



Contents lists available at Jurnal IICET

Jurnal Konseling dan Pendidikan

ISSN: 2337-6740 (Print) ISSN: 2337-6880 (Electronic)

Journal homepage: <http://jurnal.konselingindonesia.com>



Pengembangan modul konseling krisis berfokus solusi untuk mereduksi kondisi trauma

Arri Handayani, Siti Fitriana^{*)}, Senowarsito
Universitas PGRI Semarang

Article Info

Article history:

Received Oct 02nd, 2022

Revised Nov 13th, 2022

Accepted Des 12th, 2022

Keyword:

Crisis counselling,
Solution-based,
Children's trauma,
Post-pandemic

ABSTRACT

Crisis counseling promotion during the pandemic is important for the community since the crisis problems of an individual must receive immediate management. Thus, the problems must receive a solution-focused crisis counseling approach. This approach is deemed appropriate because the counseling is brief and could develop the potential of the counselee and also the problem solutions. This research aimed to 1) arrange the solution-focused crisis counseling module to reduce the children's trauma after the COVID-19 pandemic, 2) validate the module construction both from the content and appearance, and 3) revise the module based on expert judgment. This Research & Development took the research subjects during the preliminary analysis of need. The subjects were the guidance and counseling students that would join the child and adolescent counseling course. On the other hand, the research subjects to validate the module consisted of experts in counseling and media. The applied instruments were interviews and questionnaires. The module validation involved experts in module materials and appearance. The applied data analyses were quantitative and qualitative descriptive data analyses. The preliminary research results found that the students had no background knowledge of solution-focused crisis counseling although they needed the knowledge as a reference to promote counseling. The quantitative analyses of the counseling experts showed a total score between 56 to 68, categorized as excellent. On the other hand, the quantitative analysis results of the module-appearance expert obtained a score of 45, categorized as fairly excellent. The qualitative results showed that the module was reliable with some required revisions. After revising, the module could proceed to the subsequent processes, the research-subject group test.



© 2022 The Authors. Published by Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET). This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Corresponding Author:

Siti Fitriana,
Universitas PGRI Semarang
Email: sitifitriana@upgris.ac.id

Pendahuluan

Dampak pandemi covid 19 yang berkepanjangan tidak hanya menghambat stabilitas ekonomi, tetapi juga menimbulkan beban psikologis bagi masyarakat. Dalam hal ini orang dewasa akan lebih mudah mengeskpresikan masalah, tetapi berbeda dengan anak-anak. Anak yang menjadi korban bencana dan tidak mampu mengelola stress yang dialaminya akan menyebabkan trauma yang ditandai dengan kecemasan yang tinggi, menghindari situasi sosial, emosi yang labil dan bahkan depresi (Okawa & Hauss, 2007; Wethington et al., 2008). Pada dasarnya trauma adalah suatu kondisi emosional yang berkembang setelah suatu peristiwa tidak menyenangkan, menakutkan, dan mencemaskan yang membuat batin tertekan (Lawson, 2000) yang lebih berat daripada stres (Training et al., 2016). Luka fisik atau emosional serius karena trauma berdampak besar pada kondisi psikologis dan fisik individu dalam jangka panjang (Wethington et al., 2008); (Weaver, (Suryana et al., 2020).

Menurut (Khairul Rahmat & Alawiyah, 2020) keadaan trauma bermula dari stress yang berkelanjutan dan tidak dapat tertangani. Peristiwa traumatis sewaktu-waktu dapat terulang kembali dalam ingatan korban yang akan mengganggu, seolah-olah mengalami kembali peristiwa tersebut dan berdampak pada fungsi fisiologis korban (Suryana et al., 2020). Walaupun kebanyakan korban yang mempunyai pengalaman traumatis sampai taraf tertentu mengalami distres psikologis, akan tetapi tidak semua korban trauma mengembangkan ciri-ciri *post traumatic syndromes disorders* (PTSD) (Lee et al., 2014) ; (Wethington et al., 2008) (Nawangsih, 2016). Dengan demikian kondisi trauma bervariasi mulai tingkat ringan hingga berlanjut ke Post Traumatic Stress Disorder (PTSD).

Kenyataannya, secara umum anak-anak yang mengalami kondisi trauma menunjukkan gejala seperti ketakutan, cemas, sedih, menghindar dan kurang responsif terhadap beragam emosi. Keadaan tersebut juga akan mempengaruhi pola interaksi anak pada lingkungan di sekitarnya. Anak akan merasa minder dan tidak percaya diri dalam berinteraksi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya atau dengan kata lain anak lebih suka mengurung diri daripada bersosialisasi (Nawangsih, 2016). Pendapat sama dikemukakan (Meutia, 2020) bahwa trauma pada anak-anak menimbulkan reaksi negatif atau biasa disebut stress traumatis, adanya pengalaman luar biasa, menimbulkan perasaan jengkel maupun takut (peristiwa traumatis) yang memberi tantangan pada anak dalam menghadapi peristiwa tersebut.

Pada dasarnya trauma yang dialami anak berbeda dengan orang dewasa. Orang dewasa cenderung lebih mudah melakukan coping stress, sedangkan anak kesulitan dalam melakukan hal tersebut. Pengaruh utama yang mempengaruhinya adalah aspek kematangan kognitif dan kemandirian orang dewasa jauh lebih baik daripada anak sehingga anak cenderung bergantung dari orangtua. Menurut (Purnamasari, 2016) reaksi trauma anak tergantung tingkat perkembangan individu masing-masing. Reaksi anak-anak ini sering menimbulkan reaksi psikologis yang luas. Anak usia pra sekolah menunjukkan masalah psikologis yang rendah jika dibandingkan dengan anak yang lebih tua dan remaja, tetapi mereka memiliki insiden trauma yang lebih tinggi seperti ketakutan dan masalah perilaku (seperti ketergantungan dan tidak mampu mandiri). Hatta (2015).mengemukakan bahwa anak yang berusia umur 4-6 tahun lebih merasa khawatir dan takut saat tidak dekat dengan orangtua karena anak sangat bergantung kepada orangtua. Ketika kehilangan orang tua, dan anak tidak mempunyai tempat untuk bergantung hingga waktu yang cukup lama, hal ini membuat anak mudah stress serta mengalami trauma yang mendalam.

