



Pengembangan Teknik Konseling kreatif untuk Meningkatkan Efektivitas Konselor

Dearni Anggita Damanik¹, Raudho Fadila², Cutniati Plisna³, Asbi⁴

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

**Email : Dearnianggi02@gmail.com¹, raudhofadila@gmail.com²,
Cutniatiplisna12@gmail.com³, asbi@umsu.ac.id⁴**

ABSTRAK

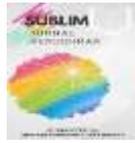
Tugas guru bk sebagai konselor sekolah meliputi memberikan nasihat, konseling, dan layanan swadaya dalam empat bidang: akademik, karier, sosial, dan pribadi. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif merupakan suatu cara untuk melihat keadaan alam dan melibatkan peneliti sebagai alat utama untuk menghasilkan strategi konseling inovatif yang dapat membantu konselor menjadi lebih efektif: 1. Teknik Visualisasi 2. Musik dan Gerakan 3. Permainan dan Aktivitas Berbasis Tim 4. Pendekatan Metaforis 5. Teknik Bermain dan Intervensi Berbasis Game Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kreatif efektif bagi konselor

Kata kunci: Bimbingan konseling, konseling kreatif

ABSTRACT

As part of the role as a school counselor, a bk teacher provides guidance, counseling and self-help services in four areas, namely personal, social, academic and career. The research method used in this research is a qualitative research method. Qualitative research method is a research method used to examine the condition of natural objects, where the researcher is the key instrument. Creative counseling techniques that can increase counselor effectiveness: 1. Visualization techniques 2. Music and movement 3. Team-based games and activities 4. Metaphorical approach 5 . Play Techniques and Game-Based Interventions Research results show that creative counseling is effective for counselors

Key words: Guidance counseling, creative counseling

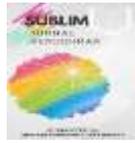


PENDAHULUAN

Pemberian bimbingan dan konseling yang profesional ditopang oleh kemampuan pengajar pengarahan dan bimbingan sebagai pelayanan bagi penyelenggara. Salah satu kemampuan esensial yang harus digerakkan oleh guru bimbingan dan konseling, khususnya kompetensi profesional. Profesionalisme Kompetensi mencakup pemahaman konseptual dan penilaian yang baik. Menguasai akan memungkinkan Anda memahami kondisi, persyaratan, dan masalah konseling. baik kerangka teoretis maupun praktis dalam konseling dan bimbingan dapat menciptakan program bimbingan dan konseling, mampu melaksanakan sistem pengarahan dan bimbingan yang menyeluruh, lebih jauh lagi, mengevaluasi siklus dan akibat dari latihan pengarahan dan bimbingan, mempunyai kesadaran dan kewajiban untuk mahir moral, dan mendominasi ide dan praktik eksplorasi dalam pengarahan dan nasehat.

Sebagai seorang konselor sekolah, tanggung jawab seorang guru bk meliputi menawarkan layanan bimbingan, konseling, dan swadaya dalam empat domain: akademik, profesional, sosial, dan pribadi. Metodologi penelitian kualitatif digunakan dalam penelitian ini. Dengan menggunakan metodologi penelitian kualitatif, peneliti dapat mengkaji situasi dunia nyata dan menggunakan temuan mereka untuk mengembangkan teknik konseling mutakhir yang akan membuat konselor lebih efektif.

Konseling kreatif adalah pendekatan dalam konseling yang menekankan penggunaan ekspresi kreatif, imajinasi, dan berbagai teknik kreatif untuk membantu individu dalam memahami diri mereka sendiri, mengatasi masalah, dan mencapai pertumbuhan pribadi. Berbeda dengan pendekatan konseling tradisional yang terutama berfokus pada percakapan verbal, konseling kreatif memanfaatkan berbagai bentuk ekspresi non-verbal dan aktivitas kreatif sebagai alat untuk pemahaman diri dan perubahan. Pendekatan konseling kreatif memungkinkan klien untuk mengeksplorasi dan mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan pikiran mereka melalui seni, permainan, gerakan tubuh, dan berbagai teknik kreatif lainnya.

