

## Teknik Konseling Individual Berwawasan Gender

Nadhifatuz Zulfa

Fakultas Ushuludin IAIN Pekalongan, Jawa Tengah Indonesia

[Efa.Zulfa@gmail.Com](mailto:Efa.Zulfa@gmail.Com)

**Abstract:** *Individual counseling techniques that are gender-sensitive, are individualized counseling techniques that are inserted by Gender Aware Counseling (GAC) techniques. That is, the counselor's assistance to the counselee (male and female), to increase gender awareness and sensitivity, broaden insights about gender roles, and help improve skills overcoming career development challenges in the background of gender relations. This technique includes, among others: attending behavior with gender insight, responding behavior, personalizing and initiating. GAC techniques that go into individual counseling techniques, among others: the conceptualisation of problems in responding, counseling interventions in personalizing, and termination after initiating. It is hoped that with this technique, able to solve problems based on gender equality, so that it will produce solutions that are gender sensitive*

**Keywords:** Individual Counseling Technique, GAC, gender sensitive

**Abstrak:** *Teknik konseling individual berwawasan gender merupakan teknik konseling individual yang disisipi teknik GenderAwareCounseling (GAC), yaitu bantuan yang diberikan konselor kepada konseli (laki-laki dan perempuan) untuk meningkatkan kesadaran dan kepekaan gender, memperluas wawasan tentang peran gender, dan membantu meningkatkan keterampilan mengatasi hambatan pengembangan karier dalam latar relasi gender. Teknik ini meliputi, antara lain: perilaku attending berwawasan gender, perilaku responding, personalizing dan initiating. Teknik GAC yang masuk dalam teknik konseling individual meliputi konseptualisasi problem dalam responding, intervensi konseling dalam personalizing, dan terminasi setelah initiating. Diharapkan dengan teknik ini mampu menyelesaikan problem-problem berbasis kesetaraan gender sehingga menghasilkan solusi-solusi yang responsif gender.*

**Kata Kunci :** Teknik Konseling Individual, GAC, sensitif gender

## 1. Pendahuluan

*Gender Aware Counseling* (GAC) adalah inovasi terapi feminis dengan pemahaman gender sebagai bentuk perubahan paradigma dari proses konseling berorientasi person ke arah orientasi sosial-person. GAC muncul sebagai usaha memfasilitasi individu secara non-sexist dibandingkan dengan terapi feminis yang hanya memfasilitasi individu perempuan dan bias pada individu laki-laki. GAC perlu dipelajari dan tekniknya perlu dikolaborasikan dalam teknik konseling individual mengingat banyaknya ketimpangan gender dalam pemberian layanan konseling individual pada klien, khususnya perempuan.

Banyak kasus bias gender dalam wacana dan praksis psikologi konseling. Kasus-kasus sensitif yang dibawa klien wanita menunjukkan gejala-gejala keterbatasan pemahaman konselor tentang problem klien yang sarat dengan bias gender. Solusi yang diambil sering memojokkan klien perempuan terhadap aspek peran tradisional sehingga perempuan merasa dirugikan. Penyebabnya adalah Pemahaman konselor akan kesetaraan gender masih terbatas dan dipengaruhi oleh budaya patriarki setempat. Juga teknik yang dilakukan sama sekali bias gender, sehingga analisis pengambilan keputusan dirasa membuat perempuan masih menjadi bagian sub-ordinal laki-laki dan harus menerima kenyataan tentang ketimpangan perilaku dan konsep diri serta harga diri yang rendah.

## 2. Pembahasan

Keberadaan layanan Gender Aware Counseling (GAC) dibutuhkan mengingat layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan selama ini seringkali diwarnai bias-bias gender. Bias-bias gender tersebut bersumber dari pemahaman konselor yang menyamaartikan seks dengan gender, sikap dan pandangan konselor tentang

hakikat manusia sehat yang berorientasi androsentrik, kegiatan bimbingan dan konseling yang memihak jenis kelamin tertentu (*sexism*), dan penelitian dalam bimbingan dan konseling yang tidak berperspektif gender (Pajares, 2002; Agustinar, 2008). Seks dan gender adalah dua istilah yang berbeda. Seks adalah atribut biologis manusia selaku laki-laki atau perempuan, sebaliknya, gender adalah atribut sosial seseorang selaku laki-laki atau perempuan. Penyamaartian seks dan gender melahirkan peran gender berorientasi androsentrik yang membedakan secara permanen sifat, peran, dan posisi antara perempuan dan laki-laki. Sifat feminim untuk perempuan dan sifat maskulin untuk laki-laki, peran domestik untuk perempuan dan peran publik untuk laki-laki, posisi ter subordinasi bagi perempuan dan mendominasi bagi laki-laki. Pembedaan peran gender laki-laki dan perempuan tidak dipermasalahkan sepanjang tidak menimbulkan ketidakadilan gender, karena keduanya memang memiliki kodrat masing-masing. Namun kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa perbedaan peran gender menimbulkan ketidakadilan gender dalam bentuk marginalisasi, subordinasi, *stereotype*, kekerasan, beban kerja yang berat, dan sosialisasi nilai peran gender yang diskriminatif.

Keberadaan GAC yang dikolaborasikan dengan teknik konseling individu merupakan bentuk usaha memasukkan teknik berbasis gender ke dalam layanan konseling individu. Teknik konseling individu berbeda dengan teknik konseling kelompok pada umumnya, sehingga GAC dirasa lebih cocok jika dipadu-padankan ke dalam teknik konseling individu dibanding ke dalam teknik konseling kelompok yang lebih banyak melibatkan klien ke dalamnya.

## 2.1. Konseling Berwawasan Gender

Dalam sejarah perkembangan Bimbingan dan Konseling di manca negara, bias-bias gender dalam praksis bimbingan dan konseling telah direspon oleh para konselor *feminist* dengan mengembangkan bimbingan dan konseling feminis, sasarannya memberdayakan perempuan. Tetapi, bimbingan dan konseling feminis pun dianggap bias gender karena sasarannya hanya berfokus pada pemberdayaan dan pemecahan masalah perempuan. Karena itu para teoretisi dan praktisi bimbingan dan konseling mengembangkan Konseling Berwawasan Gender (*gender aware counseling*), yakni bantuan yang diberikan konselor kepada konseli (laki-laki dan perempuan) untuk meningkatkan kesadaran dan kepekaan gender, memperluas wawasan tentang peran gender, dan membantu meningkatkan keterampilan mengatasi hambatan pengembangan karier dalam latar relasi gender (Good, G. & Scher, 1990).

