

PELATIHAN KETERAMPILAN DIALECTICAL BEHAVIOR THERAPY BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DI DINAS PENDIDIKAN MUARO JAMBI

Rasimin ^{1*)}, Affan Yusra ¹⁾, Sri Annisa Walindarahma ¹⁾, Ega Puspita Sari ¹⁾

¹⁾ Universitas Jambi

*Email: affan15yusra@unja.ac.id

Abstrak

Muaro Jambi terdapat Sebagian telah memiliki guru bimbingan dan konseling, namun terdapat pula sekolah yang guru bimbingan dan konseling nya bukan berlatar belakang bimbingan dan konseling dan terdapat juga sekolah yang belum memiliki guru bimbingan dan konseling. beberapa guru bimbingan dan konseling berpendapat bahwa rendahnya: 1. pemahaman hakikat dan fungsi bimbingan dan konseling di sekolah paradigma baru dan 2. keterampilan bimbingan kelompok merupakan masalah yang paling urgen untuk segera diselesaikan. Adapun metode yang digunakan metode workshop suatu bentuk kegiatan yang mana ada beberapa orang ahli bidang tertentu dan berkumpul dengan sekelompok orang dengan latar belakang maupun profesi yang sama serta melakukan kegiatan interaksi secara bersama untuk membahas suatu masalah tertentu. Dalam proses pelaksanaannya, kegiatan workshop ini biasanya akan lebih fokus untuk membahas berbagai masalah tertentu yang disertai dengan pelatihan. Para peserta di dalamnya akan mendapatkan pengetahuan baru yang sangat bermanfaat dan juga bisa diterapkan sesuai dengan bidang profesi yang dimilikinya.

Kata kunci: pelatihan, keterampilan, dialectical behavior therapy, bimbingan kelompok

Abstract

Muaro Jambi has some already have guidance and counseling teachers, but there are also schools whose guidance and counseling teachers do not have a guidance and counseling background and there are also schools that do not have guidance and counseling teachers. several guidance and counseling teachers argue that the low: 1. understanding of the nature and function of guidance and counseling in new paradigm schools and 2. group guidance skills are the most urgent problems to be resolved immediately. The method used is the workshop method, a form of activity in which there are several experts in a particular field and gather with a group of people with the same background or profession and carry out interactive activities together to discuss a particular problem. In the implementation process, this workshop activity will usually focus more on discussing various specific problems accompanied by training. The participants in it will gain new knowledge that is very useful and can also be applied according to the field of profession they have.

Keywords: training, skills, dialectical behavior therapy, group guidance

Pendahuluan

Guru Bimbingan dan Konseling Khususnya di Sekolah Menengah Pertama Negeri yang berberada yang berada di bawah Dinas Pendidikan Muaro Jambi. Dinas Pendidikan Muaro Jambi sebagai payung yang mengawasi kinerja guru SMP Terkhusus guru bimbingan dan konseling menugaskan pengawas di bidang BK yang bertugas mengevaluasi, mensuervisi guru bimbingan dan konseling. Selain tugasnya pengawas sebagai merupakan wadah yang bertugas penjamin mutu Layanan, peningkatan profesionalisme guru-guru bimbingan dan konseling di kabupaten tersebut. Kantor Dinas Pendidikan Muaro Jambi terletak di JL. Lintas Timur, Muaro Jambi, Komplek Perkantoran Bukit Cinto Kenang, Bukit Baling, Sekernan, Kabupaten Muaro Jambi, Jambi. Dinas Pendidikan ini

kurang lebih membawahi 66 SMP yang terdiri dari SMPN dan SMP. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari studi pendahuluan, selain dibawah payung Dinas Pendidikan Muaro Jambi, Guru bimbingan dan konseling di Muaro Jambi memiliki pekumpulan MGBK, perkumpulan ini melakukan pertemuan rutin sekali dalam satu bulan dengan dihadiri oleh pengawas dari dinas pendidikan Muaro Jambi. Pertemuan biasanya berisi kegiatan pelatihan yang bersifat kolegial dan diselenggarakan secara swadaya. Pada saat-saat tertentu, forum ini juga mengundang narasumber ahli dari perguruan tinggi maupun praktisi bimbingan dan konseling dari lembaga lain.