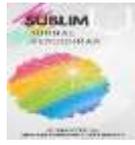


Ini memberi kesempatan kepada klien untuk menyampaikan hal-hal yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal atau untuk mengeksplorasi masalah mereka dari sudut pandang yang berbeda.

Beberapa teknik yang sering digunakan dalam konseling kreatif termasuk seni terapi, permainan peran, visualisasi, metafora, musik terapi, penulisan kreatif, dan berbagai jenis aktivitas kreatif lainnya. Pendekatan ini bertujuan untuk merangsang imajinasi, mengurangi hambatan komunikasi, meningkatkan pemahaman diri, dan memfasilitasi proses pemulihan atau pertumbuhan pribadi. Konseling kreatif tidak hanya bermanfaat bagi individu yang memiliki latar belakang seni atau kreatif, tetapi juga dapat digunakan dengan efektif untuk berbagai masalah dan populasi klien, termasuk anak-anak, remaja, orang dewasa, keluarga, dan kelompok. Pendekatan ini menekankan pada keselarasan antara keunikan individu, ekspresi kreatif, dan proses konseling yang mendukung.

Ada dua istilah yang berkaitan dengan bimbingan dan nasehat: bimbingan dan nasehat. Dalam beberapa tahun terakhir, pergantian peristiwa, istilah pengarahan bisa dikatakan lebih dikenal karena kehadirannya merujuk pada bimbingan sebagai suatu proses untuk membantu dan menguasai manusia melalui kemampuan dan korespondensi. Pengarahan dan bimbingan merupakan panggilan manusia yang dapat membantu orang-orang yang mempunyai kendala dalam menemukan ide-ide penelitian otak, ilmu pengetahuan manusia dan hipotesis kemajuan karakter. Seringkali, konselor yang bekerja dengan siswa sekolah dasar di sekolah menghadapi berbagai hambatan. Pekerjaan sebagai instruktur sekolah memerlukan pelatihan tingkat yang tidak dapat disangkal, termasuk pengajaran, perhatian, kebencian terhadap orang lain, dan keakraban dengan berbagai keadaan kehidupan yang mempengaruhi perkembangan anak-anak. Di sisi lain, penasihat sekolah mempunyai kebutuhan regulasi sebagai pekerja yang dibayar, dan di sisi lain, ia bertanggung jawab kepada siswa, orang tua, guru, kepala sekolah, dan lain-lain.

Tugas guru bk sebagai konselor sekolah meliputi memberikan nasihat, konseling, dan layanan swadaya dalam empat bidang: akademik, karier, sosial, dan pribadi. Catatan di atas mengharuskan seorang mentor kehidupan/panduan sekolah untuk menginvestasikan sebagian besar energinya pada administrasi bimbingan individu dan kumpulan, dan



akibatnya, hubungan mereka menghabiskan banyak waktunya. sebagai orang yang membantu siswa tumbuh sebagai individu. Selain kendala waktu, ada pula kendala kesengajaan. Masalah lain yang perlu diperbaiki berkaitan dengan topik dan guru kelas. Guru tidak mau meninggalkan kelas karena keinginannya membantu siswa. harus mencari pendidikan lebih lanjut. Pengecualian seorang siswa dari kelas selama beberapa sesi konseling individu dan kelompok praktis tidak dapat dicapai. Oleh karena itu, sangat penting bagi konselor sekolah untuk membatasi jumlah sesi bantuan bimbingan dengan siswa. Konselor sekolah harus berusaha menyelesaikan segala sesuatunya sesuai jadwal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif melibatkan penggunaan peneliti sebagai instrumen utama untuk menyelidiki kondisi objek alam (Sugiyono, 2016). Tergantung pada subjek kajiannya, penelitian ini termasuk penelitian kepustakaan atau kepustakaan (library study), yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi, data, dan jenis data lain yang terdapat dalam literatur.