Konseling berperspektif gender berkembang secara evolusi sebagai respon terhadap adanya bias-bias gender dalam pelaksanaan konseling konvensional. Bias-bias gender tersebut adalah: 1) penekanan pada peran gender tradisional (psikologi berasumsi masalah perempuan akan terselesaikan melalui perkawinan atau dengan menjadi isteri yang baik, 2) bias dalam harapan-harapan atau sikap-sikap yang merendahkan perempuan (menganggap tidak pantas) sikap asertif dan aktualisasi diri perempuan dan menekankan pentingnya ciri-ciri *dependensi* dan *positivitas* bagi perempuan yang asertif dan menampilkan dorongan kuat untuk berprestasi sebagai memiliki *penis envy*, secara langsung maupun tidak langsung mengindikasikan bahwa perempuan adalah obyek seksual laki-laki dan harus menyesuaikan diri dengan peran tersebut. Pada awalnya, terjadinya bias-bias dalam pelaksanaan konseling direspon oleh para konselor feminis dengan

mengembangkan konseling feminis, sasarannya memberdayakan perempuan. Tetapi konseling feminis pun dianggap bias gender karena sasarannya hanya berfokus pada pemecahan masalah perempuan sehingga tidak bisa diterapkan dalam mengkonseling laki-laki. Konseling berperspektif gender merupakan layanan konseling yang mengintegrasikan pendekatan konseling berlatar teori belajar sosial dengan prinsip-prinsip dasar gender. Konseling ini dibangun atas dasar filosofi *intersubjektivitas*, yakni hubungan laki-laki dan perempuan (relasi gender) adalah hubungan setara. Relasi yang berdasar pada pandangan bahwa “aku” dan “kau” adalah hubungan antar manusia. Artinya “aku” dan “kau” sama-sama manusia meskipun “aku” dan “kau” beda dalam fisik tetapi dalam kehidupan sosial jangan dibedakan. Oleh karena itu, pandangan konseling berperspektif gender ini disebut *non-sexism*. Konseling berperspektif gender ini berada pada lintas paradigmatik, yaitu integrasi antara psikologi *internal* (androgini), *eksternal* (lingkungan) relasi sistemik (relasi gender) dan kontekstual (rasa keberhasilan dalam studi dan karir). Meski demikian, dasar teori utama konseling berperspektif gender adalah teori belajar sosial dalam latar gender. Prinsip perubahan konseling berperspektif gender ini adalah perilaku bermasalah (kognisi, emosi, merupakan hasil *unlearning, learning & relearning*) dan bisa diubah dengan pengalaman belajar yang baru.

## 2.2. Teknik GAC dalam konseling Individual

Konseling individual memiliki 3 tahapan, yakni tahap awal, tahap pertengahan/kerja, dan tahap akhir (Juntika, 2011). Pada ketiga tahapan konseling individual ini, seorang konselor harus menguasai keterampilan dari teknik konseling individual, yang terbagi dalam empat tahapan teknik. Disebut tahapan teknik, karena teknik yang dilakukan harus bertahap dan urut. Dalam setiap teknik

tahapan, ada keterampilan yang harus dikuasai. Dari setiap tahapan inilah, teknik Gender Aware Counseling disisipkan ke dalamnya untuk menghasilkan teknik konseling individual berwawasan gender.

### 2.2.1. Attending

Attending dalam kamus bahasa inggris berarti melayani. Perilaku attending berarti perilaku melayani klien dengan menggunakan keterampilan konseling. Carkhuff dalam Lubis (2011: 92) menyatakan bahwa melayani klien secara pribadi merupakan upaya yang dilakukan konselor dalam memberikan perhatian secara total kepada klien. Hal ini ditampilkan melalui sikap tubuh dan ekspresi wajah.

Disebut juga sebagai perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik adalah kombinasi ketiga komponen tersebut sehingga akan memudahkan konselor untuk membuat klien terlibat pembicaraan dan terbuka. *Attending* yang baik dapat: (1) meningkatkan harga diri klien; (2) menciptakan suasana yang aman; (3) mempermudah ekspresi perasaan klien dengan bebas.

Berikut akan dikemukakan penampilan (*attending*) yang baik menurut Willis (2011: 160-161): 1) kepala; melakukan anggukan jika setuju; 2) ekspresi wajah; tenang, ceria, dan senyum; 3) posisi tubuh; agak condong kearah klien, jarak konselor-klien agak dekat, duduk akrab berhadapan atau berdampingan; 4) Tangan; variasi gerakan tangan atau lengan spontan berubah-ubah menggunakan tangan sebagai isyarat, menggunakan gerakan tangan untuk menekankan ucapan; ©) Mendengarkan; aktif penuh perhatian, menunggu ucapan klien hingga selesai, dian (menanti saat kesempatan bereaksi), perhatian terarah pada lawan bicara.

Menurut Willis, *attending* yang baik ini sangat dibutuhkan, karena dapat:

1) Meningkatkan harga diri klien; 2) Menciptakan suasana yang aman dan; 3) Mempermudah ekspresi perasaan klien dengan bebas. Adapun perilaku attending yang tidak baik menurut Willis (2011: 161) adalah: 1) Kepala; kaku. 2) Muka; kaku, ekspresi melamun, mengalihkan pandangan, tidak melihat saat klien sedang bicara, mata melotot; 3) Posisi tubuh, tegak kaku, bersandar, miring, jarak duduk dengan klien menjauh, duduk kurang akrab dan berpaling; 4) Memutuskan pembicaraan, berbicara terus tanpa ada teknik diam untuk memberi kesempatan klien berfikir dan berbicara; ©) Perhatian; terpecah, mudah buyar oleh gangguan luar.

Perilaku *attending* yang baik menghasilkan klien yang *involve*, dengan indikasi klien merasa nyaman, merasa masuk ke dalam konseling dan merasa terlibat juga merasa ada yang ikut membela dan merasakan penderitaannya. Konselor harus memiliki pemahaman dan kesadaran terhadap kesetaraan gender (Sanyata, tt), sehingga konselor bisa mengaplikasikan keterampilan konseling yang sadar gender dalam perilaku *attending* dengan baik, yaitu meliputi keterampilan *structuring* (keterampilan menstruktur/memimpin), *attending personally* (keterampilan melayani pribadi), *observing* (keterampilan mengobservasi), *positioning listening* (keterampilan dalam mendengarkan), dan *Emphaty* (keterampilan berempati).

### 2.2.2. Responding

Respon berwawasan gender dari konselor memungkinkan klien melakukan eksplorasi terhadap kedudukan dan hubungannya dengan dunia. Untuk itu konselor harus mendengarkan pernyataan klien baik-baik agar dapat merespon dengan tepat. Merespon berarti memasuki "*frame of reference*" klien (dunia klien) dan mengomunikasikannya kepada klien tentang apa yang konselor dengar. Dengan kata lain, ada dua perangkat keterampilan yang diperlukan untuk merespon, yaitu

membedakan secara akurat dimensi-dimensi pengalaman klien, dan mengomunikasikan secara akurat kepada klien dimensi-dimensi yang diterima dan dipahami konselor itu (Abimanyu dan Amrinhu, tt: 108).