Sebagaimana sekolah-sekolah menengah pertama yang berada di Kabupaten muaro jambi didominasi oleh sekolah negeri. Hal ini berdampak pada kualifikasi Guru Bimbingan dan konseling yang dimiliki oleh sekolah-sekolah tersebut. Di Muaro Jambi terdapat Sebagian telah memiliki guru bimbingan dan konseling, namun terdapat pula sekolah yang guru bimbingan dan konseling nya bukan berlatar belakang bimbingan dan konseling dan terdapat juga sekolah yang belum memiliki guru bimbingan dan konseling. Hal ini berdampak pada rendahnya keterampilan pemberian layanan bimbingan dan konseling. Namun demikian, motif altruistik yang tinggi pada para guru bimbingan dan konseling tersebut membuat mereka bersemangat untuk mempelajari keterampilan-keterampilan baru dan arah perkembangan bimbingan dan konseling yang diperlukan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam kondisi yang tidak bisa permanen seperti saat ini.

Adapun kondisi keterampilan guru bimbingan dan konseling di kabupaten ini masih dalam kategori redah. Berdasarkan hasil wawancara perwakilan dari dinas pendidikan dan guru, terdapat beberapa masalah yang dihadapi oleh para guru bimbingan dan konseling di wilayah ini. Masalah-masalah tersebut antar lain: (1) pemahaman hakikat dan fungsi bimbingan dan konseling di sekolah paradigma baru; (2) keterampilan penyusunan program bimbingan dan konseling; (3) keterampilan konseling; dan (4) keterampilan penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok; Di antara masalah-masalah tersebut, beberapa guru bimbingan dan konseling berpendapat bahwa rendahnya pemahaman hakikat dan fungsi bimbingan dan konseling di sekolah paradigma baru dan keterampilan bimbingan kelompok merupakan masalah yang paling urgen untuk segera diselesaikan [1]. Bimbingan kelompok adalah layanan yang dilakukan secara kelompok dalam rangka mereduksi dan preventif masalah sosial yang sedang hangat terjadi di lingkungan tersebut. mengungkapkan Hal ini karena keterampilan tersebut diperlukan untuk membantu siswa-siswa yang memiliki masalah hambatan dalam perkembangannya. Selanjutnya Prayitno menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan diri pribadi yang menjadi anggota kelompok [2].

Sementara ini, [3] pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan dengan cara yang lebih mirip dengan diskusi biasa diluar prosedur dan penggunaan Teknik yang kurang tepat sehingga pelaksanaan bimbingan kelompok tidak berjalan sebagaimana semestinya. Berdasarkan kondisi tersebut, dilaksanakanlah pelatihan untuk meningkatkan keterampilan Bimbingan Kelompok untuk para guru bimbingan dan konseling dimaksud. Lebih lanjut, [4] faktor-faktor yang berkontribusi pada keberhasilan konseling, yaitu: faktor perubahan dinamika kelompok, faktor hubungan terapeutik, faktor ekspektansi, dan faktor teknik-teknik spesifik. Di antara keempat faktor tersebut, faktor terbentuknya dinamika kelompok menyumbang 30% pada keberhasilan Bimbingan kelompok, faktor ekspektansi sebesar 10%, dan faktor teknik-teknik spesifik sebesar 15%. Faktordinamika kelompok dan faktor teknik-teknik spesifik merupakan faktor yang dapat diusahakan oleh guru bimbingan dan konseling, sementara sisanya merupakan faktor di luar kuasa guru bimbingan dan konseling. Selanjutnya [5] Terapi Perilaku Dialektika atau Dialectic Behaviour Therapy adalah terapi yang dilakukan pada anak yang mengalami gangguan kepribadian dengan tanda anti sosial tahap melewati batas hukum yang tarafnya ditetapkan negara. [6] Dialectic Behaviour Therapy ini memiliki elemen penting penentu keberhasilan dalam prosesnya sebagai berikut: (a) melayani lima fungsi pemulihan, (b) teori biososial dan berfokus pada emosi dalam pemulihan, (c) filosofi dialektis yang konsisten, dan (d) perhatian dan intervensi berorientasi penerimaan. Berdasarkan kajian oleh [4] dan [5] pada paragraf sebelumnya, kemampuan untuk membentuk dinamika kelompok hendaknya lebih diutamakan dan faktor Teknik-teknik sebesar untuk dikuasai oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Karena itu, pelatihan ini bertujuan untuk melatih keterampilan-keterampilan membangun dinamika kelompok, yang dalam hal ini disebut sebagai keterampilan Dialectic Behaviour Therapy dalam Bimbingan Kelompok. Secara umum, terdapat elemen keterampilan yang harus dikuasai Dialectic Behaviour Therapy dalam bimbingan kelompok, yaitu keterampilan penting penentu keberhasilan dalam prosesnya sebagai berikut: (a) melayani lima fungsi pemulihan, (b) teori biososial dan berfokus pada emosi dalam pemulihan, (c) filosofi dialektis yang konsisten, dan (d) perhatian dan

