

PENGEMBANGAN KONSELING SEKOLAH BERBASIS LIFE SKILL

Suriswo

Abstrak

Masalah pendidikan di Indonesia dari waktu ke waktu meliputi pemerataan, mutu, relevansi, efisiensi dan efektifitas pendidikan. Konseling life skill sebagai upaya untuk membantu siswa agar mampu mengembangkan keterampilan membantu dirinya sendiri. Melalui konseling kecakapan hidup individu diharapkan mampu memahami kecakapan-kecakapan yang dimiliki, memahami kebutuhan masa depannya, menyusun alternatif – alternatif pemecahan masalah masa depannya berdasarkan potensinya dalam kerangka mencapai kesuksesan dalam hidup. Tujuan Konseling Life Skills adalah (1) membantu individu agar dapat mampu membantu dirinya dengan cara mengembangkan keterampilan berpikir (thinking skills) dan bertindak (action skills) sehingga dapat mengatasi masalah yang dialaminya sekarang, dan mampu mencegah terjadinya masalah di masa depan. (2) membantu individu agar menjadi "the skilled person", yang memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk hidup secara efektif dalam menghadapi berbagai aspek kehidupan.

Kata Kunci : *Konseling sekolah, life skill*

PENDAHULUAN

Tantangan pendidikan nasional yang dihadapi oleh bangsa Indonesia dari waktu ke waktu meliputi empat hal, yaitu: *pertama* masalah pemerataan kesempatan, *kedua* kualitas atau mutu pendidikan, *ketiga* efisiensi, dan *keempat* relevansi pendidikan dengan kebutuhan hidup. Berkaitan dengan masalah relevansi pendidikan, pengenalan pendidikan kecakapan hidup pada semua jenis pendidikan dan jenjang pendidikan sangat diperlukan karena ada anggapan bahwa antara pendidikan dan kehidupan nyata di lapangan sering terjadi kesenjangan. Pendidikan makin terisolasi dari kehidupan nyata sehingga tamatan pendidikan dari berbagai jenis dan jenjang pendidikan dianggap kurang siap menghadapi kehidupan nyata. Apalagi makin kompleksnya masalah kehidupan yang dialami oleh peserta didik sebagai akibat dari era globalisasi ini menambah permasalahan dalam sistem persekolahan. Permasalahan tersebut menyangkut kehidupan pribadi peserta didik, kehidupan sosial-keluarga dan lingkungan,

permasalahan yang kompleks maka peran konseling sekolah sangat diperlukan. Permasalahan kehidupan yang menimpa pada individu dapat dibantu dengan konseling yang mengarah pada kehidupan yang nyata, yaitu konseling berbasis kecakapan hidup.

Melalui pendekatan konseling berbasis kecakapan hidup, maka peserta didik dapat dibantu dalam memecahkan permasalahannya dan dicarikan solusinya dengan melalui pemahaman akan kecakapan yang dimiliki oleh individu, kebutuhan masa depannya, menyusun alternatif-alternatif pemecahan masalahnya akan masa depan dengan berdasarkan kekuatan dan kecakapan yang dimilikinya oleh individu itu sendiri.

Konsep Life Skill

Gagasan tentang pendidikan kecakapan hidup (life skill) bukanlah suatu yang baru meskipun konsep pendidikan berorientasi kecakapan hidup baru digulirkan di Indonesia sejak dua tahun terakhir. Pentingnya kecakapan

Dakar Tahun 2000 tentang pendidikan untuk semua (Education for All). Sebenarnya bahwa gagasan tentang konsep life skill telah dimulai oleh UNESCO pada tahun 1949 melalui konsep *functional literacy*. Gagasan pokok dari konsep tersebut adalah agar kemampuan calistung (baca, tulis hitung) dapat berfungsi memberi manfaat bagi yang bersangkutan untuk keluar dari tiga kesengsaraan: kebodohan (ignorance), kepenyakit (ill-health), dan kemelaratan (poverty).