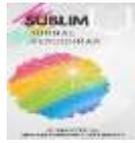
HASIL DAN PEMBAHASAN

Bimbingan dan Konseling

Tujuan bimbingan dan konseling yang berkesinambungan adalah untuk mendukung peserta didik dengan menumbuhkan suasana yang menumbuhkan kesadaran diri, pengarahan diri, dan kemampuan mengambil keputusan berdasarkan kebutuhannya sendiri dalam hal pengembangan sosial, akademik, dan karir. (Cahyaningtyas et al., 2023).

Bimbingan dan konseling adalah dua bidang yang sering kali dihubungkan karena keduanya berfokus pada membantu individu mencapai pertumbuhan pribadi, pemahaman diri, dan mengatasi masalah. Meskipun terkait, keduanya memiliki perbedaan dalam ruang lingkup dan pendekatan.

1. Bimbingan



- Bimbingan cenderung lebih bersifat preventif dan proaktif, bertujuan untuk membantu individu dalam mengembangkan keterampilan, pengambilan keputusan, dan pemahaman diri sejak dini.
- Biasanya diterapkan di lingkungan pendidikan, seperti sekolah, universitas, atau pusat karier, untuk membantu siswa atau individu muda dalam menjalani proses pendidikan dan membuat keputusan terkait karier.
- Pendekatan bimbingan dapat mencakup penyediaan informasi, konseling akademik, pengembangan keterampilan belajar, dan pengelolaan karier.

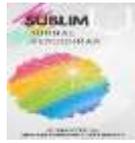
2. Konseling

- Konseling cenderung lebih fokus pada pemecahan masalah dan pemulihan, bertujuan untuk membantu individu mengatasi masalah psikologis, emosional, atau interpersonal yang sedang dihadapi.
- Biasanya diterapkan dalam konteks klinis atau mental health, di mana konselor berfokus pada penyembuhan dan pertumbuhan individu dalam menghadapi tantangan kehidupan.
- Pendekatan konseling dapat mencakup penilaian masalah, intervensi terapeutik, pengembangan keterampilan coping, dan dukungan emosional.

Meskipun demikian, bimbingan dan konseling seringkali saling tumpang tindih dan dapat melengkapi satu sama lain. Misalnya, seorang konselor sekolah mungkin memberikan konseling kepada siswa untuk mengatasi masalah emosional atau akademik mereka, sementara juga memberikan bimbingan dalam hal pengembangan keterampilan belajar atau pengambilan keputusan karier.

Keduanya memiliki tujuan yang sama, yaitu membantu individu mencapai kesejahteraan dan pertumbuhan pribadi mereka, meskipun fokus dan pendekatan mereka dapat bervariasi tergantung pada konteks dan kebutuhan klien.

Konseling Kreatif



Karena memberikan klien energi segar untuk dapat mengembangkan kepekaannya terhadap orang lain dan terhadap dirinya sendiri, maka konseling kreatif merupakan pendekatan konseling yang unik. (Harahap, 2021).

Dalam Said Alhadi dan Wahyu Nanda Eka Saputra menyatakan ada lima anggapan penggunaan seni rupa dalam konseling, yaitu sebagai berikut:

1. Karena seni visual merupakan representasi dari alam bawah sadar, maka dapat membantu orang dalam mengungkap rahasia konflik yang mereka simpan sejak awal pertemuan.
2. Sentimen simbolis yang disampaikan dengan cara yang khas, autentik, dan ampuh itulah yang dimaksud dengan seni rupa.
3. Seni rupa mempunyai kekuatan untuk menginspirasi, menghubungkan manusia dengan sisi transendennya, dan mendorong pengembangan pribadi.
4. Seni visual dapat mendukung terapi, terutama jika hal tersebut cukup membantu anak-anak merasa nyaman untuk memberikan konseling.
5. Seni rupa dapat dipadukan dengan bentuk ekspresi kreatif lainnya, seperti tari, menulis, dan

