustaka, yang akan digunakan untuk pengkajian studi literatur. Data yang diperoleh dikompilasi, dianalisis, dan disimpulkan sehingga mendapatkan kesimpulan mengenai studi literatur.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Psikologi Konseling

Psikologi Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Istilah ini pertama kali digunakan oleh Frank Parsons di tahun 1908 saat ia melakukan konseling karier. Berikut Pengertian Konseling Menurut Para Ahli.

#### 1. Menurut Schertzer dan Stone

Psikologi Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.

#### 2. Menurut Jones

Psikologi Konseling adalah kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi sendiri oleh yang bersangkutan. Dimana ia diberi panduan pribadi dan langsung dalam pemecahan untuk klien. Konseling harus ditujukan pada perkembangan yang progresif dari individu untuk memecahkan masalah-masalahnya sendiri tanpa bantuan.

#### 3. Prayitno dan Erman Amti

Psikologi Konseling adalah 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.

### Ciri Konseling

Dalam Willis 2004:63-64, Client-Centered Therapysering juga disebut suatu metode yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara ideal-self diri klien dengan actual self diri klien sesuai kenyataan yang sebenarnya. Ciri-ciri konseling individual ini adalah:

1. Ditujukan kepada klien yang sanggup memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
2. Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan feeling, bukan segi intelektualnya.
3. Titik tolak konseling adalah keadaan individu termasuk kondisi sosial- psikologis masa kini dan bukan pengalaman masa lalu.
4. Proses konseling bertujuan untuk menyesuaikan antara ideal-self dengan actual-self.

5. Peranan yang aktif dalam konseling dipegang oleh klien, sedangkan konselor adalah pasif-reflektif, artinya tidak semata-mata diam dan pasif akan tetapi berusaha membantu agar klien aktif memecahkan masalahnya.

Tujuan konseling adalah pengembangan kemampuan klien untuk mengatasi masalahnya, memiliki kemampuan untuk mencintai dan bekerja keras, melakukan sesuatu dengan rasa tanggung jawab dan percaya diri.

#### Klien Dalam Konseling

Konsep "psychological strength" atau "daya psikologis" Orang yang masuk ke dalam konseling pada dasarnya karena mengalami kekurangan. "Psychological Strength" atau "daya psikologis", yaitu suatu kekuatan yang di perlukan untuk menghadapi berbagai tantangan dalam keseluruhan hidupnya, termasuk menyelesaikan berbagai masalah yang di hadapinya. Dalam hubungan ini, para konselor perlu memahami konsep "Psychological strength" sebagai landasan dalam memahami kehadiran klien dalam konseling. Dari kajian berbagai teori, daya psikologis pada dasarnya merupakan suatu daya atau kekuatan yang menggerakkan individu untuk berbuat dalam menjalani tututan keseluruhan hidupnya.

Konsep daya psikologis mempunyai tiga dimensi yaitu; Pemenuhan kebutuhan, Kompetensi Intra-pribadi, Kompetensi antar-pribadi. Dimensi pemenuhan kebutuhan merujuk pada kekuatan psikis yang di perlukan untuk memenuhi seluruh kebutuhannya agar dapat mencapai kualitas kehidupan secara bermakna dan memberikan kebahagiaan. Makin banyak kekuatan psikis dalam dimensi ini, makin besar kemungkinan individu mampu memenuhi kebutuhan hidup sehingga lebih bermakna dan bahagia. Sebaliknya makin sedikit kekuatan psikis dalam dimensi ini, makin besar peluang untuk mengalami frustrasi dan ketidak efektifan hidupnya. Dimensi kedua daya psikologis berkenaan dengan kompetensi intra pribadi yaitu kekuatan yang di perlukan dalam menghadapi tuntutan yang berasal dari dalam dirinya sendiri. Dimensi ketiga daya psikologis adalah kompetensi antar pribadi, yaitu kekuatan psikis yang berkenaan dengan hubungan bersama orang lain dan pada gilirannya akan mencapai kebermaknaan hidup dan kebahagiaan hidup. Ketiga dimensi itu saling berinteraksi dalam arti apabila terjadi perubahan dalam satu dimensi menjadi lebih baik atau tidak, maka akan menyebabkan perubahan dalam dimensi lain. Tugas konselor adalah memperkuat ketiga dimensi itu sehingga saling terkait untuk memperkuat derajat fungsi daya psikis secara keseluruhan.

