
**REVIEW: PHILOSOPHICAL COUNSELING
AS A WINDOW ON THE ABSTRACT REALITIES OF EVERYDAY LIFE**

Euis Kurniati¹

**KONSEP DASAR
“PHILOSOPHICAL
COUNSELING AS A WINDOW
ON THE ABSTRACT
REALITIES OF EVERYDAY
LIFE”**

OVERVIEW

Konselor filosofis dapat menggiring permasalahan yang dihadapi klien dengan berpikir filosofis dan memasukkannya ke dalam dialog filsafat dengan kehidupan klien, tujuan, dan konsep kehidupan klien sehari-hari. Dalam hal ini filsafat konseling menjadi jendela dari rangkuman pengalaman kehidupan klien.

Konselor hendaknya membantu klien mengidentifikasi dan mengkonstruksi “disfungsi” tujuan, gambaran hidup, nilai, perasaan, atau keyakinan, tanpa mengurangi hak klien untuk mengontrol aktifitasnya. Tugas konselor adalah untuk menyiapkan lingkungan yang aman dimana klien dapat masuk kedalam proses rekonstruksi “disfungsi” tujuan hidup klien. Ketika klien memasuki penelaahan arah kehidupan dalam sebuah sesi konseling, maka pertanyaan dan respon konselor akan sangat mendominasi aktifitas filosofi.

Tujuan filsafat apa yang paling menentukan dalam sesi konseling? Ketika klien menyadari bahwa harapannya sangat berperan penting dalam menentukan arah hidupnya, maka mereka dapat memulainya dengan melakukan evaluasi mengenai pondasi apa yang akan mereka bangun sehingga mampu membantu kepercayaan dirinya dan mereka dapat memulainya dengan menyesuaikan

diri dengan cara “membaca” dan “merespon” dinamika tekanan yang merupakan bagian dari kehidupannya. Konselor filosofis hendaknya menerima tantangan untuk memberikan semangat terhadap klien mereka, sehingga mereka mampu menyesuaikan diri dengan tujuan hidup dan menetapkan kembali “alur kehidupan” mereka. Kebanyakan individu yang mencari konselor filosofis datang dengan perspektif kehidupan mereka yang baru. Mereka ingin melihat sesuatu dengan perpektif yang berbeda, dan filosofis bertanggungjawab untuk membantu mereka untuk merefleksikan makna, fokus, dan perspektif kehidupan sehingga mereka dapat belajar untuk hidup dengan dirinya sendiri dan siapa mereka dalam proses menjadi sesuatu. Secara umum filosofi dapat membantu klien lebih efektif dalam menghadapi berbagai macam permainan hidup, tekanan, dalam kehidupannya. Dengan belajar mengenali dan merekonstruksi “disfungsi” arah hidup, klien akan lebih cakap dalam mengatur arah hidup dalam berbagai situasi sehingga mereka dapat bergerak mengikuti alur kehidupan.

DEFINING THE FOCUS OF ATTENTION

Konsep dan relasi memainkan peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Filsafat konseling dapat membantu klien yang mencari pencerahan dalam kehidupannya. Berikut ini merupakan dua tujuan utama (fokus) dalam melakukan refleksi. Pertama, adalah filosofis menstimulasi dan melakukan refleksi terhadap kesadaran termasuk diantaranya mengenai sejarah dan pengaruhnya terhadap skema interpretasi klien. Hal ini mungkin akan membantu klien untuk memulai memahami mengapa skema ini mempengaruhi kehidupannya, nilainya dan keyakinannya.

¹ Mahasiswa Program Doktorat Universitas Pendidikan Indonesia

Kedua, adalah membantu klien mengenali dan menyesuaikan diri “ketidakberfungsian” aspek-aspek dalam konsep kehidupan mereka. Kaya “Ketidakberfungsian” memang terkesan sangat ekstrim dimana individu dianggap sebagai orang yang gagal dalam menata kehidupannya. Padahal dalam kenyataannya masalah yang dihadapi individu merupakan salah satu hambatan saja dari sekian banyak keberhasilan hidupnya. Dalam hal ini konselor perlu berhati-hati dalam membangun komunikasi dan berdialog dengan klien sehingga dapat terhindar dengan kesalahan yang mungkin akan mengganggu proses konseling.