Pengembangan teknik konseling kreatif dapat menjadi cara yang sangat efektif untuk meningkatkan efektivitas konselor. Kreativitas memungkinkan konselor untuk menyesuaikan pendekatan mereka dengan kebutuhan individu klien dan situasi yang berbeda-beda. Berikut adalah beberapa teknik konseling kreatif yang dapat meningkatkan efektivitas konselor:

1. **Konseling kreatif metafora**

Dalam sistem pengarahan, setiap klien yang datang meminta bantuan mempunyai keistimewaan, baik dari segi permasalahan yang dialaminya, karakternya maupun faktor sosial riilnya yang berbeda-beda. Oleh karena itu, pemandu profesional harus menggunakan teknik imajinatif dalam melakukan sistem bimbingan. berikut adalah beberapa prosedur imajinatif yang dapat



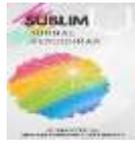
dimanfaatkan oleh pemandu; Analogi pada umumnya dicirikan sebagai pertukaran makna yang dimulai dari satu komponen ke komponen berikutnya. Perumpamaan merupakan upaya untuk menggambarkan suatu pemikiran atau persoalan secara utuh, sehingga lebih jelas. Konseli dan advokat akan lebih mampu memahami permasalahan dan merancang solusi ketika representasi kreatif digunakan dalam sesi bimbingan. Alegori mengacu pada penerapan kreatif bahasa non-harfiah, baik lisan maupun tak terucapkan, untuk mengekspresikan gagasan atau emosi. Metafora dapat digunakan untuk menjelaskan permasalahan interpersonal tertentu, membantu klien dalam mengidentifikasi dan memahami dirinya dan lingkungan sekitarnya, serta membantu klien dalam membongkar ulang permasalahannya dalam kerangka bimbingan dan konseling.

2. Konseling kreatif impact

Jacobs (1992, 1994) menjelaskan bahwa impact merupakan pendekatan dalam konseling kreatif yang menghargai ragam cara belajar, cara berubah, dan cara berkembang konseli. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya membantu konseli untuk memahami permasalahan dan solusi permasalahan secara jelas dan konkret. Konseling impact menekankan pendekatan multisensori yang melibatkan dimensi verbal, visual, dan kinestetik dalam proses konseling. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya membantu konseli untuk memahami permasalahan dan solusi permasalahan secara jelas dan konkret. Konseling impact sangat menekankan pada penggunaan teori-teori konseling secara kreatif. Proses perkembangan dan kemajuan pemahaman konseli selama sesi konseling merupakan hal yang penting dalam konseling impact. Sekalipun konselor telah ahli dalam mengimplementasikan teori konseling, akan tetapi improvisasi secara kreatif masih sangat dibutuhkan, sehingga konseli dapat berperan secara aktif dalam melibatkan verbal, visual, dan kinestetik mereka selama sesi konseling.

3. Konseling kreatif ekspresif

Salah satu cara klien mengkomunikasikan masalah mereka adalah melalui ekspresi. Ketika konselor menghadapi individu yang merasa tertantang dan ragu-



ragu untuk mengungkapkan masalahnya, mereka menggunakan strategi ini. Konselor dapat membantu klien dalam mengeksplorasi dan mengekspresikan emosinya melalui seni dengan menawarkan konseling ekspresif. Ketika seseorang sedang berjuang, seni memungkinkan mereka untuk melakukan dekompresi dan mengalami katarsis—sebuah teknik untuk melepaskan emosi—tanpa merasa tertekan untuk membicarakan masalah mereka dengan orang lain.