Pada tahapan teknik responding, diberlakukan konseptualisasi problem. Hal ini termasuk ke dalam asesmen awal GAC. Proses konseptualisasi problem sebagai upaya untuk memahami persepsi individu terhadap masalahnya (Good, 1990). Konselor menggunakan GAC untuk membantu konseli memahami peran sosial gender yang selama ini dimainkan oleh individu. Konseptualisasi problem difokuskan pada persepsi individu terhadap masalah yang dihadapi terutama berkaitan dengan peran-peran gender yang selama ini diyakini oleh individu. Pada tahap konseptualisasi masalah, konselor akan memiliki informasi awal tentang individu khususnya problem berbasis gender (sanyata, tt: 7-8).

Wawancara awal mengenai masalah klien jika mendapatkan respon yang tepat dari konselor, maka klien akan terus mengeksplorasi pengalamannya dan menjawab pertanyaan-pertanyaan dari dalam dirinya sendiri. Dengan adanya respon, klien dapat merasakan bahwa konselor benar-benar memahami masalah klien. Respon yang diberikan secara terus menerus dan tepat juga dapat memecahkan problem klien.

Perilaku responding ini didukung menurut Abimanyu dan Marinh (Tt: 101-107) oleh keterampilan dasar sebagai berikut:

a. Mengajak terbuka untuk berbicara

Setelah tahap persiapan konseling dirasa cukup dan klien tampak mulai terdorong untuk “*involve*” secara aktif maka konseling dapat melangkah ke tahap pertama proses konseling dengan mengajak klien memulai berbicara, misalnya:

“Apa yang dapat saya bantu?”

“Apa yang dapat saya lakukan untuk membantu Anda?”

“Ceritakan kepada saya apa yang menusahkan Anda?”

“Apa yang sedang Anda pikirkan?”

b. Pertanyaan terbuka

Pertanyaan atau pernyataan terbuka mengajak klien untuk mengarahkan pembicaraannya dengan memberikan lebih banyak uraiannya mengenai hal yang telah dikemukakannya. Contoh: “Bagaimana perasaan ibu ketika tahu dia kecanduan obat terlarang itu?” “Usaha-usaha apa yang telah ibu lakukan untuk memutuskan ketergantungannya pada obat terlarang itu?”

c. Mendengarkan secara akurat

d. Mengikuti pokok pembicaraan

e. Dorongan minimal.

Dorongan minimal adalah suatu isyarat, anggukan, sepele kata, gerakan anggota badan, atau pengulangan kata-kata kunci untuk menunjukkan bahwa konselor mempunyai perhatian dan mengikuti dengan baik pembicaraan klien. Dorongan minimal juga memberikan kesempatan dan keleluasaan kepada klien untuk terus berbicara. Contoh dorongan minimal yaitu “O-ya”, “Ya.”, “Mmm.”, dan “Jadi?”

f. *Paraphrase* dan refleksi

*Paraphrase* dan refleksi dilakukan dengan menyimpulkan atau menyaringkan pernyataan klien. Contoh: Klien : “Semuanya membosankan. Tidak ada sesuatu yang baru, tidak ada yang menyenangkan. Semua teman-teman saya pergi meninggalkan saya. andai kata saya mempunyai uang, saya sudah dapat berbuat banyak.” Konselor (*paraphrase*): “Tanpa mempunyai uang dan teman, tidak ada satupun yang dapat Anda kerjakan seskarang ini.”

Konselor (refleksi): “Anda merasa bosan dengan keadaan yang Anda alami saat ini.”

g. Merangkum (*summarizing*)

Dalam merangkum hal-hal yang telah terjadi selama wawancara dengan klien, konselor harus mampu menganalisis dan mengikat dalam satu pernyataan singkat tentang ide-ide dan perasaan-perasaan mereka. *Summarizing* ini bertujuan untuk memberikan sentuhan perasaan kepada klien agar terdorong dalam menemukan ide-ide dan perasaan, serta kesadaran belajar dan pemecahan masalah (Effendi, 2016: 189).

Contoh: "Anda telah mendiskusikan pendapat Anda mengenai kedudukan Anda dalam pekerjaan masa lalu, baik itu hal-hal yang Anda tidak sukai maupun yang Anda sukai. Anda telah bicarakan pula rencana untuk melatih diri sehubungan dengan jabatan Anda. Anda siap untuk melihat pertimbangan-pertimbangan lain dalam merencanakan suatu karir baru."

h. Klarifikasi

Menjernihkan suatu materi pembicaraan yang masih kabur, akan membawa pada fokus pembicaraan yang lebih tajam dan jelas. Konselor dapat meminta penjelasan kepada klien bilamana dalam menyampaikan pesan masih kabur, kurang lengkap, membingungkan, atau kata-kata klien demikian kacau (Effendi, 2016: 180). Kata-kata konselor untuk meminta lebih jelas tentang pesan yang disampaikan klien, antara lain sebagai berikut: "Saya kurang jelas bagaimana perasaan Anda terhadap jabatan yang Anda emban sekarang?" "Dapatkah Anda mengulang secara singkat dan berikan gambaran sekali lagi?" "Saya kurang mengerti, dapatkah Anda menceritakan lagi?"

Untuk merespon klien dengan baik, ada tiga jenis responding yang bisa digunakan oleh konselor, yaitu: merespon isi, merespon perasaan dan merespon arti.

a. Merespon isi

Respon konselor terhadap ekspresi klien yang pertama adalah respon terhadap isi pernyataan klien. Unsur-unsur dari isi menekankan pertanyaan dasar 5W+1H. Unsur-unsur isi juga menekankan urutan kepentingan dan hubungan sebab akibat dari kejadian-kejadian. Konselor merespon isi agar memperjelas unsur-unsur pengalaman klien yang penting. Mempunyai data isi yang akurat memungkinkan konselor mewujudkan respon dalam memberi bantuan, yaitu merespon perasaan dan merespon arti (Abimanyu dan Marinho, Tt: 108). Dalam merespon akan digunakan paraphrase dan reflektif. Konselor memparafrasakan atau merefleksikan isi dengan cara mengatakan kepada klien dengan singkat dan jelas dengan kata-kata konselor sendiri tentang hal-hal yang paling penting yang telah dikatakan oleh klien kepada konselor. Konselor mencoba menangkap unsur-unsur esensial dari perkataan klien kemudian merefleksikannya kembali kepada klien (Geldard and Geldard, 2011:72).