Konselor perlu berpikir mengenai dimana harus memulai konsultasi dengan klien, membantu klien dengan cara yang alamiah agar mengalir dalam kehidupannya. Kita dapat memulainya dengan mengukur bagaimana “ketidakberfungsian” arah hidup akan mempengaruhi kualitas kehidupan klien. Kemudian kita akan fokus pada bagaimana dialog filosofi dapat membangkitkan keberanian klien untuk mengatur kembali fokus kehidupan yang selama ini telah mengalami kekurangan perhatian. Pada saat kita melihat hubungan antara disfungsional arah hidup dengan alur alamiah kehidupan manusia, kita dapat mengenalkan konsep “rekonstruksi” dan menetapkan aturan praktis para filosofis dalam membantu menyembuhkan kehidupan manusia. Hal yang penting untuk diingat adalah bagaimana filsafat konseling ini dapat menjadi “jendela” untuk memahami rangkuman aturan dalam kehidupan klien.

DYSFUNCTION, RECONSTRUCTION, AND THE NATURAL FLOW OF A HUMAN LIFE

Umumnya konsepsi arah kehidupan merupakan perpaduan sepanjang waktu dan dikuatkan oleh budaya dan pengaruh relasi. Tujuan dari sesi konseling adalah merubah disfungsi dengan melakukan penataan kembali dalam tataran kehidupan manusia yang terjadi secara alamiah. Intinya adalah menetapkan kembali arah dalam sebuah proses

daimana klien memiliki kejelasan makna atas pengalaman hidup mereka yang akan dibawa kedalam kehidupan nyata. Tujuannya adalah untuk memfasilitasi perkembangan kapasitas klien dalam mengenali dan menyesuaikan diri pengaruh dan potensi disfungsi konsep arah hidup. Klien diarahkan untuk merekonstruksi kembali tujuan hidup, kebahagiaan. Segingga mereka dapat hidup dalam lingkungan yang alamiah. Namun jika ternyata realitas yang dihadapi klien, justru membuat klien semakin tidak menemukan solusi permasalahan maka klien hendaknya untuk sementara waktu dipisahkan dan diisolasi. Hidup dalam kehidupan yang alamiah “natural” akan selalu menjadi target, memberikan penghargaan terhadap keputusan yang diambil klien dari hubungan atau keputusan untuk mencari jalan untuk berinteraksi dengan orang lain secara lebih efektif dan menghargai perjalanan kehidupan.

ANALISIS

Nurihsan (2003) menyatakan bahwa kebutuhan akan bimbingan dan konseling baik pada insitusi maupun masyarakat secara umum dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor yang dimaksudkan adalah kondisi filosofis, psikologis, sosial budaya, serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, demokratisasi dalam pendidikan, dan perluasan program pendidikan. Latar belakang filosofis berkaitan dengan pandangan tentang hakikat manusia. Salah satu aliran filsafat yang berpengaruh besar terhadap timbulnya semangat memberikan bimbingan adalah filsafat humanisme. Aliran filsafat ini berpandangan bahwa manusia memiliki potensi untuk dapat dikembangkan seoptimal mungkin.

Faktor psikologis berkaitan dengan proses perkembangan manusia yang sifatnya unik, berbeda dari individu lain dalam perkembangannya. Implikasi dari faktor ini adalah bahwasanya individu memiliki kebebasan dan kemerdekaan untuk memilih dan mengembangkan diri sesuai dengan keunikan atau potensi masing-masing tanpa

menimbulkan konflik.

Faktor sosial budaya memungkinkan individu untuk semakin terbuka dan berinteraksi dengan sistem kebudayaan yang lain. Hal ini akan mendorong terjadinya pergeseran dan perubahan nilai-nilai dalam kehidupan. Bimbingan dan konseling dalam hal ini akan membantu memelihara, menginternalisasi, memperhalus, dan memaknai nilai sebagai landasan dan arah pengembangan diri.