Melihat kenyataan tersebut, perlu adanya suatu upaya mengatasi masalah trauma pasca pandemi, terutama pada anak-anak. Hal tersebut diantaranya dapat dilakukan melalui konseling. Konseling secara umum merupakan proses pemberian bantuan seorang konselor kepada konseli untuk mengentaskan permasalahan. Konseling bertujuan memfasilitasi korban dalam berbagi pengalaman trauma serta memberikan bimbingan agar korban mampu menghadapi stress setelah kondisi trauma yang dialami (Fitriarti, 2017). Salah satu layanan konseling yang memungkinkan dilakukan pada korban pandemi covid-19 adalah konseling krisis berbasis solusi.

Krisis sendiri memiliki makna yaitu sebuah masa yang gawat atau sangat kritis, selain itu masa ini merupakan sebuah "titik balik" dalam menghadapi sesuatu (Webster dalam Gerung & Opit, 2020). Artinya hal ini menggambarkan suatu reaksi dari dalam diri individu terhadap bahaya yang datang dari eksternal. Individu yang mengalami sebuah kondisi krisis akan mendapatkan kembali makna keberfungsian diri jika mampu mengelola emosinya dengan baik serta mampu menghadapi situasi sulit atau krisis tersebut. Konseling krisis merupakan sebuah upaya membantu individu menemukan sumber daya dan kekuatan dalam diri untuk menghadapi situasi krisis secara eksternal dengan menggunakan berbagai pendekatan langsung dengan orientasi pada tindakan (Rahayu, 2017).. Krisis merupakan tekanan yang dialami seseorang dan berpengaruh negatif terhadap kemampuannya untuk berpikir, merencanakan dan mengatasi masalah secara efektif (Sugiyanto, 2009).

Glading (Rahayu, 2017) mengemukakan bahwa konseling krisis adalah pendekatan konseling secara langsung dan berfokus pada upaya membantu individu memahami dan menemukan potensi dirinya atau menghadapi krisis secara cepat dan efisien. Konseling krisis cocok diberikan pada individu korban pandemi covid-19 karena dapat digunakan secara singkat dan langsung fokus pada masalah tanpa menghilangkan esensi dari konseling itu sendiri. Pendapat ini seperti dikemukakan (Rozzaqyah, 2020) bahwa pelaksanaan konseling krisis di tengah pandemi sangat dibutuhkan masyarakat, mengingat permasalahan krisis seseorang yang harus segera ditangani. Selain itu dibutuhkan perencanaan yang matang agar tujuan dari konseling krisis dapat diwujudkan sehingga kondisi krisis masyarakat di masa pandemi dapat dituntaskan dengan jangka waktu tertentu.

Konseling krisis berbeda dengan konseling pada umumnya. Perbedaan utamanya adalah pada tingkat urgensi dalam penggunaan konseling. Krisis merupakan suatu kondisi yang menekan yang secara negatif memberikan pengaruh buruk untuk berpikir secara jernih dari sebuah masalah yang dialami. Konseling krisis memberikan kontribusi dalam dunia konseling, yaitu memberikan efektifitas dalam pelayanan konseling, serta memiliki tujuan dan maksud yang sederhana. Hal ini disebabkan karena sifat krisis yang tidak bisa diperkirakan, intensitas konseling juga berbeda dibandingkan konseling pada umumnya, serta sifat dari konseling ini yang lebih transisional (Rahma & Rahayu, 2018).

Konseling krisis berfokus solusi merupakan pendekatan yang dilakukan pada korban bencana yang harus segera diantaskan permasalahannya. (Fauziah et al., 2017) mengungkapkan konseling krisis dapat dilakukan dengan berbagai macam pendekatan konseling diantaranya pendekatan Person Centered, behavioral, kognitif, Solution Focused Brief Counseling (SFBC), ataupun Realita. Penelitian ini mengadopsi pada pendekatan Solution Focused Brief Counseling (SFBC). Model pendekatan SFBC (Konseling Singkat Berbasis Solusi) adalah pendekatan konseling dengan mengoptimalkan kemampuan peserta didik atau konseli dalam mencari jalan keluar atau solusi sehingga konseli memiliki kemampuan untuk memilih tujuan dari hidupnya sendiri (Corey, 2016). Pendekatan SFBC muncul di era modern dengan melihat realita di masyarakat bahwa masalah harus segera diantaskan tanpa mendalami berbagai treatment atau intervensi tetapi hanya berfokus pada solusi bukan pada masalahnya saja. Selanjutnya dikatakan oleh Corey (2016). bahwa konseling ringkas berfokus solusi memandang individu sebenarnya memiliki solusi atas masalah yang terjadi, hanya terkadang individu terlalu larut pada masalah sehingga tidak dapat memahami kelebihan dirinya.