Ada tiga cara dasar untuk merespon isi, yaitu: 1) Respon secara kronologis. Respon terhadap isi yang dikemukakan klien secara kronologis berarti konselor merespon berdasarkan urutan kejadiannya. Formatnya yaitu: "Anda mengatakan bahwa apa yang terjadi pada diri Anda adalah ....(kejadian pertama)...., kemudian diikuti dengan ....(kejadian kedua).... dan akhirnya ....(kejadian ketiga)...." 2) Respon isi berdasarkan pentingnya. Respon konselor yang ditunjukkan untuk mengorganisasikan isi ekspresi yang berdasarkan pentingnya isi tersebut, berarti konselor mengorganisasikan isi dari yang paling penting ke yang kurang penting. Formatnya yaitu: "Anda mengatakan ....(paling penting)...., ....(agak penting).... dan ....(kurang penting)....";

3) Respon isi berdasarkan sebab-akibat  
Ini berarti mengidentifikasi tentang bagaimana satu kejadian atau tindakan menghasilkan terjadinya kejadian lainnya (Abimanyu dan Marinhu, Tt: 109-111). Format yang digunakan adalah: “Anda mengatakan bahwa ...(penyebab)... maka ....(akibat)....”

b. Merespon Perasaan

Merespon perasaan adalah keterampilan yang penting dalam memberi bantuan karena perasaan merefleksikan pengalaman efektif tentang diri klien sendiri terhadap dunia mereka. Klien mungkin mengekspresikan secara verbal atau langsung perasaan-perasaan yang mendominasi mereka. Atau klien mungkin hanya mengekspresikan perasaan-perasaan mereka secara tidak langsung melalui tekanan suara, atau melalui pendeskripsian situasi yang mereka hadapi sendiri. Konselor hendaknya dapat menunjukkan secara eksplisit pada klien level pemahaman kita tentang perasaan klien (Abimanyu dan Marinhu, Tt: 112-118).

1) Mengajukan pertanyaan empati

Untuk merespon perasaan klien, konselor harus mengobservasi tingkah lakunya dengan memperhatikan postur klien dan ekspresi wajahnya. Ekspresi pribadi klien dan tekanan suara akan mengatakan pada konselor banyak hal tentang bagaimana pengalaman mereka sendiri. Selanjutnya konselor harus meringkas apa yang telah dilihat dan didengar yang menandakan perasaan klien. Kemudian konselor menanyakan kepada dirinya sendiri “Jika saja klien dan saya mengajarkan dan mengatakan hal-hal ini, bagaimana perasaan saya?”

2) Menjawab pertanyaan empati

Setelah konselor mendengarkan pernyataan klien dengan cermat, maka konselor hendaknya

mengajukan pertanyaan empati dalam dirinya sendiri, “Akan bagaimanakah perasaan saya jika saya adalah klien tersebut?”. Kemudian setelah beberapa saat mengingat kembali isi pernyataan klien, maka konselor dapat menjawab “Saya akan merasa sedih jika saya adalah klien itu”. Akhirnya respon konselor yang empati terhadap pernyataan klien tersebut adalah “Anda merasa sangat sedih”.

3) Mengembangkan respon yang dapat dipertukarkan

Suatu respon dapat dipertukarkan jika konselor dan klien mengekspresikan perasaan yang sama. Secara operasional dalam hal perasaan yang diekspresikan, konselor dapat mengatakan apa yang dikatakan oleh klien. Respon pertama yang konselor kemukakan hendaknya mencakup kata-kata perasaan yang sederhana yang merefleksikan perasaan-perasaan yang diekspresikan klien. Konselor dapat mengajarkan ini dengan menggunakan format yang sederhana yaitu “Anda merasa....” Sebelum konselor pindah ke komunikasi yang lebih kompleks, ia harus belajar memformulasikan respon yang sederhana itu terlebih dahulu.

4) Mengembangkan kata-kata perasaan

Konselor dapat mengatakan bahwa ia merespon perasaan klien jika konselor dapat menangkap esensi dari perasaan klien dalam satu atau lebih kata-kata perasaan. Konselor perlu mengembangkan perbendaharaan kata-kata perasaan. Konselor juga harus dapat mengomunikasikan kepada klien pemahaman konselor tentang perasaan-perasaan klien.

5) Merespon perasaan sedih

Satu dari perasaan-perasaan yang umumnya mendominasi klien adalah sejenis perasaan sedih atau murung. Level energi klien seperti itu rendah. Suatu saat ia mengemukakan perasaannya “Yang ada dalam pikiran saya adalah bahwa saya tidak dapat berhasil”. Kata perasaan yang sangat cocok dengan ekspresi klien seperti itu adalah “Anda merasa berkecil hati?”

6) Merespon perasaan senang

Pada saat-saat tertentu yaitu jika klien telah menemukan arah atau jalan keluar dari masalahnya ia merasa gembira. Keseluruhan sikapnya berubah. Perasaan gembira seperti itu perlu mendapat respon. Dalam keadaan gembira itu klien mungkin berkata “Wou, saya tidak sabar lagi. Saya ingin segera memulainya.” Kemudian konselor merespon ekspresi itu sebagai berikut “Anda benar-benar merasa gembira”.

7) Respon terhadap rasa marah

Semakin klien mengekspresikan perasaannya, semakin berkurang kemungkinannya ia bertindak destruktif. Dengan kata lain, semakin banyak klien mengekspresikan perasaannya, semakin klien dapat menyalurkannya secara konstruktif. Contoh ekspresi marah: Klien: “Persetan dengan dia. Suatu saat akan kutemui lagi dia dan rasakan pemabalasanku!” Konselor: “Anda merasa sangat marah.”

c. Respon arti

Repon konselor harus dilengkapi dengan respon arti, yaitu kombinasi dari respon isi dan respon perasaan. Isi digunakan untuk membuat perasaan menjadi berarti. Isi memberikan arti intelektual pada ekspresi pengalaman klien. Misalnya Ahmad merasa senang karena naik

kelas (Abimanyu dan Marinho, Tt: 119-122).

1) Respon yang dapat dipertukarkan Respon terhadap arti tidak lengkap jika tidak mengombinasikan perasaan dan isi. Pemahaman terhadap ekspresi klien dapat dikomunikasikan dengan melengkapi respon perasaan dengan respon isi, sehingga respon seperti benar-benar dapat membantu secara penuh. Misalnya dalam respon berikut: “ Anda mengatakan bahwa...” adalah respon terhadap ekspresi isi; dan respon “Anda merasa...” adalah respon terhadap ekspresi perasaan. Jika kedua respon ini dijadikan satu maka terwujudlah respon arti. Format yang efektif bagi respon arti yang dapat dipertukarkan itu “Anda merasa...karena...”.

2) Respon terhadap perasaan dan isi yang banyak

Jika konselor tidak merespon pada isi dan perasaan, konselor akan tidak bisa membawa proses bantuan itu ke tahap tindakan. Ini berarti konselor akan gagal membantu klien, dan pada gilirannya klien sendiri akan gagal dalam mengatasi masalahnya.

Untuk memahami pelaksanaan respon terhadap perasaan dan isi yang banyak, perhatikan contoh berikut ini:

Klien : “Saya benar-benar marah kepada mereka. Pertama mereka memberi saya kesempatan dan kemudian mereka cabut kembali.”

Konselor: “Anda merasa geram karena mereka curang pada Anda.”

Klien : “Sekarang kesempatan itu tidak ada lagi. Saya benar-benar sedih memikirkannya.”

Respon konselor selanjutnya dapat berbentuk respon isi dan perasaan yang ganda (yang mencakup respon atas pernyataan klien

pertama ataupun kedua). Respon konselor itu diantara lain adalah "Anda merasa geram mereka curang, dan sekarang anda sedih karena kehilangan kesempatan."