Faktor ilmu pengetahuan dan teknologi mengandung arti bahwa munculnya berbagai teknologi yang makin mempermudah manusia dalam kelangsungan kehidupannya. Bahwa kesempatan kerja dan persaingan semakin ketat, bahwa globalisasi pada berbagai bidang kehidupan semakin sulit untuk dibendung. Implikasinya adalah bahwa peserta didik memerlukan bantuan untuk dapat menemukan kesesuaian antara minat dan kemampuan terhadap segala kesempatan yang terbuka.

Sistem pemerintahan yang demokratis membuka peluang untuk semakin heterogennya aspek-aspek dan hasil-hasil yang akan muncul dari proses pendidikan. Kesempatan untuk memperoleh pendidikan yang sama, adanya wajib belajar, dan pendidikan yang inklusi memungkinkan untuk munculnya berbagai permasalahan yang semakin kompleks. Dalam keadaan seperti itulah bimbingan mampu menunjukkan peran yang penting.

Program bimbingan dan konseling yang dirancang, seyogianya dapat dirancang secara efektif. Temuan penelitian dari Kartadinata, dkk. (1996-1999) dalam Yusuf, dkk (2003) menunjukkan bahwa program bimbingan dan konseling di sekolah akan berlangsung secara efektif, apabila didasarkan pada kebutuhan nyata dan kondisi objektif perkembangan peserta didik. Hal ini menunjukan diperlukannya *needs assessment* terhadap kebutuhan atau permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik pada suatu

intitusi serta memahami perkembangannya. Ketepatan program yang disusun, akan menjadi alat bagi terjalannya bimbingan sebagai suatu proses membantu individu untuk mencapai perkembangan yang optimal.

Kartadinata (2003) menjelaskan terdapat tiga asumsi yang menjadi dasar dalam pengembangan model bimbingan dan konseling di berbagai jenjang pendidikan sebagai berikut.

1. Keragaman kebutuhan, lingkungan, dan masalah perkembangan siswa yang mengimplikasikan ragam implementasi bimbingan dan konseling pada setiap jenjang pendidikan.
2. Proses perkembangan adalah proses yang berkelanjutan. Ini berarti bahwa tahap perkembangan berikut dilandasi oleh tahap perkembangan sebelumnya. Untuk itu siswa dikehendaki mampu mengambil keputusan efektif dan mengambil tindakan untuk perkembangan dirinya atas dasar pilihan sendiri.
3. Perkembangan adalah proses sepanjang hayat dan bimbingan dan konseling dikehendaki untuk menyiapkan lingkungan perkembangan manusia yang sehat dan membantu siswa mempelajari dan mengembangkan perilaku efektif melalui interaksi yang sehat pula. Lingkungan perkembangan semacam ini perlu dikembangkan di setiap jenjang sekolah, mulai dari Taman Kanak-kanak sampai Perguruan Tinggi.

Untuk melaksanakan program bimbingan dan konseling terdapat beberapa pendekatan yang dapat dilakukan, salah satu di antaranya adalah pendekatan perkembangan. Kartadinata (2003) menjelaskan bahwa pendekatan perkembangan beranjak dari pemahaman tentang keterampilan dan

pengalaman khusus yang dibutuhkan siswa untuk mencapai keberhasilan di sekolah dan di dalam kehidupan. Pendekatan perkembangan ini dipandang sebagai pendekatan yang tepat digunakan dalam tatanan pendidikan sekolah karena pendekatan ini memberikan perhatian kepada tahap-tahap perkembangan siswa, kebutuhan dan minat, serta membantu siswa mempelajari keterampilan hidup (Myrick dalam Muro & Kottman, 1995).

Pendekatan perkembangan bertolak dari pemikiran bahwa perkembangan yang sehat akan berlangsung dalam interaksi yang sehat antara siswa dengan lingkungannya. Pemikiran ini membawa dua implikasi pokok bagi pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, yaitu: (1) perkembangan adalah tujuan bimbingan dan konseling; ini berarti bahwa konselor di sekolah perlu memiliki kerangka berpikir dan keterampilan yang memadai untuk memahami perkembangan peserta didik sebagai dasar perumusan tujuan dan isi bimbingan dan konseling; (2) interaksi yang sehat merupakan iklim lingkungan perkembangan yang harus dikembangkan oleh konselor (Blocher, 1974, Kartadinata, 2003)

Bimbingan perkembangan lebih bersifat proaktif dibanding dengan bimbingan yang remediatif dan preventif. Bimbingan perkembangan terfokus kepada upaya mengembangkan kemampuan, sikap, dan keterampilan siswa yang mendukung keberhasilan siswa dalam belajar dengan cara menciptakan lingkungan perkembangan. Lebih lanjut Kartadinata (1999) juga menjelaskan bahwa terdapat empat komponen pokok dalam program bimbingan perkembangan yaitu: 1) layanan dasar bimbingan, 2) layanan responsif, 3) perencanaan individual, dan 4) pendukung sistem.

