



BIMBINGAN DAN KONSELING

dalam Pendidikan dan Kehidupan



Reza Fahlevi, Yohannes Wijaya, Sopiah, Fitriana, Irwanto, Evi Octrianty,
Yudho Bawono, Ni Made Ari Wilani, Hendri Prastyo, Windarini Cahyadiana

BIMBINGAN & KONSELING

dalam Pendidikan dan Kehidupan

Reza Fahlevi, Yohannes Wijaya, Sopiah, Fitriana, Irwanto, Evi Octrianty,
Yudho Bawono, Ni Made Ari Wilani, Hendri Prastyo, Windarini Cahyadiana



**BIMBINGAN & KONSELING
DALAM PENDIDIKAN DAN KEHIDUPAN**

Tim Penulis:

**Reza Fahlevi, Yohannes Wijaya, Sopiah, Fitriana, Irwanto, Evi Octrianty,
Yudho Bawono, Ni Made Ari Wilani, Hendri Prastyo, Windarini Cahyadiana**

Desain Cover:

Andi Juliandi

Sumber Ilustrasi:

www.freepik.com

Tata Letak:

Handarini Rohana

Editor:

Aas Masruroh

ISBN:

978-634-246-521-9

Cetakan Pertama:

Desember, 2025

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

by Penerbit Widina Media Utama

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT:

WIDINA MEDIA UTAMA

Komplek Puri Melia Asri Blok C3 No. 17 Desa Bojong Emas
Kec. Solokan Jeruk Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat

Anggota IKAPI No. 519/JBA/2025

Website: www.penerbitwidina.com

Instagram: [@penerbitwidina](https://www.instagram.com/penerbitwidina)

Telepon (022) 87355370

DAFTAR ISI

KATA PENGANTARiii

DAFTAR ISIiv

BAB 1 KONSEP DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING1

 A. Definisi Dan Ruang Lingkup Bimbingan dan Konseling 2

 B. Tujuan Dan Manfaat Bimbingan dan Konseling 4

 C. Perbedaan Antara Bimbingan dan Konseling 8

 D. Prinsip Dasar Bimbingan dan Konseling 10

 E. Peranan dan Kompetensi Konselor 12

 F. Tantangan dan Peluang Dalam Praktik
 Bimbingan dan Konseling Modern 14

 G. Rangkuman Materi 15

BAB 2 LANDASAN TEORITIS DALAM BIMBINGAN DAN KONSELING ..19

 A. Pendahuluan..... 20

 B. Perspektif Psikologi Dalam Bimbingan dan Konseling..... 22

 C. Jenis dan Tipe Psikologi Konseling..... 23

 D. Teori Perkembangan Dalam Konseling..... 25

 E. Model Bimbingan dan Konseling Yang Berbasis Riset 28

 F. Teori Belajar dan Penerapannya dalam Bimbingan
 Konseling 32

 G. Keterkaitan Bimbingan dan
 Konseling Dengan Kesehatan Mental..... 34

 H. Rangkuman Materi 38

BAB 3 JENIS-JENIS LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING45

 A. Tujuan Bimbingan Akademik 46

 B. Prinsip-prinsip Bimbingan Akademik..... 50

 C. Tujuan Bimbingan Akademik..... 52

 D. Manfaat Bimbingan Akademik 52

 E. Tahapan Pelaksanaan Bimbingan Akademik 53

 F. Pengertian Prestasi..... 54

 G. Bimbingan Karier 60

 H. Rangkuman Materi 75

BAB 4 TEKNIK DAN PENDEKATAN KONSELING	79
A. Pendahuluan	80
B. Konseling Psikodinamik dan Terapinya	81
C. Konseling CBT Dalam Intervensi Psikologis	85
D. Konseling Humanistik Pendekatan Gestalt dan Tekniknya	88
E. Konseling Realitas dan Pelaksanaannya	90
F. Rangkuman Materi	90
BAB 5 ETIKA DAN HUKUM DALAM BIMBINGAN DAN KONSELING....	95
A. Pendahuluan.....	96
B. Prinsip Etika Dalam Praktik Bimbingan dan Konseling	107
C. Hak dan Kewajiban Konselor dan Klien	121
D. Perlindungan Privasi dan Kerahasiaan Dalam Konseling.....	125
E. Aspek Hukum dan Kode Etik Profesi Konseling	139
F. Konsekuensi Pelanggaran Etika Dalam Konseling	143
G. Rangkuman Materi	151
BAB 6 TEKNIK KOMUNIKASI EFEKTIF DALAM KONSELING	157
A. Pendahuluan.....	157
B. Prinsip Komunikasi Terapeutik Dalam Konseling	161
C. Teknik Mendengarkan Aktif dan Empati	163
D. Penggunaan Bahasa Nonverbal Dalam Interaksi Konseling ...	165
E. Teknik Bertanya Yang Efektif Dalam Konseling	166
F. Hambatan Komunikasi Dalam Bimbingan dan Cara Mengatasinya	167
G. Rangkuman Materi	171
BAB 7 BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM PENDIDIKAN	175
A. Pendahuluan.....	176
B. Peran Guru dan Konselor dalam Mendukung Perkembangan Siswa.....	177
C. Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah	178
D. Strategi Konseling untuk Siswa Berprestasi dan Berkebutuhan Khusus.....	179
E. Konseling Bagi Siswa	
F. Peran Konseling dalam Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa	183