intervensi berorientasi penerimaan [6]. Penggunaan metode ini dengan dilandasi dengan elemen-elemen yang kuat dalam bimbingan kelompok pada factor membangun dinamikakelompok yang berkontribusi sebesar 30 % sebagai poin dasar dalam proses bimbingan kelompok [4].

DBT didasarkan pada pandangan dialektis yang menekankan dasar interrelatedness atau keutuhan realitas dan menghubungkan langsung ke konteks yang lebih besar dari perilaku. Dari pandangan dialektis, realitas ini tidak dilihat sebagai statis, tetapi terdiri dari menentang kekuatan (tesis dan antitesis) yang dapat berkembang sintesis, menghasilkan serangkaian baru menentang kekuatan. Individu terjebak dalam polaritas, mampu bergerak melampaui konflik, dan terapis membantu klien untuk menyelesaikan dilema dialektis atau konflik dan pindah ke sebuah sintesis. Sintesis adalah cara yang berbeda untuk menjadi, perspektif yang berbeda yang bergerak melampaui konflik. Dari sudut pandang ini, strategi dialektis mendasar yang digunakan oleh terapis adalah untuk tetap sadar polaritas klien terjebak dalam dan menyarankan cara keluar (misalnya, menggunakan keterampilan) [7].

Oleh karena itu, pelatihan profesional yang komprehensif bagi guru bimbingan dan konseling, khususnya dalam pendekatan seperti Konseling Dialectical Behavioral (DBC), menjadi sangat relevan dan penting karena dapat meningkatkan kesejahteraan remaja [8]. Mengingat kompleksitas tantangan emosional dan sosial yang dihadapi siswa saat ini, pelatihan DBC bagi guru bimbingan dan konseling menjadi sangat signifikan. Konseling dialectical behavioral mengajarkan keterampilan mindfulness, efektivitas interpersonal, keterampilan regulasi emosi, dan keterampilan toleransi terhadap masalah [9]. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan keefektifan intervensi yang diberikan kepada siswa, tetapi juga membekali guru dengan keterampilan untuk mendukung siswa dalam menghadapi tantangan sehari-hari, baik di sekolah maupun dalam kehidupan pribadi mereka. Selain itu, pengembangan ketrampilan konseling sangat penting untuk dapat meningkatkan kemampuan guru bimbingan dan konseling [10].

Berdasarkan hasil wawancara perwakilan dari dinas pendidikan dan guru, terdapat beberapa masalah yang dihadapi oleh para guru bimbingan dan konseling di wilayah ini. Masalah-masalah tersebut antar lain: (1) pemahaman hakikat dan fungsi bimbingan dan konseling di sekolah paradigma baru; (2) keterampilan penyusunan program bimbingan dan konseling; (3) keterampilan konseling; dan (4) keterampilan penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok; Di antara masalah-masalah tersebut, beberapa guru bimbingan dan konseling berpendapat bahwa rendahnya pemahaman hakikat dan fungsinya. Dari ke empat permasalahan tersebut guru BK yang prioritas adalah pada poin ke 4, dilapangan sering mengalami hambatan pada keterampilan penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok; Di antara masalah-masalah tersebut, beberapa guru bimbingan dan konseling berpendapat bahwa rendahnya pemahaman hakikat dan fungsinya.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan berupa kegiatan pelatihan yang dilakukan dengan cara memberikan pengetahuan dan keterampilan pada peserta pelatihan tentang paradigma baru dalam bimbingan dan konseling dan konsep Dialectical Behavior Therapy dalam bimbingan kelompok. suatu bentuk kegiatan yang mana ada beberapa orang ahli pada bidang tertentu dan berkumpul dengan sekelompok orang dengan latar belakang maupun profesi yang sama serta melakukan kegiatan interaksi secara bersama untuk membahas suatu masalah tertentu. Dalam proses pelaksanaannya, kegiatan workshop ini biasanya akan lebih fokus untuk membahas berbagai masalah tertentu yang disertai dengan pelatihan. Para peserta didalamnya akan mendapatkan pengetahuan baru yang sangat bermanfaat dan juga bisa diterapkan sesuai dengan bida profesi yang dimilikinya. Spesifik disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Materi pelatihan