Dalam kehidupannya manusia dihadapkan pada permasalahan hidup. Dalam hal ini penelaahan kembali filosofi kehidupan akan menjadi salah satu alternatif dalam menemukan dan memecahkan masalah. Pada hakekatnya Manusia adalah makhluk

yang berfikir dan merasa, tetapi terkadang terganggu pikiran dan perasaannya sehingga salah pikir dan salah merasa. Ketika seseorang mengidap hal demikian, yakni salah berfikir dan salah merasa, maka ia bisa sedih, bosan, malas, kesepian. Gangguan seperti ini menurut ilmu psikologi disebut gangguan kejiwaan ringan (neurosis atau mental disorder). Jika kesedihan, kebosanan, malas dan kesepian menjadi berkepanjangan hingga ngomong ngawur, perilakunya juga ngawur, nggak bisa dinalar, maka itu namanya gangguan kejiwaan berat (psikosis). Meski demikian ia masih sadar bahwa ia sedang mengalami gangguan jiwa. Jika ia ngomong ngawur dan bertindak ngawur tetapi tidak menyadari, maka orang itu sudah masuk kategori sakit jiwa atau gila.. Orang yang mengidap neurosis banyak yang bisa mengobati diri sendiri atau melalui bantuan konselor.

Konseling adalah usaha membantu orang yang sedang mengalami gangguan kejiwaan agar mereka bisa memutuskan sendiri apa yang terbaik bagi mereka. Seorang konselor bukan subyek, karena konselor hanya membantu, subyeknya adalah klien itu sendiri dan obyeknya adalah masalah yang dihadapi. Yang dapat dilakukan oleh seorang konselor antara lain membantu klien untuk (1) memahami diri sendiri, (2) mengukur kemampuannya, (3) mengetahui kesiapan dan kecenderungannya, (4) memperjelas orientasi, motivasi dan aspirasinya, (5) mengetahui kesulitan dan problem lingkungan dimana ia hidup, serta peluang yang terbuka baginya, (6) membantu menggunakan pengetahuan tersebut (1 s/d 5) untuk menetapkan tujuan yang paling kongkrit bagi dirinya, serta (7) mendorong klien untuk berani mengambil keputusan yang sesuai dengan kemampuannya, dan memanfaatkan se optimal mungkin potensi yang ada pada dirinya untuk merebut peluang yang terbuka.

KRITIK

Proses konseling dengan menggunakan filosofi dalam kehidupannya sangat menarik untuk dilakukan, sebab pada hakekatnya memang proses yang saat ini berlangsung

merupakan proses yang membantu klien untuk dapat memahami kehidupannya. Namun hal ini akan sangat sulit dilakukan manakala filosofi hidup klien dan konselor memiliki perbedaan, dalam hal ini kajian mengenai konseling multikultur hendaknya dapat dipahami oleh konseling filosofis. Jika konseling dilaksanakan dalam sebuah kelompok baik kecil atau pun besar volume kelompok yang dipimpinnya, keputusan yang diambil sangatlah berarti, serius, serta berpengaruh besar dan luas. Kenyataan ini memberikan sekelebatan indikasi bahwa keputusan yang diambil tidak saja dengan hati-hati, tapi juga tegas dan diputuskan dengan berani dalam keadaan sadar oleh setiap anggota kelompok. Filosofi yang dianut oleh setiap orangpun akan sangat beragam sehingga dalam proses penyelarasan bukanlah hal yang tak mungkin jika akan menghadapi hambatan.

