

# Implementasi Praktis **KONSELOR PSIKOSOSIAL**

**Arif, S.Sos., M.AP.  
Prof. Dr. Hadi Prayitno, M.Kes.  
Dr. Mahfudz Shiddiq, M.M.**



## **IMPLEMENTASI PRAKTIS KONSELOR PSIKOSOSIAL**

Penulis : Arif, S.Sos.,M.AP  
Prof. Dr. Hadi Prayitno, M.Kes  
Dr. Mahfudz Shiddiq, M.M

**ISBN : 978-623-495-236-0**

*Copyright* © September 2022  
Ukuran: 15,5 cm x 23 cm; Hal: viii + 126

Isi merupakan tanggung jawab penulis.

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak baik sebagian ataupun keseluruhan isi buku dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Desainer sampul : An Nuha Zarkasyi  
Penata isi : Fahrul Andriansyah

Cetakan 1, September 2022

Diterbitkan, dicetak, dan didistribusikan oleh  
**CV. Literasi Nusantara Abadi**  
Perumahan Puncak Joyo Agung Residence Kav. B11  
Merjosari Kecamatan Lowokwaru Kota Malang  
Telp : +6285887254603, +6285841411519  
Email: penerbitlitnus@gmail.com  
Web: www.penerbitlitnus.co.id  
Anggota IKAPI No. 209/JTI/2018

## PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan nikmat-Nya kami dapat menyelesaikan penulisan “Buku Petunjuk Praktikum Konselor Psikososial” sesuai dengan amanah yang diberikan kepada kami.

Sepenuhnya kami menyadari bahwa penulisan buku ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan yang berbahagia ini, kami mengucapkan terima kasih kepada pihak – pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu, yang telah membantu kami.

Kami menyadari bahwa buku ini masih perlu kajian lebih lanjut agar dapat memenuhi harapan masyarakat. Oleh karena itu, di masa mendatang diperlukan kajian sebagai tindak lanjut dari kajian ini.

**Jember, 21 April 2022**

**Tim Penyusun**



## DAFTAR ISI

**PRAKATA — iii**

**DAFTAR ISI — v**

**TATA TERTIB PRAKTIKUM — vii**

### **BAB I**

**PENDAHULUAN — 1**

Latar Belakang — 1

Tujuan Praktikum — 2

Manfaat Praktikum — 3

Ketentuan Praktikum — 4

### **BAB II**

**PERSIAPAN PRAKTIK KONSELOR PSIKOSOSIAL — 33**

Kajian Literatur — 33

Pembekalan Praktikum — 83

Penyusunan Rencana Kerja Praktikum — 83

Waktu Persiapan Praktikum — 84

### **BAB III**

**PELAKSANAAN PRAKTIKUM KONSELOR PSIKOSOSIAL — 85**

Persiapan — 85

Engagement, Intake, Contract — 85

Assessment — 98

Motivasi — 104

Konseptualisasi Masalah — 105

Seleksi Strategi Pemecahan Masalah — 105

Implementasi — 105

## **BAB IV — 109**

### **EVALUASI DAN PELAPORAN — 109**

Evaluasi — 109

Pencatatan dan Pelaporan — 110

### **DAFTAR PUSTAKA — 113**

### **LAMPIRAN — 117**



## TATA TERTIB PRAKTIKUM

Mahasiswa yang mengikuti kegiatan praktikum, diwajibkan mentaati tata tertib sebagai berikut:

1. Menyelesaikan persyaratan administrasi akademik.
2. Mengikuti kegiatan pembekalan yang diselenggarakan oleh LKPM jurusan ilmu kesejahteraan sosial.
3. Mengikuti kegiatan bimbingan persiapan praktik yang diselenggarakan oleh LKPM dan dosen pembimbing lapangan.
4. Berpakaian rapi dan sopan serta mengenakan jas almamater.
5. Mengikuti aturan, adat istiadat, dan tata tertib yang berlaku di lokasi praktikum.
6. Tidak diperbolehkan membawa pacar atau keluarga (suami, istri dan anak) untuk menginap di lokasi praktikum.
7. Wajib menjaga nama baik almamater, termasuk menjaga nama baik sesama praktikan.
8. Wajib memelihara kekompakan kelompok.
9. Setiap minggu mahasiswa melaksanakan tugas minimal selama 8 jam lapangan dan sisa waktu digunakan untuk melaksanakan tugas-tugas yang bersifat administratif.
10. Wajib melakukan finalisasi penulisan laporan praktikum dengan bimbingan dan arahan dosen pembimbing sesuai jadwal yang telah ditentukan.
11. Wajib mengikuti ujian lisan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan oleh masing-masing dosen pembimbing.
12. Bagi praktikan yang sudah mengikuti ujian lisan praktikum wajib memperbaiki dan menyerahkan laporan praktikum ke LKPM jurusan ilmu kesejahteraan sosial, paling lambat seminggu setelah ujian lisan praktikum. Apabila tidak menyerahkan perbaikan laporan praktikum sampai berakhirnya masa pengumuman nilai mata kuliah, maka nilai yang diperoleh akan berubah menjadi B.
13. Bagi mahasiswa terkena point 12, masih mempunyai kesempatan untuk memperbaiki laporan praktikum, sebagai prasyarat mengikuti Ujian Akhir (skripsi)





## BAB I PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Mahasiswa Jurusan Ilmu Kesejahteraan, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Jember adalah calon pekerja sosial yang harus memiliki selain pengetahuan, keterampilan pekerjaan sosial, juga harus memiliki kompetensi untuk melakukan intervensi pekerjaan sosial. Intervensi pekerjaan sosial terdiri atas intervensi aras mikro, aras mezzo, dan juga intervensi aras makro. Selain memiliki kompetensi diatas, sarjana ilmu kesejahteraan sosial berdasarkan profil lulusan nasional seharusnya memiliki kompetensi sebagai berikut:

1. Konselor psikososial
2. Manajer lembaga pelayanan sosial
3. Pekerja sosial komunitas
4. Analisis kebijakan sosial
5. Peneliti sosial

Praktikum konselor psikososial merupakan bagian intervensi pekerjaan sosial mikro yang wajib dilaksanakan oleh mahasiswa Ilmu Kesejahteraan Sosial pada semester III sebagai calon pekerja sosial untuk bisa memenuhi tuntutan profil lulusan yang terstandarisasi. Kegiatan ini dijadikan media pembelajaran untuk menerapkan berbagai pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh mahasiswa di dalam kelas selama masa perkuliahan. Selain itu, untuk mengasah kompetensi pekerjaan sosial serta kepekaan dalam menangani masalah sosial atau Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dan pendayagunaan Potensi Sumber Kesejahteraan Sosial di tingkat individu.

menggunakan Teknik pengumpulan data dan data yang obyektif, dimakan, menggunakan instrument pengumpulan data.

### 3. Model Supervisi Artistik

Suatu pengetahuan sangat diperlukan dalam mengajar, sedangkan dalam mengajar diperlukan ketrampilan atau *skill*. Hal ini berkaitan dengan supervisi yang merupakan suatu pengetahuan dan ketrampilan yang digunakan dalam bekerja dengan orang lain ataupun bekerja melalui orang lain. Dalam hal ini hubungan antara manusia dengan manusia atau individu dengan individu merupakan hal pokok utama dalam supervisi. Dalam supervisi, untuk membangun pola interaksi dan hubungan dengan orang lain diperlukan adanya suatu rasa saling percaya, saling menghormati, saling mengakui dan saling menerima orang lain apa adanya.