No.	Materi	Pembicara
1	Paradigma baru dalam bimbingan dan konseling Dialectical Behavior Therapy Pendampingan latihan	Affan Yusra, S.Pd., M.Pd.
2.	Konsep dasar Bimbingan Kelompok Prosedur Bimbingan Kelompok Pendampingan latihan	Drs. Rasimin., M.Pd.

Partisipasi Mitra

Partisipasi guru-guru bimbingan dan konseling yang dinaungi oleh dinas Pendidikan Kabupaten Muaro Jambi guru. Partisipasi mendengarkan materi sosialisasi yang diberikan oleh pemateri dan setelah itu guru-guru melakukan uji coba mengenai materi yang telah di berikan.

Evaluasi Kegiatan

Kegiatan pelatihan dikatakan berhasil jika sebagian peserta mampu menjelaskan paradigma baru dalam bimbingan dan konseling dan mempunyai keterampilan menerap berdasarkan panduan/tata cara yang sudah dijelaskan seperti uji coba, menemukan konsep yang benar.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pendampingan Pelatihan Keterampilan Dialectical Behavior Therapy Bimbingan Kelompok untuk guru bimbingan dan konseling telah berjalan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan sebelumnya. Tahapan pelaksanaan kegiatan sebagaimana berikut ini:

a. Persiapan

Pada tahap ini membutuhkan persiapan dengan waktu yang cukup lama, adapun persiapannya. yaitu: a) penetapan mitra kegiatan dan peserta pelaksanaan kegiatan, pada tahap ini dimulai dengan penetapan waktu pelaksanaan yang disesuaikan dengan jadwal peserta, kemudian memasukkan surat ke Dinas terlebih dahulu. Setelah mendapatkan persetujuan langkah selanjutnya adalah menentukan peserta yang akan mengikuti kegiatan, peserta merupakan seluruh guru bimbingan dan konseling MGBK Kabupaten Muaro Jambi, b) sosialisasi kegiatan kepada mitra, pada tahap ini dibahas schedule/susunan kegiatan yang akan dilakukan dan hal-hal yang perlu dipersiapkan untuk kelancaran kegiatan tersebut, c) melakukan koordinasi dengan tim, pada tahap ini merupakan tahap persiapan untuk pelaksanaan kegiatan, koordinasi dengan tim (mahasiswa) dilaksanakan untuk mengkoordinasi tugas selama kegiatan, tim kegiatan ini adalah mahasiswa sebanyak dua orang. Dipersiapkan untuk membantu kelancaran kegiatan termasuk juga dalam Pelatihan Keterampilan Dialectical Behavior Therapy Bimbingan Kelompok. d) mempersiapkan materi kegiatan yang akan diberikan kepada seluruh peserta kegiatan dan mitra kegiatan.

b. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini ada beberapa tahapan kegiatan yaitu:

- Ceramah/ Pemberian Informasi Luaran kegiatan ini adalah pemahaman dan guru bimbingan dan konseling memiliki keterampilan tentang Dialectical Behavior Therapy dalam pelaksanan Bimbingan Kelompok tentang Langkah-langkah pelaksanan bimbingan kelompok dengan DBT ini. Kegiatan pendampingan ini diikuti oleh 37 orang guru bimbingan dan konseling yang berlangsung selama 100 menit.