- G. Evaluasi Efektivitas Layanan Bimbingan dan
Konseling di Sekolah 188
- H. Penutup 190
- I. Rangkuman Materi 190
- BAB 8 KONSELING DALAM KESEHATAN**
- MENTAL DAN PSIKOLOGI KLINIS 193**
- A. Pendahuluan..... 194
- B. Hubungan Antara Konseling dan Kesehatan Mental..... 194
- C. Deteksi Dini Gangguan Psikologis Melalui Konseling 197
- D. Peran Konseling Dalam Mengelola Stres dan Kecemasan 198
- E. Konseling Bagi Individu Dengan
Masalah Depresi dan Trauma 200
- F. Teknik Koping dan Penerapan *Mindfulness* 202
- G. Penerapan Bimbingan dan Konseling
Dalam Pemulihan Mental 204
- H. Rangkuman Materi 204
- BAB 9 KONSELING DALAM KESEHATAN MENTAL..... 212**
- A. Pendahuluan..... 212
- B. Identifikasi Permasalahan Psikososial Pada Remaja 212
- C. Pencegahan Kenakalan Remaja Melalui Bimbingan..... 214
- D. Konseling Bagi Remaja Dengan
Masalah Identitas dan Harga Diri 216
- E. Pendekatan Dalam Menangani
Kecanduan Gadget dan Media Sosial 218
- F. Intervensi Dini Bagi Remaja Dengan
Perilaku Berisiko Tinggi..... 219
- G. Rangkuman Materi 220
- BAB 10 KONSELING DALAM SITUASI KRISIS DAN BENCANA 225**
- A. Pendahuluan 226
- B. Prinsip Dasar Konseling Krisis 228
- C. Intervensi Psikologis Dalam Peristiwa Bencana Alam 232
- D. Konseling Bagi Korban Kekerasan dan Pelecehan 233
- E. Pendekatan Terapi Trauma Bagi Korban Kekerasan Seksual 235

F. Peranan Konselor Dalam Mendukung
Individu Yang Mengalami Kehilangan236

G. Rangkuman Materi238

GLOSARIUM243

PROFIL PENULIS256



BIMBINGAN KONSELING

BAB 1: KONSEP DASAR

BIMBINGAN DAN KONSELING

Reza Fahlevi, S.K.M., M.M., M.Psi., Psikolog

Universitas Tarumanagara

BAB 1

KONSEP DASAR

BIMBINGAN DAN KONSELING

A. DEFINISI DAN RUANG LINGKUP BIMBINGAN DAN KONSELING

Bimbingan dan konseling merupakan suatu proses bantuan profesional yang diberikan kepada individu agar mampu memahami diri, membuat keputusan yang tepat, serta mengembangkan potensi secara optimal. Nystul (2016) mendefinisikan konseling sebagai seni sekaligus ilmu dalam membantu individu mengelola masalah, meningkatkan kesejahteraan, serta mencapai tujuan perkembangan hidupnya. Proses ini menekankan kualitas hubungan antara konselor dan konseli, di mana konseling dipandang bukan sekadar transfer pengetahuan, melainkan interaksi dinamis yang berfokus pada kebutuhan unik individu. Sementara itu, Kinra (2008) membedakan antara bimbingan dan konseling. Bimbingan dipahami sebagai proses yang lebih luas, mencakup pemberian informasi, pengarahan, serta dukungan bagi individu dalam membuat pilihan pendidikan, karier, dan kehidupan sosial. Konseling berada dalam ruang lingkup bimbingan, namun lebih menekankan pada hubungan tatap muka dan eksplorasi psikologis yang membantu individu memahami diri dan mengatasi masalah pribadinya.

Dalam konteks sekolah, Ranganathan & Wadhwa (2024) menekankan bahwa bimbingan dan konseling tidak hanya berfungsi untuk mengatasi masalah perilaku atau akademik siswa, tetapi juga untuk mendukung kesehatan mental secara menyeluruh. Sekolah dipandang sebagai ruang penting di mana siswa menghadapi tekanan perkembangan, tuntutan akademik, serta dinamika sosial. Oleh karena itu, bimbingan dan konseling berperan dalam ranah preventif, kuratif, sekaligus pengembangan diri anak dan remaja. Myrick (2011)

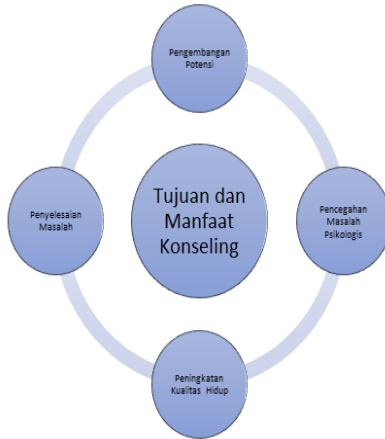
menambahkan perspektif *developmental guidance*, yaitu bahwa bimbingan dan konseling sebaiknya bersifat komprehensif, berkesinambungan, dan menysasar semua siswa, bukan hanya mereka yang mengalami masalah. Ruang lingkupnya meliputi aspek akademik, pribadi-sosial, serta perencanaan karier, sehingga layanan konseling dapat membantu siswa menavigasi tugas-tugas perkembangan sesuai tahapannya.