## Pendekatan Supervisi Pendidikan

Sudjana ( 2004 ) membagi pendekatan supervisi menjadi dua, yaitu pendekatan langsung ( *direct contact* ) dan pendekatan tidak langsung ( *indirect contact* ). Pendekatan langsung dapat berupa tatap muka sedangkan pendekatan tidak langsung berupa pendekatan melalui perantara seperti melalui surat, media massa, media elektronik, internet dan lain sebagainya. Menurut Sahertian ( 2000 ) menyatakan beberapa pendekatan, perilaku supervisor :

### 1. Pendekatan langsung (direktif)

Pendekatan direktif adalah suatu cara pendekatan secara langsung. Seorang supervisor memberikan arahan secara langsung, tentu dalam pendekatan langsung ini seorang supervisor lebih dominan. Pendekatan direktif ini menggunakan prinsip behavioristik, dimana seseorang yang telah melalui proses belajar akan menunjukkan perubahan perilaku yang berasal dari stimulus atau rangsangan.

### 2. Pendekatan tidak langsung

Pendekatan tidak langsung disebut juga dengan non- direktif. Seorang supervisor tidak secara langsung mengatakan permasalahan, akan tetapi seorang supervisor memberikan waktu terlebih dahulu seorang dosen untuk menceritakan permasalahannya. Pada intinya perilaku seorang supervisor dalam pendekatan non- direktif yaitu mendengarkan, memberi penguatan menjelaskan, menyajikan dan memecahkan masalah.

## **BAB II**

### **PERSIAPAN PRAKTIK KONSELOR PSIKOSOSIAL**

#### **Kajian Literatur**

Tahapan persiapan kegiatan praktikum konselor psikososial diantaranya adalah dengan melakukan kajian literatur. Kajian literatur merupakan aktivitas mahasiswa untuk memahami konsep dan teori yang terkait dengan ruang lingkup praktikum konselor psikososial. Kegiatan ini dilakukan dengan mempelajari bahan-bahan dan sumber bacaan, baik melalui buku teks, buku elektronik, jurnal atau penerbitan berkala maupun sumber-sumber lainnya. Bahan-bahan ini disusun secara sistematis dan dibuat menjadi makalah atau tulisan ilmiah yang dapat dijadikan panduan bagi mahasiswa dalam melaksanakan praktikum.

Semua kajian literatur yang telah dilakukan oleh mahasiswa di konsultasikan secara intensif dengan dosen pembimbing dan dituangkan dalam bentuk makalah atau karya ilmiah. Makalah atau karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa peserta praktikum konselor psikososial ini harus sesuai sebelum keberangkatan ke lapangan.

Bahan bacaan yang terkait dengan praktikum konselor psikososial meliputi:

#### **Kajian Psikologi**

##### **Definisi Psikologi**

Manusia merupakan makhluk sosial yang dianugerahi pikiran dan penglihatan untuk mempelajari segala aspek kehidupan. Selain itu manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang selalu mencari tahu dan ingin tahu tidak hanya sesuatu yang ada di lingkungan sekitarnya, akan tetapi manusia juga tertarik untuk mempelajari keadaan manusia itu sendiri. Landasan

15. Follow-up dan penundaan pengukuhan. Apabila *token economy* sudah berhasil meningkatkan perilaku, sedangkan pengukuhan sosial belum dapat menggantikan program kepingan, maka perlu adanya penundaan pemberian kepingan.

## Kelebihan Teknik *Token Economy*

*Token economy* sebagai teknik modifikasi perilaku tentu memiliki kelebihan dibandingkan yang lain. Ayllon dan Azrin (dalam Miltenberger, 2008: 510-513) menyatakan bahwa menggunakan *token economy* mempunyai banyak kelebihan, yaitu:

1. Token dapat menguatkan tingkah laku siswa dengan seketika setelah terjadi.
2. *Token economy* tersusun dengan baik sehingga tingkah laku siswa yang diharapkan diperkuat secara konsekuen.
3. Token merupakan penguat yang dikondisikan secara umum karena akan dipasangkan dengan penguat lain yang bervariasi.
4. Token mudah untuk dibagikan dan penerima mudah menjumlahkan.
5. Token dapat dengan mudah diukur sehingga tingkah laku yang berbeda dapat menerima token lebih banyak atau lebih sedikit.
6. Penukaran token mudah dilaksanakan karena penerima dapat menjumlahkan token yang dapat mengubah masalahnya dalam bertingkah laku.
7. Penerima dapat belajar kemampuan-kemampuan yang terlibat dalam perencanaan kedepannya dengan menyimpan token untuk penukaran hal-hal yang lebih diinginkan.