3) Respon terhadap perasaan dan isi yang sulit

Dalam beberapa hal, bisa saja klien masih merasa ragu-ragu terhadap kemampuan konselor untuk membantu atau mungkin pula klien masih ragu-ragu apakah konselor bisa dipercaya dalam membantu persoalan yang sangat pribadi, dan lain-lain keraguan masih banyak lagi. Konselor hendaknya cepat tanggap dan merespon seperti format berikut "Anda merasa ragu-ragu terhadap saya, karena anda mengira saya tidak mampu memahami diri sendiri".

### 2.2.3. *Perzonalizing/Personalisasi*

*Perzonalizing/personalisasi* adalah dimensi yang lebih kritis bagi perubahan klien. Dikatakan kritis, karena ia menekankan peragasaan tanggung jawab klien akan masalah-masalahnya; dan mencakup arah di balik materi yang diekspresikannya. Manakala konselor mengatakan lagi secara akurat kepada ekspresi-ekspresi klien, ia memudahkan pemahaman klien akan dimana dirinya berada sekaitan dengan keinginan dan kebutuhannya (Abimanyu dan Marinh, Tt: 131).

Teknik GAC yang digunakan pada perilaku *personalizing* adalah intervensi konseling. Rentang intervensi pada *gender aware therapy* meliputi diskusi langsung, memberikan motivasi, memberi klarifikasi, melakukan interpretasi, konfrontasi, memberi informasi, eksperimentasi, modeling, terbuka, bibliotherapy dan dukungan dari kelompok. Konselor membantu menginternalisasi pemahaman dan pandangan tentang stereotype gender dalam pandangan laki-laki dan perempuan.

Pengetahuan, pemahaman dan perspektif baru individu tentang gender akan bermanfaat untuk memberi peluang melatih keterampilan dan sikap dalam kehidupannya. Setelah individu memiliki pengetahuan, pemahaman dan pandangan baru tentang konsep gender melalui diskusi maka individu didorong untuk melakukan eksplorasi, bagaimana implikasi perubahan untuk mencegah problem sosial terkait dengan gender (Sanyata, Tt: 8).

#### 1) *Perzonalizing* makna/arti

Personalisasi arti adalah langkah pertama seorang konselor memudahkan pemahaman klien mengapa pengalaman itu penting akan dirinya. dengan demikian mempersonalisasi arti adalah langkah utama menuju pemahaman klien tentang kedudukan dalam hubungan dengan tujuan yang mereka inginkan atau kebutuhan kebutuhan yang ingin mereka capai.

#### Contoh :

➤ Konseli : "Saya selalu kesiangan kuliah, karena kamar mandi di asrama terbatas sehingga antrunya lama, di jalan macet belum lagi angkotnya suka nunggu lama. Di kelas suka kecapean sehingga tidak mudah konsentrasi"

➤ Konselor : "Anda suka kesiangan kuliah karena belum dapat mengatur kebutuhan waktu secara tepat agar tidak terburu-buru ke kelas"

➤ Konseli : "Saya sering tidak mengerjakan tugas karena dosen tidak jelas menyampaikan kapan tugas dikumpulkan, sulit memperoleh bahan dan saya tidak punya waktu untuk bertanya kepada teman"

➤ Konselor : "Anda kesulitan mengerjakan tugas karena tidak minta penjelasan kepada dosen, dan sulit bertanya kepada teman" (Musnamar, 2008: 185)

#### 2) Keterampilan mempersonalisasikan masalah

Pesonalisasi masalah di dasarkan pada personalisasi arti. Konselor mempersonalisasi masalah jika ia ingin membutuhkan klien yang memahami apa yang membuat mereka tidak terpecahkan. *Personalizing problems* terdiri atas: *conceptualizing deficits*, *internalizing deficits*, *concretizing deficits*, *personalizing feeling about deficits*, *confronting deficits*.

a) *Conceptualizing deficits*

Dalam mengkonseptualisasi kekurangan-kekurangan, kita dapat menanyakan pertanyaan seperti: Hal apa yang hilang sehingga menyebabkan masalah? Pertanyaan tersebut dapat dengan bebas ditanyakan terhadap sumber masalah. Hal itu dimaksudkan untuk memastikan bahasan hilang, yang berkontribusi terhadap masalah. Terkadang pada awalnya kita tidak menyadari apa yang mungkin menjadi bahasan hilang tersebut. Kita harus mencari pemberi informasi dan orang lain yang dapat memberi saran. Sebagai contoh, hubungan interpersonal yang fasilitatif bisa saja hilang dalam komunikasi gangguan komunikasi dengan orang tua, teman, guru atau pegawai kita. Dalam ilustrasinya, saat helpee kehilangan kesempatan, inisiatif juga hilang. Mungkin tidak seorang pun mengambil inisiatif untuk membuat kesempatan tersebut menjadi jelas baginya. Tentu saja, helpee tidak akan mengambil inisiatif untuk mengambil untung dari kesempatan tersebut. Kita dapat mengkonseptualisasikan kekurangan-kekurangan yang ada pada helpee dengan memakai format : “Kau merasa \_\_\_\_\_ karena \_\_\_\_\_ telah hilang.” Contoh: “Kau merasa frustrasi karena inisiasi yang kau miliki telah hilang.”

b) *Internalizing deficits*

Kita harus menginternalisasi kekurangan-kekurangan. Hal ini dimaksudkan agar helpee dapat

memperhitungkan dan bertanggung jawab atas peranan mereka dalam kekurangan-kekurangan tersebut. Mereka harus menanyakan dan menjawab pertanyaan seperti : “Hal apa yang ada padaku sehingga menyebabkan masalah?” Sebagai contoh, mereka (helpee) dapat menemukan peranan masing-masing dalam gangguan komunikasi dengan orangtua atau teman, dalam proses belajar dengan guru atau juga dalam bekerja dengan sesama pegawai. Dalam pemberian respon terhadap kekurangan yang terinternalisasi atas hilangnya kesempatan helpee, kita dapat menginternalisasikan kekurangan tersebut melalui format sebagai berikut, “Kau merasa \_\_\_\_\_ karena kau tidak bisa \_\_\_\_\_.”

Contoh: “Kau merasa frustrasi karena kau tidak bisa mengambil inisiatif.”

c) *Concretizing deficits*

Akhirnya, merupakan hal penting untuk menkonkritkan kekurangan-kekurangan yang ada. Jika kita dapat mengkonkritkan kekurangan tersebut, kita akan mampu untuk mengkonkritkan tujuan dan kemudian membuat tujuan tersebut dapat diraih. Dalam mengkonkritkan kekurangan, kita menjawab pertanyaan: “Bagaimana bisa kita mengamati atau mengukur kekurangan?” Sebagai contoh, dalam gangguan komunikasi, kita bisa mengamati atau mengukur kekurangan melalui criteria kurangnya perhatian dan tanggapan antara berbagai pihak. Dalam mengkonkritkan kurangnya inisiatif helpee, kita dapat mengamati atau mengukur kekurangan tersebut melalui ketidakmampuan untuk mengambil langkah perencanaan dalam mengambil keuntungan dari suatu kesempatan, saat kesempatan tersebut muncul. Dalam mengkonkritkan kekurangan, kita dapat menggunakan format: “Kau merasa \_\_\_\_\_ karena kau

tidak bisa \_\_\_\_\_ seperti yang ditunjukkan oleh \_\_\_\_\_.”