Ruang lingkup bimbingan dan konseling secara umum mencakup aspek akademik, pribadi-sosial, karier, dan kesehatan mental yang saling berkaitan dalam mendukung perkembangan individu secara menyeluruh. Pada aspek akademik, layanan bimbingan berfokus membantu peserta didik dalam mengembangkan strategi belajar yang efektif, menyesuaikan diri dengan tuntutan sekolah, serta membangun motivasi belajar. Misalnya, konselor dapat memberikan pelatihan manajemen waktu dan teknik belajar bagi siswa yang mengalami penurunan prestasi akademik (Myrick, 2011). Selanjutnya, pada aspek pribadi-sosial, bimbingan dan konseling membantu individu memahami dirinya, mengelola emosi, serta membangun hubungan sosial yang sehat. Masa remaja merupakan fase penuh dinamika emosional, sehingga konseling berperan penting dalam mendukung siswa menghadapi persoalan harga diri, konflik dengan teman sebaya, maupun kesulitan adaptasi di lingkungan baru (Ranganathan & Wadhwa, 2024). Selain itu, ruang lingkup karier menitikberatkan pada pemahaman minat, bakat, serta eksplorasi pilihan pendidikan dan pekerjaan. Konselor berperan menyediakan informasi karier, memfasilitasi tes minat bakat, hingga membantu siswa membuat keputusan yang tepat mengenai jalur pendidikan maupun dunia kerja (Kinra, 2008). Sedangkan aspek kesehatan mental menekankan upaya preventif maupun kuratif terhadap masalah psikologis yang dihadapi individu. Konseling tidak hanya diberikan kepada siswa yang mengalami gangguan serius, melainkan juga bagi mereka yang membutuhkan dukungan untuk mengatasi stres sehari-hari, misalnya tekanan saat menghadapi ujian atau konflik dalam keluarga (Nystul, 2016).

Dengan demikian, ruang lingkup bimbingan dan konseling mencerminkan pendekatan holistik yang tidak hanya bertujuan menyelesaikan masalah, tetapi juga mendorong pengembangan potensi, pencegahan persoalan, dan pemberdayaan individu di berbagai aspek kehidupannya, khususnya di lingkungan pendidikan.

B. TUJUAN DAN MANFAAT BIMBINGAN DAN KONSELING

Tujuan utama bimbingan dan konseling adalah membantu individu mencapai perkembangan optimal dalam seluruh aspek kehidupannya. Menurut Nystul (2016), konseling bertujuan mendukung individu agar mampu memahami diri, mengatasi permasalahan, serta membuat keputusan yang tepat dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dalam konteks pendidikan, tujuan ini diwujudkan melalui upaya membantu siswa menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, sosial, dan emosional, sekaligus mendorong mereka untuk menemukan potensi terbaiknya. Ranganathan dan Wadhwa (2024) menegaskan bahwa bimbingan dan konseling di sekolah memiliki tujuan ganda, yaitu bersifat preventif sekaligus pengembangan. Preventif berarti mencegah timbulnya masalah perilaku atau psikologis melalui intervensi dini, sementara pengembangan berarti memperkuat keterampilan hidup (*life skills*) siswa agar mereka mampu menghadapi tantangan secara sehat. Dengan demikian, manfaatnya tidak hanya dirasakan oleh siswa yang mengalami kesulitan, tetapi juga oleh semua siswa melalui pembelajaran keterampilan sosial, pengelolaan stres, dan peningkatan kesejahteraan mental.



Gambar 1 Tujuan dan Manfaat Bimbingan dan Konseling

Selain itu, Kinra (2008) menekankan bahwa bimbingan memiliki tujuan khusus dalam ranah pendidikan dan karier, yakni membantu siswa membuat keputusan yang matang terkait pilihan studi dan pekerjaan. Hal ini bermanfaat bagi perkembangan pribadi sekaligus mendukung ketercapaian tujuan institusi pendidikan dalam mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang produktif.

Pada saat yang sama, layanan konseling yang bersifat pribadi-sosial berfungsi meningkatkan kemampuan adaptasi, empati, serta keterampilan komunikasi, yang bermanfaat bagi keberhasilan individu dalam membangun hubungan dengan orang lain. Myrick (2011) menambahkan perspektif *developmental guidance*, yaitu bahwa tujuan konseling bersifat menyeluruh dan komprehensif. Ia menekankan manfaat program bimbingan yang dirancang untuk semua siswa, bukan hanya mereka yang bermasalah. Tujuan utamanya adalah membantu siswa mengembangkan diri dalam tiga area utama: akademik, pribadi-sosial, dan karier. Dengan pendekatan ini, manfaat yang dirasakan tidak hanya berupa penyelesaian masalah, tetapi juga berupa peningkatan kualitas diri dan kesiapan menghadapi masa depan.