Teknik *token economy* dapat diimplementasikan dengan tingkat keberhasilan tertentu untuk semua subjek yang perilakunya layak untuk dimodifikasi. Erford (2016: 402) juga menyatakan beberapa kelebihan dari *token economy* yaitu “*token economy* dapat digunakan untuk memperbaiki manajemen kelas, dan juga dapat digunakan untuk meningkatkan partisipasi kelas”. Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa selain untuk modifikasi perilaku, *token economy* juga dapat digunakan untuk meningkatkan pembelajaran di kelas, yaitu pengelolaan kelas dan partisipasi belajar.

Latihan terapi relaksasi progresif adalah salah satu teknik relaksasi otot yang terbukti dalam program pengobatan insomnia, kecemasan, kelelahan, kram otot, nyeri punggung dan leher, dan hipertensi, tekanan, obsesi ringan, dan gagap (Eyet, Zaitun dan Ati 2017) .

Relaksasi adalah salah satu Teknik terapi perilaku yang pertama kali diperkenalkan oleh Edmund Jacobson, seorang psikolog Chicago yang mengembangkan Metode Fisiologis untuk manajemen stres dan kecemasan. Metode relaksasi terdiri dari beberapa macam, diantaranya Miltenberger (2004) mengemukakan ada lima macam relaksasi :

Relaksasi progresif sampai saat ini menjadi metode relaksasi termurah, tidak memerlukan imajinasi, tidak ada efek samping, mudah untuk dilakukan, serta dapat membuat tubuh dan pikiran terasa tenang, rileks, dan lebih mudah untuk tidur (Davis, 1995).

## **Prosedur Relaksasi Otot**

Prosedur pemberian terapi relaksasi otot progresif sebagai berikut :

1. Bina hubungan saling percaya
2. Jelaskan prosedur, yaitu tujuan, posisi berbaring atau duduk di kursi dengan kepala ditopang
3. Waktu 2x15 menit per jam.
4. Anjurkan klien untuk mencari posisi yang nyaman dan menciptakan lingkungan yang nyaman juga.
5. Membimbing klien untuk melakukan Teknik relaksasi (prosedur di ulang paling kurang lebih satu kali). Jika dianggap kurang, bisa diulang bahkan sampai 5 kali.
6. Anjurkan pasien untuk posisi berbaring atau duduk bersandar. (sandaran pada kaki dan bahu).
7. Bimbing pasien untuk melakukan latihan nafas dalam dan menarik nafas melalui hidung dan menghembuskan dari mulut seperti bersiul.
8. Kepalkan kedua telapak tangan, lalu kencangkan bisep dan lengan bawah selama lima sampai tujuh detik. Bimbing klien ke daerah otot yang tegang, anjurkan klien untuk merasakan, dan tegangkan otot sepenuhnya kemudian relaksasi 12-30 detik.
9. Kerutkan dahi ke atas pada saat yang sama, tekan kepala mungkin ke belakang, putar searah jarum jam dan kebalikannya, kemudian

## **BAB III**

### **PELAKSANAAN PRAKTIKUM KONSELOR PSIKOSOSIAL**

Praktikum konselor psikososial pada dasarnya adalah proses pemberian dukungan kepada individu agar dapat menyadari permasalahan dan penyelesaian yang seharusnya dilakukan oleh klien guna meningkatkan keberdayaan seseorang melalui intervensi praktik konseling psikososial yang digunakan untuk menyelesaikan masalah seseorang.

Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut :

#### **Persiapan**

Proses persiapan dilakukan oleh seluruh mahasiswa yang menempuh mata kuliah praktikum konselor psikososial didampingi dengan Dosen yang diberikan tugas untuk memberikan materi pembekalan selama 4 minggu. Persiapan dilakukan untuk melatih mental setiap praktikan agar dapat menjadi pribadi yang lebih tangguh dan dapat diterima pada saat proses praktikum berlangsung. Selain itu, tujuan dari adanya pembekalan ialah untuk menyamakan persepsi praktikan.

#### ***Engagement, Intake, Contract***

Proses ini merupakan proses agar klien yang telah terpilih memiliki kesadaran adanya masalah yang masih mereka hadapi sehingga mereka memiliki keinginan untuk melakukan perbaikan sehingga dapat secara maksimal berfungsi sosial di keluarga dan masyarakatnya. Selain itu, dalam tahapan ini menunjukkan jika praktikan konselor psikososial juga harus mampu menjalin relasi yang baik antara klien dengan konselor psikososial sehingga klien memiliki kepercayaan yang tinggi pada konselor



Klien dapat merasakan bahwa pekerja sosial merupakan pribadi yang penuh pengertian dan perhatian, sehingga kepercayaan akan muncul dan terus berkembang. Untuk dapat menumbuhkan dan memelihara iklim yang ada, pekerja sosial dituntut untuk memiliki kemampuan menghargai klien, bersifat empatik dan gigih dalam mempelajari dan memahami permasalahan. Komunikasi nonverbal banyak dipergunakan dalam tahap ini, sehingga berbagai perasaan dapat diekspresikan dan dapat diambil jalan keluarnya.

Pada tahap ini, pekerja sosial hanya dapat memperoleh pengetahuan tentang klien, situasi dan kesadaran dirinya secara umum. Pada saat yang bersamaan, pekerja sosial berupaya untuk memahami dan sekaligus mengevaluasi klien. Pendapat-pendapat tentang orang, situasi, permasalahan, strategi pemecahan, kegiatan emosional, sikap praduga, kecemasan, ketakutan, dan permusuhan antara pekerja sosial dengan klien perlu dipertimbangkan sebelumnya. Hal itu dapat menimbulkan kejujuran dari diri klien, kejujuran tersebut sangat penting dalam menjalankan tahap engagement yang sulit.

Pekerja sosial harus memiliki sudut pandang yang objektif, keterbukaan pikiran, kemampuan untuk menyadari dan mengontrol reaksi – reaksi mereka sendiri. Keahlian pekerja sosial yang sama pentingnya adalah kemampuan menyadari keberadaan klien dan hubungan antara pekerja sosial dengan klien. Singkatnya, pekerja sosial bukanlah penentu keberhasilan proses pertolongan, melainkan sebagai pemberi fasilitas keberhasilan.

Pekerja sosial dalam tahap awal, *engagement*, adalah menawarkan diri untuk memberikan pelayanan. Pekerja sosial mewakili institusi – institusi sosial untuk menemukan diri dan mewujudkan sikap dan harapan-harapan mereka. Sama halnya profesi pertolongan lainnya seperti guru, ahli fisika, dan ahli hukum, maka subjek atau pokok pertanyaan meliputi motivasi, pengetahuan, keterampilan dan sikap mereka terhadap kliennya.

*Engagement* dapat dicapai ketika klien dan pekerja sosial tanggap terhadap hal – hal terkait serta dapat berkomunikasi dalam situasi – situasi yang sensitif. *Engagement* dapat mulai dilaksanakan pada pelayanan pekerja sosial yang relevan dengan kebutuhan klien. Proses engagement akan memberikan kesempatan klien untuk mengekspresikan harapan-harapannya kepada pekerja sosial dan lembaga dimana pekerja sosial bekerja. Orang melihat pertolongan dan pelayanan berbeda-beda,

## **BAB IV**

### **EVALUASI DAN PELAPORAN**

#### **Evaluasi**

Evaluasi merupakan kegiatan untuk mengetahui sejauh mana praktikan dapat memahami, memiliki kemampuan, dan terampil dalam kegiatan praktikum. Terdapat 4 (empat) prinsip evaluasi, yaitu: Prinsip Berkesinambungan (Kontinuitas), Prinsip Menyeluruh (Komprehensif), Prinsip Objektif, dan Prinsip Mendidik (Edukasi).