Contoh: “Kau merasa frustrasi karena kau tidak bisa mengambil inisiatif, seperti yang ditunjukkan oleh ketidakmampuanmu untuk mengambil langkah yang tepat pada waktu

*d) Personalizing feeling about deficits*

Kita akan mempersonalisasikan perasaan baru yang menyertai masalah yang terpersonalisasi. Mempersonalisasikan perasaan menekankan pada pemberian respon terhadap apa yang helpee rasakan tentang kekurangan mereka. Hampir pada umumnya, pengalaman helpee tersusun atas perasaan ‘down’ dan perasaan sedih. Saat kita terus menanyakan pertanyaan tentang perasaan seperti, “Apa yang membuatku merasakan ini?”, kita juga biasa mengakhirinya dengan perasaan-perasaan, termasuk perasaan kecewa. Contohnya, rasa sakit hati, disakiti, lemah dan mudah terluka biasanya menjadi perasaan-perasaan tentang kekecewaan diri karena helpee kurang tanggap dalam menangani keadaan mereka. Kemudian, helpee merasakan kecewa di dalam dirinya karena gangguan dalam berkomunikasi. Begitu pula halnya, helpee kecewa karena kurangnya inisiatif dalam dirinya. Anda merasa (perasaan yang lebih jatuh lagi terhadap diri sendiri) karena Anda kekurangan \_\_\_\_\_

Contoh: “Kamu merasakan kecewa terhadap dirimu sendiri karena kekuranganmu dalam mengambil inisiatif.”

*e) Confronting deficits*

Terkadang kita dapat memilih mempercepat personalisasi masalah-masalah melalui konfrontasi. Konfrontasi bisa melalui berbagai bentuk. Kita dapat menghadapi helpee yang perilakunya tidak sesuai dengan apa yang mereka katakan. Terkadang

kita menunjuk kepada ketidak sesuaian antara apa yang dikatakan helpee tentang perasaannya dan apa yang mereka tunjukan dalam perbuatan. Ketidaksesuaian tersebut dapat berada antara bagaimana helpee sesungguhnya dan bagaimana mereka ingin terlihat. Ketidak sesuaian juga bisa berada di antara sudut pandang dan tindakan. Dalam membuat suatu konfrontasi biasanya paling efektif untuk menggunakan format konfrontasi ringan seperti “disatu pihak kau mengatakan/ merasakan/ melakukan \_\_\_\_\_ sementara dipihak lain kau mengatakan/ merassakan/ melakukan \_\_\_\_\_.” Ketika konfrontasi semacam ini dibuat dalam konteks hubungan yang terpersonalisasi, mereka dapat mempromosikan suatu penyelidikan akhir terbuka pada perilaku. Konfrontasi yang efektif selalun diikuti oleh respon helper yang efektif pula. Ingatlah bahwa konfrontasi tidak akan pernah seperlunya dan tidak pernah secukupnya. Bagaimanapun dalam penanganan helper yang efektif, konfrontasi bisa menjadi perangkat efisien untuk mendaur ulang pemahaman dan penyelidikan yang lebih jauh lagi. (UPI, 2017)

Contoh: Kamu mengatakan bahwa kamu merasa kecewa pada kekurang inisiatifanmu, akan tetapi kamu tidak berbuat apa-apa mengenai hal itu.

*Personalisasi implikasi:*

Mempertimbangkan impikasi-implikasi pribadi bagi klien. Konselor dapat mempersonalisasi implikasi untuk berbagai jenis pengalaman kehidupan belajar dan kerja. Misalnya: dalam kasus klien kehilangan kesempatan belajar , konselor setelah mengajukan pernyataan implikasi ia dapat membuat suatu responyg di personalisasikan terhadap pengalaman klien mempersonalisasikan Implikasi

### Contoh

++ Konseli: "Saya marah sekali pada mereka. Mula-mula mereka memberi saya kesempatan, tetapi kemudian mereka mencabutnya kembali"

++Konselor:"Anda merasa geram karena anda merasa dikhianati"  
Personalisasi masalah-masalah

Mempersonalisasi masalah adalah langkah untuk menuju tujuan, tindakan dan merencanakan program pelaksanaannya. Konselor mendorong klien untuk melihat dirinya sebagai "sumber" dari masalah

#### *Mempersonalisasi Tujuan*

Mempersonalisasi tujuan dapat dilakukan jika konselor telah mampu mempersonalisasikan masalah secara objektif. Yaitu dengan menentukan tingkah laku yang menjadi jawaban dari masalah yang dipersonalisasi (Abimanyu dan Marinhu, Tt: 135) .

#### *Mempersonalisasi tentang perasaan*

Mempersonalisasi perasaan tentang defisit menekankan pada respon bagaimana klien merasakan kedefisitannya mereka itu pada umumnya pengalaman klien berupa perasaan kekecewaan atau sedih. terus mengajukan pertanyaan tentang perasaan , bagaimana hal itu bisa mempengaruhi perasaan saya? biasanya konselor mengakhiri perasaan berisi kekecewaan . jadi misal , perasaan sakit atau terluka atau biasanya kecewa karena klien kurang kemampuan untuk mengatasi masalah tersebut jadi klien merasa kecewa akan dirinya dalam gangguan dalam komunikasi. sama halnya jika klien kekurangan dalam berinisiatif, dengan demikian format respon sebagai berikut :  
"anda merasa.....dalam diri anda sendiri....."

### 3) Ketrampilan *Initiating*

Pemberian inisiasi menekankan pada memfasilitasi usaha konseli untuk bertindak dalam mencapai tujuannya. Tindakan ini di dasarkan atas pemahaman mereka yang telah terpersonalisasi terhadap tujuan mereka.

hal ini di fasilitasi dari inisiatif dari konselor. Proses inisiasi mencakup tujuan, pengembangan program, perencanaan serta reinforcement dan mengindividualisasikan langkah-langkah. Penetapan tujuan menekankan pada pengoperasian pada tujuan pengembangan program menekankan pada langkah-langkah yang dibutuhkan untuk mencapai suatu tujuan. Perencanaan jadwal menekankan pada pelengkap peneguhan untuk melangkah. Pengindividualisasian menekankan pada memastikan bahwa langkah-langkah tersebut berhubungan dengan bingkai referensi konseli.