Konseling krisis berfokus solusi ini menekankan pentingnya menetapkan tujuan yang kecil, spesifik, dan dapat dicapai. Ini sangat membantu individu dalam krisis karena mereka merasa bahwa masalahnya berada di luar kendali mereka dan mungkin perlu bekerja untuk mencapai tujuan kecil (Robbert, 2020). Sasaran yang berfokus pada solusi didasarkan pada gagasan konseli tentang solusi potensial dan diungkapkan dengan kata-kata mereka sendiri. Sasaran seperti itu penting dalam situasi krisis, karena konseli cenderung bekerja menuju sasaran di mana mereka merasa diinvestasikan secara pribadi (Greene et al., 2000). Dalam konteks konseling krisis berfokus solusi, seorang konselor harus mampu untuk membawa diri, menumbuhkan empati, menyadarkan konseli akan kondisi krisis yang dialami, serta mampu membantu konseli menemukan solusi secara tepat dan sesuai dengan masalah yang dialami konseli. Konseling krisis adalah penggunaan berbagai pendekatan langsung dan berorientasi pada tindakan untuk membantu individu menemukan sumber daya di dalam diri mereka sendiri atau menangani krisis secara eksternal (McLeod, 2006). Secara umum kondisi krisis yang tidak dapat diatasi disebut sebagai the frozen crisis pattern, yaitu kondisi dimana individu tidak dapat melalui fase krisis yang dialami dengan mengembangkan strategi coping baru yang justru membahayakan seperti menarik diri, perilaku merusak diri sendiri dan melakukan tindak kekerasan, baik melukai diri sendiri atau melukai orang lain (Sandoval, 2002).

Kondisi ini sesuai dengan pendapat (Sumarwiyah, 2015) bahwa SFBC merupakan pendekatan yang mengutamakan problem solving dalam mengatasi setiap permasalahan serta mencari solusi yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam keluarga. SFBC memandang bahwa manusia adalah sehat dan kompeten untuk menyelesaikan serta menemukan solusi dari permasalahan yang terjadi. Manusia juga tidak harus terus terpacu pada masalah, akan tetapi harus mampu fokus pada solusi atas masalah yang terjadi agar tidak berlarut-larut dalam kesedihan.

Mengadopsi pada Solution Focused Brief Counseling, maka Konseling Krisis berfokus solusi adalah salah satu teknik konseling yang mengedepankan kemampuan konseli sendiri untuk mengkonstruksi solusi pada masalah yang dihadapi. Dengan demikian, konseli dapat memulihkan rasa trauma setelah peristiwa krisis atau bencana yang dialami. Konseling krisis berfokus solusi akan memiliki orientasi pada penyelesaian masalah, bukan menggali alasan masalah itu muncul. Konseling singkat berfokus solusi merupakan proses konseling yang dilaksanakan secara efektif & efisien dengan waktu yang terbatas serta fokus pada kompetensi, kekuatan, kemungkinan, dan juga solusi atas masalah yang ada. Fokus pada konseling ini adalah upaya konseli untuk mampu mengatasi permasalahan yang dialaminya serta cara konseli menyelesaikan masalah tersebut (Fitriyah, 2021).

Sejalan dengan itu, hasil penelitiannya (Palmer, 2021) yang mengatakan bahwa konseling singkat berfokus solusi merupakan bentuk konseling singkat yang dibangun di atas kekuatan konseli dengan membantunya memunculkan dan mengkonstruksikan solusi pada problem yang dihadapinya. hal ini relevan dengan penelitian Hopson & Kim (2004) yang mengungkapkan bahwa SFBC yang digunakan efektif sebab memandang sebuah krisis sebagai kesempatan bagi konseli untuk mengembangkan keterampilan coping

baru, Terdapat dua poin penting dalam pemberian layanan konseling krisis berfokus solusi yaitu; pertama konseling ini membangun tujuan yang sangat fokus berdasarkan sudut pandang konseli, kedua sebagai upaya mewujudkan solusi yang berlandaskan pada pengecualian (exception) (Fitriyah, 2021). Mengacu pada hal-hal tersebut, pendekatan konseling krisis berfokus solusi dapat dilakukan secara singkat, membangun potensi konseli yang sebenarnya, serta mampu mengkonstruksi solusi dari masalahnya.

Tujuan konseling krisis berfokus solusi adalah membantu individu memulihkan rasa trauma setelah peristiwa krisis atau bencana yang dialami dengan mengkonstruksi solusi pada masalah yang dihadapi berdasarkan kemampuan konseli sendiri. Dalam hal ini Individu diarahkan untuk lebih memperhatikan kelebihan-kelebihan yang dimiliki agar tidak terpengaruh pada kegagalan yang dialaminya (Nichols, 2010). Krisis ini dipandang sebagai keadaan ketidakseimbangan psikologis yang disebabkan oleh suatu peristiwa yang dianggap berbahaya dan ketidakmampuan untuk menggunakan keterampilan koping yang ada untuk menyelesaikan krisis (Roberts, 2000). (Furr & Carroll, 2003) menyatakan bahwa program konseling bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri klien.

Dengan demikian, untuk penyelenggaraan konseling krisis berfokus solusi dibutuhkan konselor yang kompeten. Konselor merupakan seseorang yang memiliki kemampuan khusus untuk mengampu proses konseling berlangsung. Konseling krisis memerlukan seorang konselor untuk mampu menanggapi kondisi krisis. Karena kondisi krisis terjadi tanpa dugaan maka konselor harus mampu bersikap tenang, peka dengan kondisi sekitar, bisa mengelola emosi, bisa mengambil keputusan dengan cepat, serta menguasai keterampilan konseling krisis (Bunu, 2020). Hal itu sejalan dengan pendapat (Sanyata, 2017) bahwa konselor berperan dalam membantu klien memutuskan pilihan solusi yang sesuai dengan perspektif klien.

Seorang konselor juga penting untuk memiliki kepribadian yang baik dan utuh. (Glading, 2012) menyampaikan bahwa kepribadian seorang konselor merupakan hal penting dalam proses konseling. Konselor harus memiliki sikap kedewasaan, ramah, dan empati. Kualitas pribadi konselor menjadi faktor penting dalam proses konseling. Kompetensi konselor yang dirasa paling penting adalah kualitas pribadi konselor. Seorang konselor juga penting untuk memiliki kepribadian yang baik dan utuh. (Glading, 2012) menyampaikan bahwa kepribadian seorang konselor merupakan hal penting dalam proses konseling. Konselor harus memiliki sikap kedewasaan, ramah, dan empati. Kualitas pribadi konselor menjadi faktor penting dalam proses konseling. Konselor sebagai pribadi harus bisa menunjukkan jati dirinya secara utuh, tepat, dan berarti, selain itu konselor juga harus membangun hubungan antarpribadi yang unik, dinamis, persuasif, dan kreatif dalam rangka menjadi faktor utama penggerak keberhasilan konseling (Putri, 2016).