1. Pengembangan Potensi (Akademik, Sosial, Karier)

Salah satu tujuan utama bimbingan dan konseling adalah membantu individu mengembangkan potensi secara optimal dalam bidang akademik, sosial, dan karier. Menurut Myrick (2011), layanan bimbingan bersifat *developmental guidance* yang komprehensif dan ditujukan kepada semua siswa, bukan hanya mereka yang memiliki masalah. Hal ini memungkinkan siswa memperoleh dukungan dalam meningkatkan strategi belajar, mengembangkan keterampilan sosial, serta merencanakan karier yang sesuai dengan minat dan bakat. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti konseling akademik secara rutin mengalami peningkatan prestasi akademik, karena mereka memperoleh strategi belajar yang lebih efektif dan motivasi yang lebih tinggi (Whiston & Quinby, 2009).

Contoh: seorang siswa yang mengalami kesulitan konsentrasi dapat dibantu dengan teknik manajemen waktu dan strategi belajar yang difasilitasi oleh konselor sekolah.

2. Pencegahan Masalah (Psikologis & Perilaku)

Tujuan berikutnya adalah fungsi preventif, yakni mencegah timbulnya masalah psikologis maupun perilaku melalui intervensi dini. Ranganathan dan Wadhwa (2024) menjelaskan bahwa bimbingan di sekolah tidak hanya bersifat kuratif, melainkan juga bersifat preventif melalui kegiatan yang mempromosikan kesehatan mental siswa. Program pencegahan yang dilakukan melalui pendidikan keterampilan sosial-emosional terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, meningkatkan kontrol diri, serta mencegah perilaku menyimpang (Durlak et al., 2011).

Contoh: konselor menyelenggarakan pelatihan keterampilan resolusi konflik untuk mencegah perkelahian antarsiswa.

3. Penyelesaian Masalah (Emosional & Sosial)

Konseling juga memiliki tujuan kuratif, yakni membantu individu menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan emosi, relasi sosial, maupun tekanan kehidupan. Nystul (2016) menekankan bahwa konseling merupakan proses interpersonal yang dirancang untuk

membantu konseli memahami diri dan mengatasi permasalahan dengan cara yang sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Carey & Dimmitt (2012) menunjukkan bahwa layanan konseling individual berkontribusi signifikan dalam mengurangi masalah emosional seperti stres dan depresi ringan pada siswa.

Contoh: seorang siswa SMA yang mengalami stres berat akibat tekanan keluarga dapat memperoleh dukungan emosional melalui konseling individual sehingga mampu mengelola perasaan negatifnya dan tetap berfungsi secara adaptif di sekolah.

4. Peningkatan Kualitas Hidup (Kesejahteraan Mental & Adaptasi)

Manfaat yang lebih luas dari bimbingan dan konseling adalah peningkatan kualitas hidup individu, terutama dalam aspek kesejahteraan mental dan kemampuan adaptasi. Menurut Kinra (2008), bimbingan membantu individu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sekaligus meningkatkan kompetensi sosial yang dibutuhkan untuk hidup bermasyarakat. Studi meta-analisis yang dilakukan oleh Sanchez et al. (2018) menemukan bahwa intervensi konseling di sekolah dapat meningkatkan *well-being* siswa secara menyeluruh, termasuk dalam hal hubungan sosial, kepuasan hidup, serta kesiapan menghadapi tantangan akademik maupun profesional.

Contoh: program konseling kelompok di sekolah yang membahas keterampilan *coping* stres terbukti meningkatkan ketahanan siswa dalam menghadapi ujian nasional.

Dengan demikian, tujuan dan manfaat bimbingan dan konseling tidak sekadar berorientasi pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi individu, pencegahan masalah psikologis, dan peningkatan kualitas hidup. Layanan ini memungkinkan peserta didik untuk tumbuh menjadi pribadi yang sehat secara mental, mampu menyesuaikan diri, serta siap menghadapi tantangan akademik, sosial, maupun profesional di masa depan.

C. PERBEDAAN ANTARA BIMBINGAN DAN KONSELING

Meskipun sering disebut secara bersamaan, bimbingan (*guidance*) dan konseling (*counseling*) memiliki perbedaan mendasar baik dari sisi konsep, tujuan, maupun pendekatan. Bimbingan dipahami sebagai proses yang lebih luas, melibatkan pemberian informasi, arahan, dan layanan preventif untuk membantu individu membuat keputusan yang tepat. Sedangkan konseling lebih menekankan pada hubungan tatap muka yang bersifat mendalam, bertujuan untuk membantu individu memahami diri, mengatasi masalah pribadi, serta mencapai perubahan perilaku yang diinginkan.