#### Peran dan Manfaat Psikologi Konseling

Psikologi Konseling pada hakikatnya membantu menyelesaikan masalah klien dan sebagai proses psikologis yang mana klien menghadapi suatu masalah dan konseling membantu memperbaiki keadaan klien menjadi kembali ke keadaan normal atau baik kembali sehingga didalam proses konseling klien akan mendapatkan suatu pengalaman baru. Peranan psikologi konseling terkait pada keilmuan psikologi dimana menggabungkan antara jiwa dan perilaku manusia. Konseling dalam psikologi diharapkan mampu membantu individu yang bermasalah sehingga melegakan jiwanya dan juga membantu mengambil suatu keputusan atau perilaku sebagai proses penyelesaian masalahnya.

Ada lima macam pengalaman baru yang dapat diperoleh oleh klien dalam proses konseling:

1. Mengenali konflik-konflik internal

Konseling membantu orang untuk mengenal bahwa masalah-masalah yang dialaminya sesungguhnya bersumber dari konflik-konflik yang ada dalam dirinya dan bukan karena situasi di luar dirinya.

2. Menghadapi realitas

Banyak orang menghadapi berbagai masalah dalam dirinya karena kurang mampu menghadapi realitas. Sehingga mereka tidak mengetahui realita yang sebenarnya.

3. Memulai suatu hubungan baru

Dengan adanya konseling, konseling akan memberikan peluang kepada klien untuk memperoleh hubungan baru yang mungkin belum pernah diperoleh sebelumnya. Dalam konseling ini klien berinteraksi dengan konselor dalam serangkaian wawancara konseling.

4. Meningkatkan kebebasan psikologis

Banyak orang yang menghadapi kesulitan dan masalah karena dalam dirinya terdapat kekurangbebasan dalam menyatakan hal-hal yang bersifat psikologis. Misalnya merasa takut untuk berbeda pendapat dengan orang lain, karena merasa tidak bebas untuk menyatakan perasaan tertentu.

5. Memperbaiki konsepsi-konsepsi yang keliru

Untuk dapat berbuat secara tepat, orang harus mampu mewujudkan perilaku yang didasarkan atas konsepsi secara benar. Akan tetapi orang yang memiliki konsepsi tentang perilakunya secara keliru. Makadalam proses konseling inilah semua konsepsi-konsepsi ini akan diluruskan.

## KESIMPULAN

Psikologi Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Psikologi Konseling pada hakikatnya membantu menyelesaikan masalah klien dan sebagai proses psikologis yang mana klien menghadapi suatu masalah dan konseling membantu memperbaiki keadaan klien menjadi kembali ke keadaan normal atau baik kembali sehingga didalam proses konseling klien akan mendapatkan suatu pengalaman baru.

Terdapat beberapa kepribadian konselor yang perlu diperhatikan dan harus dimiliki seorang konselor untuk kepribadiannya yaitu: memiliki kepribadian yang kuat, bersifat menerima seseorang sebagaimana adanya, empati, jaminan emosional, menghindari nasihat-nasihat, memiliki ilmu jiwa dalau atau pun psikologi dan psikoterapi. Untuk terlaksananya suatu komunikasi konseling yang dialogis dengan mengajak klien berpartisipasi secara aktif, selain dari memahami karakter klien, adalah menguasai materi bahasan dan menguasai keterampilan berkomunikasi dialogis.

Hubungan antara konselor dan klien merupakan unsur penting dalam konseling. Hubungan konseling harus dibangun secara spesifik dan berbeda dengan hubungan sosial lainnya. Karena konseling membutuhkan hubungan yang diantaranya perlu adanya keterbukaan, pemahaman, penghargaan secara positif tanpa syarat, dan empati.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amti, Erman dan Prayitno. 2004. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Jalaliddin Rakhmat. 1985. Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Jones. 1951. Principles Of Guidance and Pupil Personnel Work. New York: Mcgraw-Hill Book Company.
- Moh Surya. 2003. Psikologi konseling. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Stone & Schertzer. 1980. Fundamental of Counseling. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Willis.2004. Konseling individual, Teori dan Praktek. Bandung: Alfabeta.
- Zed, M. 2014. Metode Penelitian Kepustakaan. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.