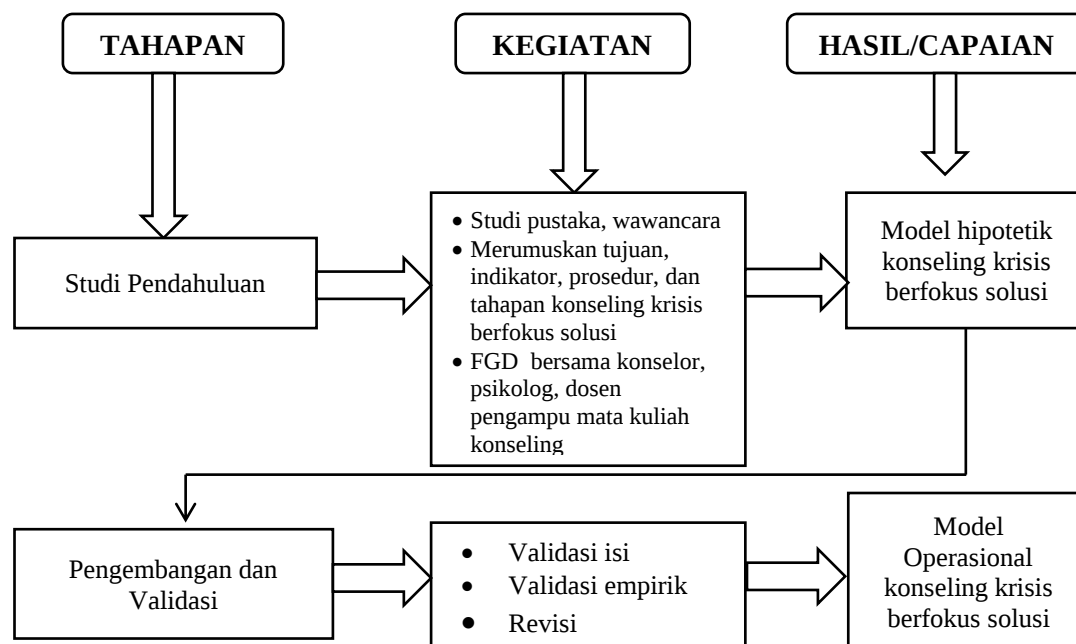
Walaupun pendekatan konseling krisis berfokus solusi (KKBS) dipandang mampu mereduksi kondisi trauma khususnya pada anak-anak, juga sebagai sarana melatih mahasiswa terjun ke masyarakat, permasalahan yang muncul adalah belum ada gambaran petunjuk konseling krisis berfokus solusi (KKBS) tersebut. Padahal dalam praktek di lapangan konseli khususnya mahasiswa memerlukan panduan sebagai petunjuk melakukan tahapan dan contoh pelaksanaan konseling krisis berfokus solusi. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan 1) menyusun modul konseling krisis berfokus solusi (KKBS) untuk mereduksi kondisi trauma pada anak pasca pandemi covid 19. 2). Melakukan validasi modul yang tersusun, baik dari sisi materi maupun tampilan modul. 3). Melakukan penyempurnaan modul berdasarkan hasil validasi dari para expert judgement.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *research and development* mengacu pada (Borg & Gall, 2003) yang bertujuan menghasilkan produk tertentu (Sugiyono, 2009). Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah modul konseling krisis berfokus solusi. Penyusunan modul konseling krisis berfokus solusi dilakukan melalui rincian kegiatan sebagaimana dijelaskan pada gambar 1.

Penyusunan model konseling krisis berfokus solusi dilakukan melalui rincian kegiatan sebagai berikut :
(1) Studi pendahuluan dengan melakukan analisis kebutuhan melalui studi pustaka dan wawancara. Selanjutnya merumuskan tujuan konseling krisis berfokus solusi, menentukan indikator, prosedur dan tahapan. Setelah mendapatkan gambaran tentang tujuan konseling krisis berfokus solusi, indikator, prosedur dan tahapan pelaksanaan kegiatan dilakukan FGD bersama konselor, psikolog dan para dosen BK pengampu mata kuliah konseling untuk mematangkan rancangan model konseling berfokus solusi. Hasil yang didapatkan pada tahap studi pendahuluan ini adalah model hipotetik konseling krisis berfokus solusi.
(2) Pengembangan dan validasi model hipotetik. Tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah melakukan uji validasi isi dan validasi empirik terhadap rancangan model konseling berfokus solusi, selanjutnya dilakukan

revisi terhadap hasil uji validasi tersebut. Hasil dari validasi model hipotetik adalah model operasional yang siap diterapkan kepada konseli. Dalam hal ini konseli adalah anak-anak yang mengalami trauma pasca pandemi dan konselor adalah mahasiswa BK yang telah memenuhi persyaratan tertentu.



Gambar 1. Alur Kegiatan Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan wawancara untuk mengetahui analisis kebutuhan mahasiswa tentang modul konseling, serta angket untuk mengukur validasi modul. Pedoman wawancara secara terperinci mengungkap tentang bagaimana pelaksanaan konseling krisis berfokus yang dilakukan mahasiswa? Kendala apa yang dialami mahasiswa saat melakukan konseling tersebut? Bagaimana mahasiswa mengatasi kendala tersebut? bagaimana pendapat mahasiswa dengan adanya petunjuk konseling dengan tersusunnya modul konseling krisis berfokus solusi? Subjek penelitian untuk mengetahui analisis kebutuhan tentang modul konseling adalah mahasiswa BK yang menempuh mata kuliah konseling anak dan remaja, yang berjumlah 3 orang.