Kinra (2008) menjelaskan bahwa bimbingan bersifat umum dan mencakup berbagai layanan pendidikan, pribadi, sosial, dan karier, sementara konseling merupakan salah satu bentuk layanan dalam ruang lingkup bimbingan. Dengan kata lain, konseling adalah bagian dari bimbingan yang lebih berfokus pada proses interpersonal antara konselor dan konseli. Nystul (2016) menambahkan bahwa konseling menekankan hubungan terapeutik di mana konselor menggunakan keterampilan khusus seperti mendengarkan aktif, refleksi, dan empati untuk membantu konseli mengeksplorasi masalah dan menemukan solusi.

Perbedaan lain juga tampak pada pendekatan layanan. Menurut Ranganathan dan Wadhwa (2024), bimbingan cenderung lebih bersifat preventif dan proaktif, misalnya dengan menyediakan informasi karier atau pelatihan keterampilan sosial, sedangkan konseling biasanya bersifat remedial dan kuratif, ditujukan kepada individu yang telah menghadapi permasalahan psikologis atau emosional. Myrick (2011) menekankan bahwa bimbingan dilaksanakan melalui program komprehensif yang menjangkau seluruh siswa, sementara konseling lebih menekankan pada bantuan intensif, baik secara individual maupun kelompok, untuk siswa yang membutuhkan.

Contoh konkret: seorang konselor sekolah yang menyelenggarakan seminar tentang manajemen waktu bagi seluruh siswa termasuk dalam layanan bimbingan. Namun, ketika seorang siswa secara khusus menemui konselor karena mengalami stres berlebihan akibat tekanan

keluarga dan akademik, maka interaksi yang terjadi adalah layanan konseling.

Dengan demikian, perbedaan utama antara bimbingan dan konseling dapat dirangkum pada aspek lingkup, tujuan, pendekatan, dan intensitas layanan. Bimbingan bersifat luas, preventif, dan informatif, sementara konseling lebih sempit, mendalam, dan terapeutik. Namun keduanya saling melengkapi dan merupakan satu kesatuan layanan yang bertujuan mendukung perkembangan optimal individu.

Tabel 1. Perbedaan antara Bimbingan dan Konseling

Aspek	Bimbingan (<i>Guidance</i>)	Konseling (<i>Counseling</i>)
Lingkup	Luas, mencakup layanan akademik, pribadi-sosial, karier, dan kesehatan mental.	Lebih sempit, bagian dari bimbingan yang fokus pada hubungan konselor–konseli.
Tujuan	Memberikan informasi, arahan, dan dukungan preventif untuk pengembangan individu.	Membantu individu memahami diri, menyelesaikan masalah emosional/psikologis, dan berubah ke arah positif.
Sifat Layanan	Umum, bersifat preventif, proaktif, dan informatif.	Mendalam, bersifat remedial, kuratif, dan terapeutik.
Pendekatan	Dilakukan dalam bentuk program terstruktur, misalnya seminar, pelatihan, atau orientasi.	Dilakukan melalui interaksi interpersonal (individual atau kelompok) dengan teknik khusus (misalnya empati, refleksi, dan mendengarkan aktif).
Intensitas	Menjangkau seluruh siswa/individu, tidak selalu memerlukan hubungan personal	Bersifat personal dan intensif, biasanya membutuhkan kepercayaan serta keterlibatan mendalam.

Aspek	Bimbingan (<i>Guidance</i>)	Konseling (<i>Counseling</i>)
	intensif.	
Contoh	Seminar manajemen waktu, bimbingan karier, orientasi sekolah, pelatihan keterampilan sosial.	Konseling individual untuk siswa yang mengalami stres keluarga, konseling kelompok untuk siswa korban perundungan.

D. PRINSIP DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING

Prinsip dasar bimbingan dan konseling berfungsi sebagai pedoman etis dan profesional dalam memberikan layanan kepada individu. Prinsip-prinsip ini menegaskan bagaimana proses bimbingan dan konseling harus dilaksanakan agar benar-benar bermanfaat dan sesuai dengan kebutuhan konseli.

1. Prinsip Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Kerahasiaan merupakan prinsip utama dalam konseling. Nystul (2016) menekankan bahwa konseling hanya dapat berlangsung efektif apabila konseli merasa aman untuk membuka diri, dengan keyakinan bahwa informasi yang disampaikan tidak akan disebarakan tanpa izin.

Misalnya, seorang siswa yang bercerita mengenai konflik keluarga perlu merasa yakin bahwa rahasianya tidak akan dibocorkan kepada teman sebaya atau guru lain.

2. Prinsip Kesukarelaan (*Voluntariness*)

Bimbingan dan konseling sebaiknya dilaksanakan atas dasar kesukarelaan konseli. Kinra (2008) menegaskan bahwa konseli tidak boleh dipaksa untuk mengikuti konseling, sebab efektivitas proses bantuan sangat bergantung pada keterlibatan aktif konseli.

Contohnya, siswa yang datang secara sukarela ke ruang konselor biasanya menunjukkan keterbukaan yang lebih besar dibanding siswa yang dipaksa hadir.

3. Prinsip Individualitas (*Individualization*)

Setiap individu memiliki kebutuhan, latar belakang, dan potensi yang berbeda. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling harus menyesuaikan pendekatan dengan karakteristik konseli. Myrick (2011) menekankan pentingnya melihat keunikan tiap siswa agar layanan tidak bersifat umum, melainkan sesuai dengan kebutuhan perkembangan pribadinya.