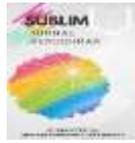
4. Konseling kreatif *Guided Imagery*

Guided Imagery adalah teknik fokus keterlibatan di mana gambar visual digunakan untuk menciptakan sensasi penguatan dan pelepasan. Sesuai (Cormier, 2009) dalam menggunakan *Guided Imagery*, klien dikoordinasikan untuk memusatkan perhatian pada kontemplasi tertentu atau gambar-gambar indah sambil membayangkan keadaan yang canggung atau menimbulkan kegugupan. Konseli diinstruksikan untuk menggunakan difokus emosional antara perasaan bahagia dan kejadian tidak menyenangkan untuk menghalangi kejadian negatif. Praktisnya, instruktur simbolisme terarah dikoordinasikan untuk berperan sebagai fasilitator atau pemandu yang memberikan klien gambaran positif yang akan dibuat.

KESIMPULAN

Pengembangan teknik konseling kreatif dapat menjadi cara yang sangat efektif untuk meningkatkan efektivitas konselor. Kreativitas memungkinkan konselor untuk menyesuaikan pendekatan mereka dengan kebutuhan individu klien dan situasi yang berbeda-beda. Berikut adalah beberapa teknik konseling kreatif yang dapat meningkatkan efektivitas konselor:

1. Teknik Visualisasi: Membimbing klien melalui visualisasi untuk membantu mereka menemukan solusi, mengelola stres, atau mempersiapkan diri untuk situasi tertentu.
2. Musik dan Gerakan: Menggunakan musik atau gerakan tubuh untuk membantu klien mengidentifikasi dan mengatasi emosi, serta meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan.



3. Permainan dan Aktivitas Berbasis Tim: Menerapkan permainan atau aktivitas kelompok yang mengarah pada pembelajaran dan pertumbuhan pribadi, serta memperkuat koneksi sosial klien.
4. Pendekatan Metaforis: Menggunakan metafora atau analogi untuk menjelaskan konsep-konsep yang kompleks atau sulit dimengerti, sehingga memudahkan pemahaman dan refleksi klien.
5. Teknik Bermain dan Intervensi Berbasis Game: Menggunakan permainan atau permainan papan yang dirancang khusus untuk mengajarkan keterampilan sosial, manajemen emosi, atau pemecahan masalah

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningtyas, R., Devi, A. F., & Utomo, A. D. K. (2023). Teknik Bimbingan Konseling Dalam Membantu Perkembangan Anak Sekolah Dasar. *TA'LIM: Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Manajemen Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Gladding, Samuel T., *The Creative Arts in Counseling: Fourth Edition, The Creative Arts in Counseling: Fourth Edition*, 2015
- HARAHAP, Z. (2021). Efektifitas Konseling Teknik Kreatif Dalam Mereduksi Perilaku Agresif Siswa Di Sman 9 Kota Jambi. *EDUCATOR : Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik Dan Kependidikan*, 1(1), 61–67. <https://doi.org/10.51878/educator.v1i1.519>
- Husni Abdillah, „Penggunaan Seni Ekspresif Dalam Bimbingan Dan Konseling“, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Asosiasi Bimbingan Dan Konseling Indonesia Pengurus Daerah Provinsi Jawa Timur*, 1.1 (2015), 43–49
- I Made Tegeh dkk, *Model Penelitian Pengembangan* (Yoqyakarta: Graha Ilmu, 2014)
- Karyanti, *Dance Counseling*, 1st edn (Yoqyakarta: Deepublish, 2018)
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional, „Standar Kualifikasi Akademik Dan Kompetensi Guru, Nomor 16 Tahun 2007 Tanggal 4 Mei 2007“, *Journal of Chemical Information and Modeling*, 2007
- Rahmi, A., & Nurhasnah, N. (2020). Pengembangan Modul Seni Kreatif dalam Memberikan Layanan Bimbingan Konseling Inovatif. *ISLAMIC COUNSELING Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 163. <https://doi.org/10.29240/jbk.v4i2.1833>