Analisis deskriptif kuantitatif menggunakan angket tertutup yang mengungkap tentang isi materi serta penyajian modul. Ada sejumlah 22 pertanyaan dalam angket tertutup dengan empat alternatif jawaban yaitu sangat baik, baik, cukup baik dan kurang baik untuk dijawab responden. Selanjutnya analisis kualitatif diungkap melalui angket terbuka yang mengungkap tentang keunggulan, kelemahan modul serta saran untuk pengembangan modul.

Khusus untuk ahli media, analisis kuantitatif dilakukan melalui angket yang terdiri dari 18 item yang memuat tentang desain modul secara keseluruhan. Sedangkan analisis kualitatif sama seperti halnya pada *expert judgement* di bidang konseling dilakukan melalui angket terbuka untuk mengungkap keunggulan dan kelemahan modul serta saran untuk pengembangan modul. Subjek penelitian validasi modul adalah para *expert judgement* di bidang konseling dan ahli media. Teknik analisis data secara kuantitatif dan deskriptif kualitatif

Hasil dan Pembahasan

Sebagaimana dijelaskan pada metode penelitian, penelitian ini mengacu pada rancangan model (Borg & Gall, 2003), yang meliputi:

Penyusunan Modul

Modul yang disusun selain berdasarkan kajian literatur, juga berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa peserta mata kuliah konseling anak dan remaja. Hal ini untuk mengetahui kebutuhan mahasiswa dalam pelaksanaan konseling. Hasil wawancara dengan mahasiswa disimpulkan bahwa ketika praktikum

proses konseling, mahasiswa adakalanya mengalami kesulitan karena belum ada petunjuk praktis pelaksanaan konseling, terutama konseling krisis berfokus solusi, mengingat konseling ini dilakukan secara singkat dan fokus pada masalah. Dari hasil wawancara juga diketahui bahwa mahasiswa menganggap perlu untuk menguasai keterampilan konseling krisis berfokus solusi, karena pelaksanaan konseling yang waktunya singkat dan orientasi pada masalah. Di samping itu, mahasiswa perlu adanya modul sebagai pegangan dalam pelaksanaan konseling, agar tidak salah persepsi dalam melakukan praktek konseling krisis berfokus solusi.

Berdasarkan hal tersebut, tersusun modul konseling krisis berfokus solusi. Modul ini berisi pengantar modul yang menggambarkan tujuan disusunnya modul ini, Kompetensi, Indikator serta uraian materi. Materi yang tersusun dalam modul meliputi 1. Pendahuluan, 2. Kajian tentang krisis, 3. Konsep Konseling 4. Konseling Krisis 5. Konseling Singkat Berfokus Solusi 6. Konseling Krisis Berfokus Solusi (KKBS). Tampilan awal cover Modul Konseling Krisis Berfokus Solusi sebagaimana terlihat pada gambar 2.



Gambar 2. Cover awal Modul Konseling Krisis Berfokus Solusi

Pada modul konseling krisis berfokus solusi selain penjelasan tentang tahap proses konseling, juga disertai contoh pelaksanaan konseling. Kondisi ini seperti disampaikan (Kusmaryani et al., 2012) tentang pentingnya pemberian contoh penggunaan keterampilan konseling dalam penyusunan modul seperti pertanyaan, pernyataan maupun dalam bentuk perilaku. Tujuan pemberian contoh agar mempermudah mahasiswa ketika nantinya menerapkan modul kepada masyarakat yang membutuhkan penanganan konseling krisis berfokus solusi. Tujuan lain tentang penggunaan contoh adalah agar mahasiswa mempunyai persepsi yang sama dalam pelaksanaan konseling krisis berfokus solusi, sehingga tidak terjadi bias.

Setelah modul tersusun dilakukan Focus Group Discussion (FGD) bersama pakar bimbingan dan konseling untuk mematangkan materi modul konseling. Hasil FGD disimpulkan bahwa modul yang dibuat peneliti agar tidak terlalu berorientasi pada konseling singkat berfokus solusi (*Solution focused brief counseling /SFBC*), tetapi lebih fokus pada penjabaran Konseling Krisis Berfokus Solusi. Modul konseling ini sebaiknya mempunyai nama sendiri, yaitu Modul Konseling Krisis Berfokus Solusi.

Validasi modul

Suatu alat ukur dikatakan valid jika mampu menghasilkan data yang tepat sesuai dengan tujuan pengukurannya (Azwar, 2012). Validasi modul bertujuan mengevaluasi kegunaan dan mengetahui layak tidaknya suatu tes untuk tujuan tertentu yang memerlukan banyak sumber bukti (Hendryadi, 2017). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi untuk mengukur kesahihan modul. Hal ini bermakna bahwa apakah modul sudah layak atau belum untuk digunakan sebagai pegangan mahasiswa dalam praktek konseling. Penilaian tentang layak tidaknya suatu alat ukur merupakan hasil akhir dari validitas isi (Ihsan, 2016). Sejalan dengan hal tersebut, validitas isi dalam penelitian ini, bertujuan untuk melihat apakah modul konseling krisis berfokus solusi sebagai luaran penelitian sesuai dengan tujuan penelitian. Validitas isi dilakukan oleh para *expert judgement* bidang materi bimbingan dan konseling dan ahli media.