Terhadap dua hal yang hendaknya diwaspadai dalam proses konseling filosofi yakni, **memecahkan masalah** (*problem solving*) dan **membuat keputusan**. Namun dalam kenyataannya proses ini merupakan proses yang tidak mudah sehingga perlu pengalaman dan kehati-hatian konselor dalam melaksanakannya. Kedua hal di atas tidak jarang orang memandangnya sama, dan kedua hal itu dianggap saling berkaitan. Padahal keduanya memiliki definisi yang berbeda. Pemecahan masalah merupakan serangkaian aktivitas manusia dalam menjalani kehidupannya. Aktivitas hidup tersebut meliputi berbagai sendi atau aspek, baik menyangkut hubungan antarpribadi, pekerjaan, maupun kehidupan sosial secara lebih luas. Dan Semua aktivitas bertujuan untuk mencapai dalam peningkatan kualitas manusia yang bersifat kontinu atau berkelanjutan. Menjadi seorang Manusia kita dituntut harus selalu kreatif saat memecahkan masalah yang dijumpai dalam keseharian hidupnya.

Terdapat empat hal penting yang patut dimiliki seseorang agar mampu melampaui proses pemecahan masalah dengan baik yaitu: Pertama, pemahaman terhadap masalah yang sesungguhnya.

Kedua, menguasai strategi pemecahan yang jitu. Ketiga, memiliki kemampuan dan keterampilan yang teruji, dan keempat, mengenali rintangan demi rintangan yang harus dihadapi.

APLIKASI

Pada dasarnya bimbingan merupakan upaya pemberian bantuan untuk membantu individu mencapai perkembangan yang optimal. Mortensen & Schmuller (Nurihsan, 2002) menyatakan sebagai berikut "Guidance may be defined as that part of the total educational program that helps provide the personal opportunities and specialized program that helps provide the personal opportunities and specialized staff services by which each individual can develop to the fullest of his abilities and capacities in term of the democratic idea." Klien yang mengalami rasa keterasingan, asing dari diri sendiri, asing dari problem yang dihadapi, asing dari lingkungan hidupnya sehingga ia tidak tahu masalahnya dan tidak berani mengambil tindakan bahkan tidak lagi tahu apa yang diinginkan, dapat dibantu memecahkan persoalannya dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Diajak memahami realita apa sebenarnya yang sedang dihadapi, bahwa realita itu adalah benar-benar realita dan harus diterima, suka atau tidak suka karena itu memang realita.
2. Diajak kembali mengenali siapa dirinya, apa posisinya, dan apa kemampuan-kemampuan yang dimiliki. Misalnya diingatkan bahwa ia adalah seorang ayah dari anak-anak yang membutuhkan kehadirannya. Atau bahwa kepandaiannya banyak dibutuhkan orang lain, atau bahwa dia adalah hamba Allah yang tidak bisa menghindar dari kehendak Nya, dan apa yang dialami adalah bagian dari kehendak Nya yang kita belum tahu apa maksud dan hikmahnya.
3. Mengajak klien memahami keadaan yang

sedang berlangsung di sekitarnya, bahwa keadaan memang selalu berubah; misalnya perubahan nilai, perubahan struktur, perubahan zaman, dan bahwa perubahan adalah sunnatullah yang tidak bisa ditolak, tetapi yang penting bagaimana kita mensikapi dan mengantisipasi perubahan itu.

4. Diajak untuk meyakini bahwa Tuhan itu Maha Adil, maha Pengasih, maha Mengetahui, maha Pengampun, dan semua manusia diberi peluang oleh Tuhan. Bahwa berbuat dan salah itu lebih baik daripada tidak berbuat karena takut salah.
5. Bahwa klien dapat neta kehidupannya kembali dengan memulai membaca, merencanakan dan memperbaiki kehidupannya yang akan datang. Adapun masa lalu merupakan pengalaman hidup yang sangat berharga sehingga dia dapat menata kehidupan esok dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Muro & Kottman. (1995). *Guidance Counseling In The Elementary and Middle Schools*. Iowa: Brown&Benchmark Publisher.
- Nurihsan, J. (2003). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Mutiara
- Kartadinata, S. dkk. (2003). *Bimbingan di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud.
- Yusuf, Syamsu. (2003). *landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rosdakarya.