Sebagai contoh, strategi konseling untuk siswa introvert tentu berbeda dengan siswa yang lebih ekstrovert.

4. Prinsip Kemandirian (*Self-Reliance*)

Tujuan akhir konseling adalah menumbuhkan kemandirian konseli dalam membuat keputusan dan menghadapi masalah hidupnya. Ranganathan & Wadhwa (2024) menyatakan bahwa konselor bukanlah pengambil keputusan bagi konseli, melainkan fasilitator yang membantu konseli menemukan solusi sendiri.

Misalnya, konselor tidak menentukan jurusan kuliah bagi siswa, tetapi membantu siswa mengeksplorasi minat, bakat, serta peluang karier sebelum mengambil keputusan.

5. Prinsip Dinamis dan Perkembangan (*Developmental and Dynamic*)

Bimbingan dan konseling bersifat dinamis, artinya layanan harus menyesuaikan dengan perkembangan konseli dan perubahan konteks lingkungan. Menurut Coleman & Yeh (2008), layanan konseling di sekolah tidak hanya menangani masalah sesaat, tetapi juga harus adaptif terhadap perubahan kebutuhan siswa di berbagai tahap perkembangan.

Contohnya, kebutuhan siswa SD dalam mengelola emosi tentu berbeda dengan siswa SMA yang menghadapi krisis identitas.

6. Prinsip Profesionalisme

Layanan bimbingan dan konseling harus dilakukan oleh tenaga profesional dengan kompetensi khusus. Konselor dituntut menguasai teori, keterampilan konseling, serta etika profesi. Capuzzi & Gross

(2010) menegaskan bahwa profesionalisme konselor menjamin kualitas intervensi, sekaligus melindungi konseli dari potensi penyalahgunaan

Misalnya, konselor wajib menggunakan instrumen asesmen yang valid dan reliabel dalam mengevaluasi kebutuhan siswa.

E. PERANAN DAN KOMPETENSI KONSELOR

1. Peranan Konselor

Konselor memegang peran penting sebagai fasilitator perkembangan individu, baik di lingkungan pendidikan maupun masyarakat luas. Menurut Myrick (2011), konselor berperan dalam merancang dan melaksanakan program bimbingan yang komprehensif meliputi aspek akademik, pribadi-sosial, serta karier. Dalam konteks sekolah, konselor bukan hanya menangani masalah yang dialami siswa, tetapi juga bertugas mencegah munculnya masalah baru melalui program pengembangan keterampilan dan layanan preventif.

Kinra (2008) menegaskan bahwa peranan konselor meliputi fungsi edukatif, preventif, kuratif, dan pengembangan. Sebagai pendidik, konselor membantu siswa memahami diri dan lingkungannya; sebagai agen preventif, ia mengantisipasi masalah perilaku maupun psikologis; sebagai fasilitator kuratif, ia membantu siswa mengatasi masalah yang sudah terjadi; dan sebagai pengembang, ia menumbuhkan potensi siswa agar mampu berkembang optimal.

Selain itu, Coleman & Yeh (2008) menambahkan bahwa konselor sekolah juga berperan sebagai advokat bagi siswa, terutama mereka yang berasal dari kelompok rentan atau menghadapi hambatan struktural. Peran advokasi ini dilakukan melalui kolaborasi dengan guru, orang tua, serta pihak lain di sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan suportif.

2. Kompetensi Konselor

Agar dapat menjalankan perannya secara efektif, konselor harus memiliki seperangkat kompetensi profesional. Capuzzi & Gross (2010) menyatakan bahwa kompetensi konselor mencakup penguasaan teori konseling, keterampilan komunikasi interpersonal, pemahaman etika profesi, serta kemampuan melakukan asesmen psikologis. Kompetensi

ini memungkinkan konselor untuk menyesuaikan pendekatan konseling dengan kebutuhan spesifik konseli.

Menurut Nystul (2016), salah satu kompetensi penting konselor adalah keterampilan membangun hubungan konseling yang hangat, empatik, dan penuh penerimaan. Tanpa hubungan terapeutik yang positif, intervensi konseling tidak akan efektif. Sementara itu, Ranganathan & Wadhwa (2024) menekankan bahwa konselor sekolah juga perlu menguasai keterampilan praktis, seperti manajemen kelas kecil, konseling kelompok, serta perencanaan program yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Kompetensi konselor tidak hanya terbatas pada keterampilan teknis, tetapi juga mencakup sikap profesional seperti integritas, empati, keterbukaan, dan komitmen terhadap pengembangan diri berkelanjutan. Konselor dituntut untuk terus memperbarui pengetahuan dan keterampilannya melalui pelatihan, supervisi, serta riset agar layanan yang diberikan tetap relevan dengan perkembangan ilmu dan kebutuhan masyarakat (Coleman & Yeh, 2008).