Berdasarkan hasil penilaian dari para *expert judgement* bidang materi secara kualitatif dan kuantitatif diketahui bahwa modul tergolong sudah cukup baik dan dapat dilanjutkan tahap berikutnya dengan adanya revisi. Hasil penilaian kuantitatif dari para *expert judgement* terkait materi konseling berkisar antara 56-68 dengan kategori baik. Konsep yang dipertanyakan oleh *expert judgement* adalah terkait kejelasan tentang teknik konseling. Dalam hal ini apakah menggunakan Ketrampilan Dasar Konseling, *Solution focused brief counseling* (SFBC) atau Konseling Krisis Berfokus Solusi (KKBS)? Dengan mengedepankan konsep Konseling Krisis Berfokus Solusi (KKBS), maka modul ini akan menunjukkan kekhasannya. Misalnya pelaporan KKBS harusnya disesuaikan dengan tahapan konseling tersebut. Kompetensi konselor sebagai syarat terlaksananya kegiatan konseling ini agar dispesifikkan khusus untuk Konseling Krisis Berbasis Solusi. Modul ini juga sebaiknya juga ada pembahasan lebih detail tentang konseling krisis, karena fokus modul ini pada individu yang mengalami situasi krisis. Perihal tata tulis masih terdapat beberapa ejaan yang disingkat padahal seharusnya dijabarkan. Hal lain adalah masih ada kata dalam Bahasa Inggris yang belum dicetak miring.

Hasil analisis kuantitatif *expert judgement* di bidang media (tampilan modul) menunjukkan skor 45, dengan kategori cukup baik. Hasil validasi modul dari ahli media disimpulkan agar modul akan lebih menarik jika dibuat desain yang lebih kekinian. Desain yang lebih menarik terkait warna, tata letak dan bentuk huruf seperti halnya pada halaman cover. Hal ini mengingat subjek yang menggunakan modul adalah mahasiswa yang termasuk generasi digital. Berikut adalah revisi cover setelah mendapatkan masukan dari *expert judgement* di bidang media.



Gambar 3. Cover akhir dan daftar isi Modul Konseling Krisis Berfokus Solusi

Penyempurnaan modul

Berdasarkan hasil validasi modul dari para *expert judgement* dilakukan penyempurnaan modul. Terkait teknik konseling, modul ini akan fokus menjelaskan tentang Konseling Krisis Berfokus Solusi beserta tahapannya. Ketrampilan dasar konseling dan konseling *Solution focused brief counseling* (SFBC) hanya sebagai dasar dalam mengembangkan Konseling Krisis Berfokus Solusi. Pada intinya tahapan konseling dalam modul ini meliputi tahap awal (pembukaan) berupa rapport (*problem free talk*), mengidentifikasi masalah, pemahaman masalah, dan keamanan klien (terkait kondisi krisis). Tahap kedua merupakan tahap inti konseling berfokus solusi, meliputi merumuskan masalah (*scalling, Miracle Question*), mencari alternatif solusi (*Exception*) dan memberikan dukungan. Tahap terakhir, berupa kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Pada tahap awal, rapport bertujuan membangun hubungan baik antara konselor dan konseli. Rapport yaitu Establishing Relationship atau hubungan kolaboratif dengan *problem free talk* artinya konselor dapat mengarahkan konseli untuk menceritakan potensi diri. Tahap rapport ini bertujuan untuk mengawali

konseling krisis berbasis solusi dengan hubungan kolaboratif antara konseli dan konselor sehingga tercapai konseling yang harmoni. Untuk membangun hubungan baik dan kolaboratif antara konselor dan konseli dapat menggunakan keterampilan kehadiran (Attending) (Mulawarman, 2019).

Dalam tahapan mengidentifikasi masalah, konselor memberikan pertanyaan netral kepada konseli. Dengan demikian konselor mengetahui lebih dalam mengenai konseli, seperti latar belakang dan solusi yang mungkin dapat dilakukan. Pada tahap pemahaman masalah ini, bertujuan untuk klarifikasi kembali agar tidak terjadi miskomunikasi antara konseli dan konselor serta dapat segera menyelesaikan permasalahan konseli (Prawitasari, 2020). Dengan dilakukannya tahapan ini diharapkan konselor lebih fokus untuk mengetahui apa yang diinginkan oleh konseli (Wiretna et al., 2020).

Mengidentifikasi permasalahan (Identifying a solvable complaint), yaitu membuka percakapan untuk mengajak konseli membicarakan hal-hal yang tidak terkait dengan masalahnya. Pada tahapan mengidentifikasi masalah dapat dimulai dengan mengucapkan salam, mempersilahkan duduk dan mengawali pembicaraan yang sifatnya umum serta tidak menyinggung perasaan konseli. Dalam hal ini konselor memberikan pertanyaan kepada konseli sehingga mengetahui penyebab permasalahan dari konseli, dan mengetahui latar belakang konseli. Dengan demikian konselor dapat memberikan kemungkinan-kemungkinan yang dapat digunakan sebagai solusi untuk permasalahannya (Mulawarman, 2019).

Tahap kedua merupakan tahap inti konseling berfokus solusi. Tahap kedua ini meliputi merumuskan masalah (scalling, Miracle Question), mencari alternatif solusi (Exception) dan memberikan dukungan. Scaling questions (Question-scale) atau pertanyaan berskala merupakan pertanyaan yang memungkinkan konseli untuk lebih memperhatikan apa yang telah dilakukan dan bagaimana dapat mengambil langkah yang akan mengarahkan pada perubahan-perubahan yang diinginkan. Dengan demikian perubahan tersebut dapat diamati. Contoh : “pada skala 0 berarti konseli merasa sangat tertekan dengan kondisi kedua orang tua yang bercerai dan 10 kamu merasa ikhlas dengan kondisi yang mengharuskan konseli resilien terhadap perceraian orang tua, sekiranya kamu pada angka berapa?”. Miracle Question merupakan pertanyaan yang diberikan kepada konseli dengan harapan konselor mengetahui output apa yang diinginkan konseli dalam melakukan sesi konseling ini. Contohnya apa yang dirasakan konseli apabila masalahnya dapat diselesaikan dan bagaimana konseli menyelesaikannya (Nugroho & Guswantoro, 2020).