Definisi life skill menurut tim BBE Depdiknas (2002:1) adalah kecakapan yang dimiliki seseorang untuk berani menghadapi problema hidup dan kehidupan dengan wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga akhirnya mampu mengatasinya. Kecakapan hidup (life skill) ini meliputi kecakapan hidup generik (Generic Life Skills) dan kecakapan hidup spesifik (Specific Life Skills). Kecakapan hidup generik terdiri atas (1) kecakapan personal yang mencakup kecakapan mengenal diri (self awareness) dan kecakapan berpikir rasional (thinking skill), (2) dan kecakapan sosial (social skill). Kecakapan hidup spesifik terdiri atas (1) kecakapan akademik (academic skills), dan (2) kecakapan vokasional (vocational skills).

Hubungan Konseling Sekolah dan Life Skill

Setiap individu dalam kehidupannya tidak akan lepas dari berbagai masalah, seperti masalah pribadi, masalah sosial, masalah pendidikan dan pelajaran, serta masalah karir dan pekerjaan. Permasalahan-permasalahan yang menimpa individu tersebut tidak boleh dibiarkan begitu saja. Permasalahan tersebut harus dihadapi oleh individu agar ia dapat bertahan menjalani kehidupannya secara wajar tanpa tertekan bahkan lebih dari itu kondisi-kondisi itu hendaknya membuat potensinya berkembang secara optimal. Oleh karena itu individu harus memiliki kemampuan atau kecakapan dalam memecahkan masalah-masalah yang mengganggu

dari setiap kecakapan adalah kemampuan membuat dan mengimplementasikan pilihan-pilihan dalam tingkah laku nyata.

Melalui konseling berbasis kecakapan hidup individu diharapkan mampu memahami kecakapan-kecakapan yang dimiliki, memahami kebutuhan masa depannya, menyusun alternatif – alternatif pemecahan masalah masa depannya berdasarkan potensinya dalam kerangka mencapai kesuksesan dalam hidup. Konseling berbasis life skill mengandung makna bahwa setiap individu memiliki tugas dan tanggung jawab untuk memahami kecakapan yang ada pada dirinya seperti kecakapan pribadi, sosial, akademik dan karier masa depan. Kecakapan-kecakapan yang dimilikinya dan juga seharusnya memahami masa depannya, namun dalam kenyataannya tidak setiap individu mampu memahami kecakapan-kecakapan hidup dan masa depannya sendiri. Melalui konseling sekolah berbasis life skill yaitu untuk membantu individu atau klien agar mampu menggunakan kecakapan hidup yang dimiliki untuk mempercepat terwujudnya kesejahteraan hidup individu yang bersangkutan.

Tujuan Konseling Sekolah Berbasis Life Skill

Pendekatan konseling sekolah yang berbasis kecakapan hidup memerlukan banyak informasi mengenai klien, baik informasi tindakan maupun psikologis (Sukartini, 2003:1). Konseling sekolah yang berbasis life skill dilaksanakan karena berasumsi bahwa tujuan konseling adalah membantu klien agar mampu membantu dirinya sendiri dengan cara mengembangkan keterampilan berpikir (thinking skills) dan bertindak (action skills) sehingga dapat mengatasi masalah yang dialami sekarang, dan mampu mencegah terjadinya masalah di masa depan. Menurut Syamsu Yusuf (2003:1) konseling kecakapan hidup juga disebut life skills helping (LSH) atau life skills therapy merupakan “ suatu pendekatan yang integratif untuk membantu klien

dalam membantu dirinya sendiri (self-helping)". Tujuan Konseling Life Skills adalah (1) membantu individu agar dapat mampu membantu dirinya dengan cara mengembangkan keterampilan berpikir (thinking skills) dan bertindak (action skills) sehingga dapat mengatasi masalah yang dialaminya sekarang, dan mampu mencegah terjadinya masalah di masa depan. (2) membantu individu agar menjadi "the skilled person", yang memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk hidup secara efektif dalam menghadapi berbagai aspek kehidupan.

Tahapan Konseling Sekolah Berbasis Life Skills

Menurut Syamsu Yusuf (2003:4-8), ada lima proses tahapan dalam melaksanakan konseling sekolah yang berbasis life skill. Model tahapan konseling yang sistematis ini, meliputi: (1) *develop the relationship, identify and clarify problem*, (2) *asses problem and redefine in skills terms*, (3) *state working goals and plan interventions*, (4) *intervene to develop self-helping skills*, (5) *end and consolidate self-helping skills*.