3. Contoh Peranan dan Kompetensi dalam Praktik

- Peranan sebagai fasilitator: Konselor mengadakan *workshop* tentang strategi belajar efektif untuk siswa yang menghadapi kesulitan akademik.
- Peranan sebagai advokat: Konselor berkolaborasi dengan guru untuk mencegah diskriminasi terhadap siswa dengan latar belakang budaya minoritas.
- Kompetensi dalam komunikasi empatik: Konselor mendengarkan curahan hati siswa yang mengalami stres keluarga, lalu membantu siswa menemukan cara sehat mengatasi emosinya.
- Kompetensi dalam asesmen: Konselor menggunakan inventori minat bakat untuk membantu siswa kelas XII memilih jurusan kuliah sesuai potensinya.

F. TANTANGAN DAN PELUANG DALAM PRAKTIK BIMBINGAN DAN KONSELING MODERN

1. Tantangan dalam Praktik Bimbingan dan Konseling
 - a. Kompleksitas Permasalahan Individu
Perubahan sosial, ekonomi, dan budaya membuat konselor menghadapi masalah konseli yang semakin kompleks. Nystul (2016) menekankan bahwa konselor kini tidak hanya menangani isu pribadi atau akademik, tetapi juga harus menghadapi persoalan yang lebih luas seperti tekanan keluarga, gangguan kesehatan mental, hingga dampak media digital. Konselor sekolah, misalnya, kerap menghadapi siswa dengan kecemasan tinggi, depresi, atau perilaku adiksi terhadap gawai.
 - b. Keterbatasan Sumber Daya
Myrick (2011) menyebutkan bahwa implementasi program bimbingan seringkali terkendala jumlah konselor yang terbatas dibandingkan dengan banyaknya siswa yang harus dilayani. Hal ini membuat layanan konseling menjadi kurang optimal, terutama di sekolah-sekolah dengan sumber daya minim.
 - c. Stigma terhadap Layanan Konseling
Kinra (2008) menegaskan masih adanya anggapan negatif bahwa konseling hanya untuk individu yang “bermasalah” atau “tidak normal”. Stigma ini membuat banyak siswa maupun orang tua enggan memanfaatkan layanan konseling.
 - d. Tuntutan Kompetensi Multikultural
Coleman & Yeh (2008) menyoroti pentingnya kompetensi multikultural konselor di era globalisasi, di mana mereka harus mampu melayani konseli dari latar belakang budaya, agama, dan identitas yang beragam. Kurangnya pemahaman budaya dapat mengurangi efektivitas intervensi konseling.
2. Peluang dalam Praktik Bimbingan dan Konseling Modern
 - a. Pemanfaatan Teknologi Digital
Ranganathan & Wadhwa (2024) menekankan bahwa teknologi membuka peluang besar bagi konseling modern, seperti *online counseling*, aplikasi kesehatan mental, dan penggunaan media sosial untuk edukasi. Hal ini memungkinkan akses layanan

menjadi lebih luas, fleksibel, dan menjangkau individu yang sulit hadir tatap muka.

b. Integrasi dengan Program Pendidikan

Myrick (2011) menekankan konsep *developmental guidance* yang dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah. Dengan demikian, bimbingan dan konseling tidak berdiri terpisah, tetapi menjadi bagian integral dari proses pembelajaran yang mendukung perkembangan akademik dan sosial siswa.

c. Peningkatan Kesadaran akan Kesehatan Mental

Penelitian terkini menunjukkan peningkatan kesadaran publik tentang pentingnya kesehatan mental di sekolah dan tempat kerja (Chu et al., 2017). Hal ini memberi peluang bagi konselor untuk memperluas perannya dalam pencegahan, intervensi, dan promosi *well-being*.

d. Kolaborasi Lintas Profesi

Capuzzi & Gross (2010) menekankan bahwa konselor modern berkesempatan memperluas perannya melalui kolaborasi dengan guru, psikolog, psikiater, serta orang tua untuk menciptakan dukungan komprehensif bagi konseli. Kolaborasi ini meningkatkan efektivitas layanan karena pendekatan yang diberikan lebih menyeluruh.

3. Contoh Praktis

- Tantangan: Seorang konselor di sekolah dengan 800 siswa menghadapi kesulitan memberikan layanan personal karena keterbatasan waktu dan jumlah staf.
- Peluang: Konselor tersebut memanfaatkan platform *online counseling* untuk memberikan sesi konseling singkat dan survei digital guna mengidentifikasi kebutuhan siswa secara lebih efisien.

G. RANGKUMAN MATERI

Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan proses bantuan yang sistematis dan berkelanjutan yang diberikan kepada individu agar mampu memahami diri, lingkungan, serta mengembangkan potensi secara optimal. Tujuan utama bimbingan dan konseling adalah

membantu individu mencapai kemandirian dalam mengambil keputusan, menyelesaikan masalah, serta menyesuaikan diri secara positif dalam kehidupan pribadi, sosial, belajar, dan karier.

Bimbingan bersifat preventif dan pengembangan, yaitu membantu individu agar mampu mencegah munculnya masalah serta mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimiliki. Sementara itu, konseling lebih bersifat kuratif dan remedial, yaitu membantu individu yang telah mengalami permasalahan agar mampu menemukan solusi melalui proses hubungan tatap muka antara konselor dan konseli. Konseling menekankan pada proses komunikasi yang mendalam, empati, dan penerimaan tanpa syarat.