Dalam tahap mencari alternatif solusi (Exception) dilakukan agar konseli dapat memecahkan permasalahannya dan memberikan dukungan. Konselor dapat menggali lebih dalam tentang keberhasilan apa yang pernah dilakukan konseli sehingga konselor dapat mendorong konseli untuk melanjutkan keberhasilannya tersebut. Meskipun demikian, apabila tujuan yang dilakukan konseli belum sampai ke tahap berhasil, konselor dapat memberi dorongan pada konseli agar mau mencoba hal lain yang belum pernah dilakukan sebelumnya oleh konseli (Wiretna et al., 2020) Mencari Alternatif Solusi (melalui teknik Exception.) Exception-finding questions (Questions discovery exception) adalah kalimat pengecualian, pertanyaan tentang waktu atau keadaan yang yang dapat membuat konseli merasakan terbebas dari masalahnya. Dengan demikian dapat membangun pengecualian yang dilakukan konseli untuk melakukan perubahan. Contoh, seperti pada saat-saat bagaimana konseli dapat merasa nyaman dalam proses adaptasi, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

Tahap terakhir, berupa kegiatan evaluasi dan tindak lanjut. Termination Evaluation adalah pengakhiran dan evaluasi. Pada tahapan ini konselor memberikan pertanyaan berskala untuk mengetahui peningkatan ataupun perubahan perilaku konseli pada saat sebelum dan setelah konseling. Konseli juga melakukan perjanjian konseling kembali jika tujuan konseling belum sesuai yang diharapkan sehingga masih dirasa perlu dilakukan konseling kembali. Mengevaluasi pencapaian perubahan pada konseli, konselor dapat menggunakan teknik scaling question untuk mengukur sejauh mana perubahan yang telah dirasakan konseli. Dalam mengidentifikasi rencana dan tindak lanjut, Konselor dalam mempertahankan perubahan yang telah disepakati konseli dan konselor. Selain itu konselor juga meminta konseli untuk menjelaskan kemungkinan rencana tindakan yang akan dilakukan konseli apabila terjadi suatu rintangan (Mulawarman, 2019).

Dalam melakukan sesi konseling ini, identifikasi masalah, perubahan kecil, penetapan tujuan, penanganan pengecualian, pertanyaan skala dan pertanyaan ajaib (problem identification, small changes, goal setting, handling exceptions, scaling questions and miracle question) adalah teknik inti dari wawancara pertama. Teknik seperti memberikan istirahat, umpan balik (pujian) dan tugas pekerjaan rumah (giving break, feedback (compliments) dan homework assignment) digunakan dalam sesi berikutnya (Macdonald, 2007), (Ime, 2019) Agar modul lebih menarik, maka pada tiap sub pokok bahasan dilengkapi dengan gambar untuk mendukung materi modul, serta didesain lebih menarik serta perubahan bentuk huruf agar lebih nyaman dibaca.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan dalam kegiatan FGD bahwa modul Konseling Krisis Berfokus Solusi agar tidak terlalu berorientasi pada konseling singkat berfokus solusi (*Solution focused brief counseling* /SFBC), tetapi lebih fokus pada penjabaran Konseling Krisis Berfokus Solusi. Modul ini sebaiknya juga mempunyai nama sendiri, yaitu Modul Konseling Krisis Berfokus Solusi. Hasil analisis kuantitatif *expert judgement* di bidang media (tampilan modul) termasuk kategori cukup baik dan disarankan agar modul lebih menarik seperti halnya pada cover modul. Sementara itu, hasil *expert judgement* bidang materi bimbingan dan konseling termasuk kategori baik. Penyempurnaan modul dilakukan terkait teknik konseling. Modul ini akan fokus menjelaskan tentang Konseling Krisis Berfokus Solusi beserta tahapannya. Keterampilan dasar konseling dan konseling *Solution focused brief counseling* (SFBC) hanya sebagai dasar dalam mengembangkan Konseling Krisis Berfokus Solusi. Tahapan konseling dalam modul ini meliputi tahap awal (pembukaan) berupa rapport (*problem free talk*), mengidentifikasi masalah, pemahaman masalah, dan keamanan klien (terkait kondisi krisis). Tahap kedua merupakan tahap inti konseling berfokus solusi, meliputi merumuskan masalah (*scalling, Miracle Question*), mencari alternatif solusi (*Exception*) dan memberikan dukungan. Tahap terakhir, berupa kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Referensi

- Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Borg, R Walter. Gall, D. M. (1983). Educational Research An Introduction (Fourth Edi). Longman Inc.
- Bunu, Y. Helmuth. (2020). Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying.
- Corey, G. 2016. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (9thed). Belmont: Brooks/Cole.
- Fauziah, M., Dahlan, U. A., & Pendahuluan, A. (2017). Urgensi konseling krisis dalam bimbingan dan konseling. 320–325.
- Fitriarti, E. A. (2017). Komunikasi Terapeutik Dalam Konseling (Studi Deskriptif Kualitatif Tahapan Komunikasi Terapeutik dalam Pemulihan Trauma Korban Kekerasan Terhadap Istri di Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta). Profetik: Jurnal Komunikasi, 10(1), 83. <https://doi.org/10.14421/pjk.v10i1.1223>.
- Fitriyah. (2021). Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Mengurangi Burnout Selama Belajar Dari Rumah Pada Siswa. Coensnesia. Indonesia of Journal Guidance and Counseling. 2 (2), 166-177. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i02.1651>.
- Furr, S. R., & Carroll, J. J. (2003). Critical Incidents in Student Counselor Development. Journal of Counseling and Development, 81(4), 483–489. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2003.tb00275.x>
- Gerung & Opit. (2020). Peran Pastoral Konseling Kristen di Tengah Pandemi Covid 19. Poimen. Jurnal Pastoral Konseling.
- Gladding, T. Samuel. 2012. Konseling: Profesi yang Menyeluruh. Indeks: Jakarta
- Green, R. A. (2014). The Delphi technique in educational research. SAGE Open, 4(2). <https://doi.org/10.1177/2158244014529773>.
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis, 2(2). <https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47>
- Hopson, L. M. & Kim, J. S. (2004). A Solution Focused Approach to Crisis Intervention With Adolescents. Journal of Evidence Based Social Work. 1 (2/3).
- Ihsan, H. (2016). Validitas Isi Alat Ukur Penelitian Konsep Dan Panduan Penilaiannya. PEDAGOGIA Jurnal Ilmu Pendidikan, 13(2), 266. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v13i2.3557>
- Ime, Y. (2019). Solution-focused brief therapy and spirituality. Spiritual Psychology and Counseling, 4(2), 143–161. <https://doi.org/10.12738/spc.2019.4.2.0065>
- Khairul Rahmat, H., & Alawiyah, D. (2020). Konseling Traumatik: Sebuah Strategi Guna Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam. Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani, 6(1), 34–44. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v6i1.372>
- Kusmaryani, R. E., Izzaty, R. E., & Triyanto, A. (2012). Pengembangan Modul Keterampilan Konseling Bagi Guru Bimbingan dan Konseling. Prosiding Seminar Nasional Dalam Rangka Dies Natalis Ke-48 Universitas Negeri Yogyakarta, 95–104.
- Lawson, D. M. (2000). The Development of Abusive Personality : A Trauma Response journal of counseling & development• fall 2001• volume 79 journal of counseling & development• fall 2001• volume 79. 4225, 121–125.