Evaluasi terhadap praktikum konselor psikososial meliputi :

#### **Evaluasi Proses Praktikum**

Evaluasi pelaksanaan praktikum ditujukan untuk menilai tingkat penguasaan mahasiswa terhadap keterampilan-keterampilan yang diperlukan untuk melakukan kegiatan praktikum konselor psikososial, kemampuan mahasiswa dalam menganalisis informasi hasil asesmen, serta kreativitas dan ketepatan dalam merancang intervensi. Evaluasi proses pelaksanaan praktikum lebih ditekankan pada ketepatan mahasiswa mengikuti prosedur pelaksanaan praktikum konselor psikososial.

Aspek-aspek yang dinilai dalam evaluasi proses antara lain :

1. Membangun relasi yang baik dan kondusif untuk pengembangan potensi klien sehingga ke depan akan memudahkan klien dalam menyelesaikan masalahnya.
2. Membangun kesempatan bersama masyarakat dalam rangka penyiapan kerjasama dengan masyarakat.
3. Mengoptimalkan motivasi individu untuk menyelesaikan sebuah masalah.



## DAFTAR PUSTAKA

- A. Juntika, Nurihsan, Yusuf, Syamsu. 2010. Landasan Bimbingan dan Konseling. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Adi, Isbandi, Rukminto. 2017. Kesejahteraan Sosial (Pekerjaan Sosial, Pembangunan Sosial, dan Kajian Pembangunan). Bandung: Rajawali Pers.
- Andi Marpiare, pengantar konseling dan psikotrapedi edisi kedua ( Jakarta: Rajawali Pres, 2011 ), h. 75
- Andrian Liem. 2020. Pengobatan Komplementer dan Alternatif Dalam Psikologi Klinis. Sanata Dharma University Press
- Asih, Rizka Lestiarno. 2017. *Penerapan Teknik Token*. FKIP UMP
- Boeree. George. 2005. Sejarah Psikologi. Jogjakarta: PrismaSophie
- Burgoon, M. & Ruffner, M. 1978. Human Communication: A Revision of Approaching Speech /Communication. New York: Rinehart & Winston.
- Cunliffe A. Muriel. 1939-1970. Family CaseWork. Journal Article. Vol. 17, No. 1. Hal 6- 12 . <https://www.jstor.org/stable/43760479>
- Darmawati Evia, Kons. 2012. *Psikodrama Satu Teknik Konseling Traumatik Dalam Suasana Kelompok*. Batusangkar : Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling
- Du Bois, Brenda & Karla, 1992. Social Work an Empworing Profession. Krogstud Miley.
- Gerald, Corey dan E Koswara. 2005. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: PT Refika Aditama.

## LAMPIRAN

### LAMPIRAN 1 PROPOSAL PRAKTIKUM



JUDUL PROGRAM SECARA UMUM

LOKASI SASARAN

## PROPOSAL PRAKTIKUM

Disusun Oleh :

1.NAMA MAHASISWA

NIM. ....

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS JEMBER  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
JURUSAN ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL  
LEMBAGA KAJIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT  
(LKPM) (BULAN, TAHUN)

**LAMPIRAN II : SISTEMATIKA LAPORAN**



JUDUL KEGIATAN LOKASI SASARAN

LAPORAN PRAKTIKUM

Disusun Berdasarkan Pelaksanaan Praktikum Pada Tanggal  
.....s.d..... 20.....

Disusun Oleh :

Nama mahasiswa

NIM. ....

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN  
TEKNOLOGI**

**UNIVERSITAS JEMBER**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK JURUSAN  
ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL LEMBAGA KAJIAN DAN  
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT (LKPM)**

**(BULAN, TAHUN)**