Sering kejadian klien kurang bersemangat atau suka diam dalam suatu diskusi konseling. Keadaan ini mungkin di sebabkan klien masih ragu untuk terlibat dalam diskusi konseling. Kurang mengetahui cara untuk mengemukakan masalah secara rinci, kehilangan arah pembicaraan, atau dalam kondisi emosional seperti cemas dan sebagainya. Tujuan ketrampilan initiating adalah memberi kemampuan kepada calon konselor untuk membuat kalimat-kalimat yang menggambarkan teknik mengambil inisiatif. Dan materi latihan ketrampilan initiating berupa latihan membuat kalimat-kalimat yang menggambarkan teknik mengambil inisiatif dan latihan menangkap kondisi klien yang cenderung kurang inisiatif dan semangat dalam wawancara konseling (Willis, 2011: 199-200).

#### *Menentukan Tujuan*

Tujuan yang paling kritis dalam penginisiasian adalah penetapan tujuan. Jika tujuan dan operasionalnya telah ditetapkan, maka arah pemberian bantuan menjadi jelas. Dalam menetapkan tujuan, digunakan pula 5 kata tanya dasar dengan cara yang kreatif (*What, Who, Why, When, Where, How*). 5 WH tersebut digunakan dalam lingkup pengoperasian tujuan yang unsur-unsurnya terdiri atas : komponen, fungsi, proses, kondisi dan standar.

Pengoprasian ini akan menekankan seluruh unsur yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan.

a. Penetapan komponen-komponen

Unsur pertama dari tujuan adalah komponen. Komponen menggambarkan siapa (*Who*) dan apa saja (*What*) yang terlibat dalam suatu tujuan. Komponen-komponen tersebut bisa saja mencakup unsur-unsur seperti materi pelajaran atau isi, begitu pula guru atau siswa.

b. Penetapan fungsi-fungsi

Unsur kedua dalam penetapan tujuan adalah fungsi. Fungsi menggambarkan apa yang dilakukan seseorang atau sesuatu. Fungsi adalah kata kerja operasional yang menggambarkan pada aktifitas. Dalam lingkup pembelajaran, fungsi dapat menekankan pada aktifitas pembelajaran tertentu, misalnya: menerima, memperoleh, mengaplikasikan, dan mentransfer materi pelajaran.

*Penetapan proses-proses*

Unsur ketiga dalam penetapan tujuan adalah proses. Proses dideskripsikan sebagai alasan (*Why*) dan metode (*How*) bagi komponen-komponen untuk mengerjakan tugasnya. Proses berupa kalimat keterangan yang memodifikasi fungsi atau aktivitas.

*Penetapan kondisi-kondisi*

Unsur keempat dalam penetapan tujuan adalah kondisi. Kondisi menggambarkan dimana (*Where*) dan kapan (*Who*) fungsi-fungsi terjadi. Kondisi juga merupakan kalimat keterangan yang mendeskripsikan fungsi. Proses belajar konseli dapat mengambil tempat diruangan kelas selama jam sekolah. Hal tersebut penting untuk mengkhususkan kondisi dimana fungsi terjadi, untuk memastikan kelengkapan performance.

*Penetapan standar-standar*

Unsur kelima dalam penetapan tujuan adalah standar. Standar mendeskripsikan seberapa baik fungsi itu dikerjakan. Standar juga merupakan kata keterangan yang mendeskripsikan atau

menjelaskan fungsi. Ketrampilan konseli dalam belahar mungkin akan mensyaratkan kemampuan untuk mengeksplorasi, memahami dan mengambil tindakan atas tiap ketrampilan untuk dipelajari. Ketrampilan konseli dalam bekerja mungkin mensyaratkan kemampuan untuk menangani masalah atau membuat keputusan secara terencana. Hal ini penting untuk menjadi sangat spesifik dalam menentukan kriteria keefektifan. Jika tidak, konseli tidak akan tahu dimana saat-saat mereka telah mencapai tujuan yang mereka inginkan.

*Mengembangkan Program*

Menetapkan tujuan saja tidak cukup untuk mencapainya. Untuk dapat mencapai tujuan harus dibuat programnya. Program adalah prosedur langkah demi langkah untuk mencapai tujuan. Program biasanya disusun secara bertautan. Artinya, setiap langkah tergantung pada keberhasilan langkah sebelumnya. Dengan demikian kita menetapkan langkah yang harus dikerjakan sebagai kondisi awal untuk langkah berikutnya, dan begitu seterusnya.

Carkhuff (1983) mengemukakan adanya langkah-langkah pengembangan program, yaitu : 1) Mengembangkan langkah awal Langkah awal adalah yang paling mendasar yang harus ditempuh oleh klien. Karena langkah awal ini hendaknya menjadi landasan dari program. Dalam mengembangkan langkah awal dari suatu program, Cormie dan Cornier (1985) menyatakan konselor untuk dapat melakukan pertanyaan-pertanyaan berikut :2) Apa yang sebenarnya Anda perbuat agar tujuan ini dapat tercapai; 3) Mari Brainstorming tentang tindakan-tindakan yang Anda perlukan untuk mewujudkan tujuan Anda.; 4) Apa yang pernah Anda lakukan untuk mencapai tujuan ini? Seberapa jauh hal itu berhasil?; 5) Mari kita pikirkan bersama langkah-langkah yang Anda perlukan untuk beranjak dari keadaan Anda sekarang ke keadaan atau hal yang Anda inginkan.

### *Mengembangkan langkah perantara*

Langkah-langkah perantara menjembatani antara langkah pertama dengan tujuan. Dalam mengembangkan langkah perantara ini tugas konselor menurut Carkhuff (1983) adalah mengkomunikasikan secara langsung langkah perantara yang hendaknya ditempuh oleh klien dengan menggunakan kalimat berikut “Langkah pengantara Anda adalah.....”

Lain halnya dengan Cormier dan Cormier (1985) yang lebih menyukai strategi mengarahkan, menghendaki agar konselor selalu mencoba mendorong dan mensupport partisipasi dan tanggungjawab klien dalam merumuskan tujuan dalam usaha mencapainya (Abimanyu dan Marinhu, Tt: 151-166).

#### 1. Merencanakan Jadwal

Proses mengembangkan inisiatif berlanjut sampai dengan pengembangan jadwal waktu bagi pencapaian tahapan dan tujuan pemecahan masalah klien. Dengan jadwal itu kemungkinan terlupakannya suatu kegiatan dapat diatasi.

##### a. Menetapkan Waktu Penyelesaian

Langkah pertama dalam pengembangan jadwal adalah menetapkan waktu atau tanggal penyelesaian program.

##### b. Menetapkan Waktu Memulai

Langkah kedua dalam mengembangkan jadwal adalah menetapkan waktu atau tanggal mulai melakukan kegiatan program, yaitu apakah sekarang, besok pagi atau tanggal satu bulan depan.

##### c. Memonitor Rentang Waktu Pelaksanaan Kegiatan

Dengan cara yang sama, kita dapat membantu klien menentukan waktu memulai dan mengakhiri kegiatan untuk setiap langkah pengantara. Ingat sekali lagi bahwa tujuan utama dari menetapkan jadwal adalah untuk memonitor rentang waktu dari unjuk kerja klien tentang langkah-langkah program.