- Lee, N. Y., Zvonkovic, A. M., & Crawford, D. W. (2014). The Impact of Work-Family Conflict and Facilitation on Women's Perceptions of Role Balance. *Journal of Family Issues*, 35(9), 1252–1274. <https://doi.org/10.1177/0192513X13481332>
- Macdonald, A.J. (2007). *Solution-Focused Therapy: Theory, Research & Practice*. London: Sage Publications Ltd.
- McLeod, J. (2006). *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus*. Edisi Ketiga. Jakarta: Kencana.
- Mulawarman. (2019). SFBC (Solution Focused Group Counseling), *Konseling Singkat Berfokus Solusi: Konsep, Riset, dan Prosedur*.
- Nawangsih, E. (2016). Play Therapy Untuk anak-anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164–178. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>.
- Nichols, M. P. (2010). *Family Therapy: Concepts and Methods* (9th Ed). Boston.
- Nugroho, A. R., & Guswantoro, T. (2020). Creative Counseling (Proops) melalui Pendekatan SFBC (Solution-Focused Brief Counseling) untuk Meningkatkan Harga Diri (Self-Esteem) Siswa. *Jurnal Dinamika Pendidikan*, 13(3), 385–392. <https://doi.org/10.33541/jdp.v12i3.1295>
- Palmer, Stephen, 2010, *Konseling dan Psikoterapi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Prawitasari, I. (2020). Implementasi Pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Di Masa Pandemi Covid-19: a Literature Review. *Syi'ar: Jurnal Ilmu Komunikasi, Penyuluhan Dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 3(2), 123–130. <https://doi.org/10.37567/syiar.v3i2.671>
- Purnamasari, I. (2016). Perbedaan reaksi anak dan remaja pascabencana. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 3(1), 49–55. <https://ojs.unsiq.ac.id/index.php/ppkm/article/view/336>
- Rahayu, S. M. (2017). Konseling Krisis: Sebuah Pendekatan dalam Mereduksi Masalah Traumatik pada Anak dan Remaja. *Jurnal Pendidikan (Teori Dan Praktik)*, 2(1), 65. <https://doi.org/10.26740/jp.v2n1.p65-69>
- Rahma, U., & Rahayu, E. W. (2018). The Role of Family Social Support on Career Maturity of The Student Junior High. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 11(3), 194–205.
- Roberts, A. R. (2000) An overview of crisis theory and intervention model. In A.R. Roberts (Ed.) *Crisis Intervention Handbook*. New York: Oxford University Press.
- Rozzaqyah, F. (2020). Urgensi Konseling Krisis dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Indonesia. *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 0(0), 136–143. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/91%0Ahttp://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/snbk/article/view/1146>
- Sumarwiyah, S., Zamroni, E., & Hidayati, R. (2015). Solution Focused Brief Counseling (SFBC): Alternatif Pendekatan dalam Konseling Keluarga. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 1(2).
- Sandoval, Jonathan; Scott, Amy Nicole; Padilla, Irene. (2002) "Crisis counseling: An overview". *Psychology in the School*, 46(3), 246–256.
- Sanyata (2017). *Teori dan Praktik Pendekatan Konseling Feminis*. UNY.Press.
- Sugiyanto (2009). Peran Guru BK Dalam Penanganan Krisis. *Artikel Ilmiah. Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Suryana, E., Nizamuddin, N., Sabti, A., Imran, I., Syahrul, S., & Mawarpury, M. (2020). An Analysis of Psychological Trauma and Depression of Survivors in Recurring Disaster. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 8(3), 531. <https://doi.org/10.26811/peuradeun.v8i3.511>
- Training, S. C., Butler, L. D., Carello, J., Maguin, E., Butler, L. D., Carello, J., & Maguin, E. (2016). *Psychological Trauma : Theory , Research , Practice , and Policy Trauma , Stress , and Self-Care in Clinical Training : Predictors of Burnout , Compassion Satisfaction*.
- Wethington, H. R., Hahn, R. A., Fuqua-Whitley, D. S., Sipe, T. A., Crosby, A. E., Johnson, R. L., Liberman, A. M., Mościcki, E., Price, L. S. N., Tuma, F. K., Kalra, G., & Chattopadhyay, S. K. (2008). The Effectiveness of Interventions to Reduce Psychological Harm from Traumatic Events Among Children and Adolescents. A Systematic Review. *American Journal of Preventive Medicine*, 35(3), 287–313. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2008.06.024>
- Wiretna, C. D., Saputra, W. N. E., Muarifah, A., & Barida, M. (2020). Effectiveness of solution-focused brief counseling to reduce online aggression of student. *Universal Journal of Educational Research*, 8(3), 1092–1099. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080344>.