Landasan bimbingan dan konseling meliputi landasan filosofis, psikologis, sosiologis, dan pedagogis. Landasan filosofis menekankan nilai kemanusiaan dan penghargaan terhadap martabat individu. Landasan psikologis berkaitan dengan pemahaman tentang perkembangan, kepribadian, dan perilaku manusia. Landasan sosiologis melihat individu sebagai makhluk sosial yang dipengaruhi lingkungan, sedangkan landasan pedagogis menempatkan BK sebagai bagian dari proses pendidikan.

Fungsi bimbingan dan konseling meliputi fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan, dan pengembangan. Prinsip BK menekankan kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kemandirian, serta kegiatan yang berpusat pada konseli. Asas-asas ini menjadi pedoman dalam pelaksanaan layanan BK.

Dalam praktiknya, bimbingan dan konseling mencakup berbagai layanan seperti layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, konseling individual, konseling kelompok, serta konsultasi. Dengan penerapan konsep dasar yang tepat, bimbingan dan konseling berperan penting dalam membantu individu berkembang secara optimal dan mencapai kesejahteraan hidup.

TUGAS DAN EVALUASI

1. Analisis Konseptual
 - a. Jelaskan dengan kata-kata Anda sendiri perbedaan antara bimbingan dan konseling. Sertakan contoh nyata dalam konteks sekolah.
 - b. Rujuk pada minimal dua sumber pustaka dari literatur yang sudah dipelajari (misalnya Nystul, Myrick, Kinra, Ranganathan & Wadhwa).
2. Studi Kasus
 - a. Bacalah kasus berikut: *Seorang siswa kelas XI mengalami penurunan prestasi belajar, sering menyendiri, dan menunjukkan tanda-tanda stres karena masalah keluarga.*
 - b. Tugas Anda:
 - 1) Tentukan apakah layanan yang lebih tepat diberikan berupa bimbingan atau konseling.
 - 2) Jelaskan prinsip dasar konseling apa yang harus dijaga dalam menangani kasus ini.
 - 3) Sebutkan peran dan kompetensi konselor yang diperlukan untuk menangani kasus tersebut.
3. Refleksi Pribadi
 - a. Menurut Anda, apa tantangan terbesar yang dihadapi konselor di sekolah saat ini di Indonesia?
 - b. Bagaimana peluang modern (misalnya teknologi, kolaborasi lintas profesi) dapat dimanfaatkan untuk mengatasi tantangan tersebut?
 - c. Tulis refleksi Anda dalam 500–700 kata dengan menyertakan minimal tiga sitasi dari sumber buku/jurnal.
4. Presentasi Kelompok
 - a. Bentuklah kelompok kecil (3–4 orang).
 - b. Setiap kelompok membuat peta konsep (*mind map*) tentang *Prinsip Dasar Bimbingan dan Konseling* dan hubungannya dengan *Tujuan serta Peranan Konselor*.
 - c. Presentasikan hasil diskusi kelompok dalam waktu 10 menit.

BIMBINGAN DAN KONSELING

dalam Pendidikan dan Kehidupan



Buku ini menghadirkan pemahaman menyeluruh mengenai peran strategis bimbingan dan konseling (BK) dalam membantu individu berkembang secara optimal, baik dalam konteks pendidikan maupun kehidupan sehari-hari. Buku ini menegaskan bahwa setiap individu memiliki potensi, tantangan, dan kebutuhan perkembangan yang berbeda, sehingga layanan BK dibutuhkan untuk mendukung proses penyesuaian diri, pengambilan keputusan, dan pengembangan karakter secara berkelanjutan. Pada bagian awal, buku ini menjelaskan landasan konseptual BK, meliputi tujuan, fungsi, asas, serta prinsip-prinsip etik yang menjadi fondasi layanan konseling. Pembaca diperkenalkan pada hakikat BK sebagai proses membantu individu memahami diri, mengatasi masalah, dan mencapai kemandirian melalui hubungan konseling yang empatik dan profesional.

Bagian inti buku membahas penerapan BK dalam lingkungan pendidikan, khususnya di sekolah. Di dalamnya dijelaskan bagaimana konselor memfasilitasi perkembangan akademik, sosial, pribadi, dan karier peserta didik melalui layanan orientasi, informasi, konseling individual, konseling kelompok, serta kegiatan pendukung seperti kolaborasi dengan guru dan orang tua. Berbagai contoh kasus dan strategi pendekatan konseling turut disajikan untuk memudahkan pembaca memahami penerapannya secara nyata.

Selain konteks sekolah, buku ini juga menguraikan bagaimana konsep dan teknik konseling dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, seperti menghadapi konflik keluarga, tekanan pekerjaan, kecemasan, perencanaan karier, hingga pengembangan hubungan interpersonal. Penekanan diberikan pada pentingnya keterampilan komunikasi, empati, pemecahan masalah, dan pengelolaan emosi sebagai bagian dari konseling yang adaptif terhadap perubahan zaman.