#### 2. Rencana Pemberian Penguatan

Langkah berikutnya dalam membantu klien membuat inisiatif adalah membantu klien mengembangkan penguatan. Penguatan ini diharapkan dapat mendorong klien untuk melakukan kegiatan yang telah diprogramkan. Penguatan adalah hal-hal yang berarti bagi klien. Penguatan itu akan berpengaruh secara efektif jika diberikan segera setelah pelaksanaan suatu kegiatan berhasil dilaksanakan. Dengan cara ini klien tergugah kemauannya untuk melakukan kegiatan program berikutnya. Jenis-jenis penguatan menurut Abimanyu dan Marinhu (Tt: 172-175) meliputi:

##### a. Penguatan Positif

Penguatan positif adalah yang paling potensial untuk menimbulkan gairah kerja klien. Orang cenderung bekerja keras untuk sesuatu yang benar-benar berharga bagi mereka. ini berarti konselor harus rajin mengembangkan penguatan positif yang berasal dari hal-hal yang diperlukan klien. Untuk maksud ini konselor dapat menggunakan pola kalimat berikut: “Begitu anda menyelesaikannya setiap langkah, anda boleh.....”

##### b. Penguatan Negatif

Penguatan negative yang diartikan sebagai hukuman hendaknya dihindari. Karena jika penguatan negative diartikan sebagai hukuman maka hal itu dapat menimbulkan reaksi-reaksi lain seperti penolakan kepada orang yang melakukan hukuman itu. Untuk menghindari timbulnya reaksi-reaksi ini, konselor hendaknya berusaha memberikan penguatan negtif dalam arti sebagai tidak diberikannya ganjaran. Misalnya, klien menetapkan penguatan negatifnya sendiri dengan memaksa diri tinggal di rumah pada malam minggu untuk mengerjakan pekerjaannya yang belum selesai. Untuk maksud ini konselor dapat menggunakan pola kalimat berikut. “Jika anda tidak dapat menyelesaikan langkah ini, maka anda tidak dapat....”

#### 3. Mengindividualisasikan Langkah-Langkah

Pada umumnya, suatu program terdiri dari langkah-langkah yang diatur secara berurutan, dimana setiap langkah tergantung pada keberhasilan pelaksanaan langkah sebelumnya. Beberapa klien tidak bisa melakukan langkah-langkah itu seperti yang telah direncanakan. Mereka memerlukan program yang sesuai dengan gaya belajar mereka sendiri. Inilah yang dimaksud dengan mengindividualisasikan program.

Dengan demikian setiap langkah inisiatif hendak diindividualisasikan melalui pengecekan kembali pada klien. Pengecekan kembali itu dilakukan dengan membuat respon-respon yang dapat saling dipertukarkan antara pernyataan klien dengan respon konselor.

a. Mengurutkan Langkah dari yang Sederhana ke yang Kompleks

Yang paling mendasar dari alternative pengurutan langkah-langkah kegiatan program adalah pengurutan dari yang sederhana ke yang kompleks. Karena sifatnya sederhana itu kita yakin bahwa klien menyelesaikannya. Misalnya, klien yang tujuannya ingin berhubungan baik dengan ayah tirinya maka langkah awal yang sederhana adalah menemui ayah tirinya itu. Pola percakapan konselor dapat dibentuk sebagai berikut: "Anda dapat melakukan langkah paling sederhana lebih dahulu. Apakah langkah anda yang paling sederhana itu?"

b. Mengurutkan Langkah dari yang Konkrit ke yang Abstrak

Alternative lainnya dalam mengurutkan langkah-langkah kegiatan program adalah mengurutkan dari yang konkrit ke yang abstrak. Melalui cara ini klien dapat bekerja secara lebih produktif. Pola percakapan konselor dapat berbentuk: "Anda dapat melakukan langkah konkrit lebih dahulu. Apa langkah anda yang paling konkrit itu?"

c. Mengurutkan Langkah dari yang Segera ke yang Jauh

Cara lainnya dalam mengindividualisasikan langkah-langkah

pelaksanaan program adalah mengurutkan dari segera ke yang jauh. Dalam hal ini klien menyenangi langkah-langkah yang dimulai dengan pengalaman-pengalaman mereka yang langsung. Misalnya, klien yang ingin berhubungan dengan baik dengan ayah tirinya memulai dengan mengetuk pintu untuk mengundang makan bersama. Langkah yang paling jauh disini misalnya adalah merespon perasaan ayah tirinya. Pola percakapan konselor dapat berbentuk: "Anda dapat melakukan langkah yang paling segera terlebih dahulu. Apakah langkah anda yang paling segera itu?"

Setelah proses initiating selesai, konselor mengkhiri layanan konseling individualnya. Teknik GAC pada tahapan ini adalah terminasi. Dalam terminasi Konselor bertanggung jawab mengenali perubahan konsep gender tradisional individu dan membantu untuk belajar dari proses terbangunnya pengetahuan, pemahaman dan pandangan baru tentang konsep gender. Proses terminasi sebagai upaya untuk belajar memahami perasaan, efikasi diri, percaya diri dan mengarahkan diri (Sanyata, Tt: 8).

### 3.Simpulan

*Gender Aware Counseling* (GAC) adalah inovasi terapi feminis dengan pemahaman gender sebagai bentuk perubahan paradigma dari proses konseling berorientasi person ke arah orientasi sosial-person. Tekniknya digabung dengan teknik konseling individual menghasilkan teknik konseling individual berwawasan gender. Teknik konseling individual meliputi perilaku *attending*, *responding*, *personalizing* dan *initiating*. Teknik GAC diterapkan mulai dari perilaku *responding* sampai perilaku *initiating*, meliputi konseptualisasi problem, intervensi konseling, dan terminasi. Teknik konseling individual berwawasan gender diharapkan mampu menyelesaikan problem-problem berbasis

kesetaraan gender sehingga menghasilkan solusi yang responsif gender.

### Daftar Pustaka

- Abimanyu, Soli. Marinhu, M. Thayeb. *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Jakarta: Depdikbud Dirjend PT Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.
- Effendi, Kusno. 2016. *Proses dan Keterampilan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Geldard, Kathryn. Geldard, David. 2011. *Practical Counseling Skills An Integrative Approach atau Keterampilan Praktik Konseling Pendekatan Integratif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Good, Glenn E; Gilbert, Lucia A; Scher, Murray. (1990). *Gender Aware Therapy: A Synthesis of Feminist Therapy and Knowledge about Gender*. *Journal of Counseling and Development* : JCD; Mar 1990; 68, 4; Research Library. pg. 376.
- Lumongga Lubis, Namora. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama.
- Musnamar, Tohari. 2008. *Teknik Konseling*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Sanyata, Sigit. Tt. *Gender Aware Therapy (GAT): Teknik Konseling Berperspektif Gender*. Yogyakarta: Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta
- Willis, Sofyan. 2011. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- <http://file.upi.edu/Direktori/FIP>. Dikutip 23 september 2017 pukul 22.00 WIB.