Tahap 1. Mengembangkan hubungan, identifikasi dan klarifikasi masalah

Dalam tahap ini merupakan kontak permulaan dengan klien. Pada tahap ini konselor menggunakan keterampilannya untuk memberikan dukungan emosional kepada klien agar mau menceritakan masalahnya. Konselor bersama klien berkolaborasi untuk mengeksplorasi, mengklarifikasi, dan memahami masalah.

Tahap 2. Menilai masalah dan mendefinisikan kembali masalah pokok klien

Pada tahap ini, konselor menganalisis informasi yang berdasarkan tahap pertama dengan mengeksplorasi jawaban sementara tentang bagaimana klien berpikir dan bertindak. Konselor berusaha mendefinisikan kembali atau menemukan masalah pokok yang dialaminya,

Tahap 3. Merumuskan tujuan dan merencanakan intervensi

Pada tahap ini, konselor bersama klien merumuskan tujuan yang ingin dicapai klien. Rumusan tujuan ini sebagai rujukan bagi konselor untuk merencanakan intervensi, baik yang terstruktur maupun terbuka.

Tahap 4. Memberikan intervensi untuk mengembangkan keterampilan klien membantu dirinya sendiri.

Pada tahap ini meliputi empat fase, yaitu (a) *preparatory*, sebagai fase persiapan konselor untuk memikirkan tentang cara terbaik untuk membantu klien, seperti menyiapkan materi latihan atau pembelajaran, (b) *initial*, yaitu memukul salam, mengatur tempat duduk, mempersilahkan klien mengutarakan maksudnya, (c) *working*, yaitu konselor memfokuskan intervensi kepada pengembangan keterampilan berpikir dan bertindak klien, agar mampu mengidentifikasi masalahnya dan mengembangkan kecakapan hidupnya, dan (d) *end*, merupakan tahap akhir dari proses konseling yang difokuskan kepada perumusan kesimpulan tentang hasil konseling.

Tahap 5. Mengakhiri konseling dan melakukan konsolidasi

Pada tahap ini, merupakan kesepakatan bersama antara konselor dan klien untuk melakukan *review* tentang kemajuan yang diperoleh dan melakukan konsolidasi. Pada tahap ini klien didorong untuk merumuskan seruan tentang hasil yang diperoleh, rancangan kegiatan yang akan dilakukan sebagai *follow up* dari konseling tersebut, dan rencana pertemuan kembali dengan konselor, jika masih memerlukannya.

PENUTUP

Konseling sekolah yang berbasis life skills merupakan model tahapan konseling yang sistematis. Konseling kecakapan hidup juga disebut life skills helping (LSH) atau life skills training merupakan suatu pendekatan yang integ

dirinya sendiri (self-helping). Melalui konseling sekolah berbasis life skill yaitu untuk membantu individu atau klien agar mampu menggunakan kecakapan hidup yang dimiliki untuk mempercepat terwujudnya kesejahteraan hidup individu yang bersangkutan. Aplikasi langkah-langkah konseling kecakapan hidup dapat dilakukan secara fleksibel. Namun tuntutan yang

paling utama adalah konselor harus benar-benar menguasai keterampilan dasar konseling dan model-model pendekatan konseling. Tanpa memiliki persyaratan ini, konseling sekolah yang berbasis kecakapan hidup akan terasa sangat sulit untuk dipraktikkan. Oleh karena itu seorang konselor harus menguasai lebih dulu dasar konseling dan model-model konseling tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas (2002). *Pendidikan Berorientasi Kecakapan Hidup*. Jakarta: TIM BBE
- Sudrajat, Hari. (2002). *Pendidikan Berbasis Luas yang Berorientasi pada Kecakapan Hidup*. Bandung: C.V. Cipta Cekas Grafika
- Sukartini .(2003). *Model Konseling Keterampilan Hidup untuk Mengembangkan Dimensi Kendali Pribadi Yang Tegar*. Bandung: Disertasi
- Syamsu Yusuf (2003). *Konseling Keterampilan Hidup*. (Makalah disampaikan dalam Konvensi Nasional XIII Bimbingan dan Konseling, Bandung, 8-10 Desember 2003)