Gambar 1. Penjelasan materi oleh tim pengabdi

Kegiatan ini didahului dengan memancing pemahaman guru bimbingan dan konseling mengenai perkembangan Teknik konseling dalam bimbingan kelompok. Dilanjutkan dengan pemaparan mengenai materi bimbingan kelompok kontemporer dan materi Teknik DBT. Pada proses ini Nampak antusiasme

peserta kegiatan dalam mengikuti kegiatan ini terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang muncul dari segi pemahaman mengenai Teknik konseling.

- b) Demonstrasi Tahap demonstrasi ini menghasilkan keterampilan dan kecakapan guru dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan Teknik DBT. Kegiatan ini berlangsung selama 100 Menit yang diikuti oleh seluruh peserta kegiatan. Pada tahap ini pelaksana mendemonstrasikan penggunaan bimbingan Kelompok dengan Teknik DBT beberapa peserta dan peserta yang lain menyimak kegiatan dari langkah awal pengaplikasian BKP dengan Teknik DBT sampai kepada tahap tindak lanjut.
- c) Simulasi dan Pendampingan Tahap ini merupakan tahap dimana peserta kegiatan mencobakan langsung pembuatan melakukan bimbingan kelompok dengan Teknik DBT dengan kelompok yang sudah dibagi sesuai dengan topik tugas. Hasil dari tahapan ini menggambarkan kecakapan dan keterampilan guru BK dalam menerapkan bimbingan kelompok dengan Teknik DBT Tahap ini pelaksana beserta pembantu pelaksanaan kegiatan mendampingi para peserta secara intens. Pendampingan ini diharapkan meminimalisir kekurangan pemahaman dalam pengalokasian bimbingan kelompok dengan Teknik DBT.
- d) Refleksi Tahap ini merupakan tahap akhir dari kegiatan. Pada tahap ini pemateri berdiskusi mengenai pelaksanaan BKP dengan Teknik DBT mulai dari hambatan. Berdasarkan hasil refleksi kegiatan, terlihat peserta kegiatan sudah memiliki pemahaman dan keterampilan yang mumpuni dalam penerapan BKP ini.
- e) Penutup Tahap akhir kegiatan, berupa penyampaian kesan dan pesan dalam kegiatan ini. Kegiatan ini akan terus evaluasi pada hari-hari berikutnya untuk melihat perkembangan guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan Teknik DBT.

Kesimpulan

Pelaksanaan dalam layanan bimbingan kelompok perlu seklai untuk meningkatkan basic skill dalam pelaksanaannya karena dalam pelaksanaanya guru bimbingan dan konseling sangat di perlukan dalam mengkoordinasikan setiap anggota kelompoknya agar terbentuknya dinamika dalam pelaksanaan bimbingan kelompok disekolah. Pemahaman merupakan salah fungsi yang ada di dalam bimbingan dan konseling dalam layanannya tidak hanya pahamn konseli namun pemahaman namun untuk guru bimbingan dan konseling harus paham dengan apa yang dilakukanya ketika memberikan layanan dan penguasaan teknik atau cara merupakan hal yang sangat terpenting dalam keberhasilan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Proses dalam pelaksanaannya layanan bimbingan kelompok dilakukan sesuai dengan prosedur yang telah bakudan bisa digunakan dengan teknik sebagai pendukung ketercapaian pelaksanaannya. Melalui kegiatan bimbingan kelompok siswa bisa membangun hubungan dan meningkatkan pemahaman tentang tema yang dibahas dan bisa ikut melakukan preventif dan menemukan solusi dari bahasan tersebut.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga pelatihan ini dapat diselesaikan dengan baik. Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini, terutama kepada Dinas Pendidikan Muaro Jambi yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam penyelenggaraan pelatihan ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada guru bimbingan dan konseling yang telah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan ini dengan penuh dedikasi dan antusiasme. Kami berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keterampilan Dialectical Behavior Therapy (DBT) dalam bimbingan kelompok, serta menjadi referensi yang berguna bagi praktisi bimbingan dan konseling dalam mendukung kesejahteraan psikologis peserta didik. Akhir kata, kami menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kami terbuka terhadap saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang terima kasih.

Daftar Pustaka

- [1] R. Rasimin, A. Yusra, and H. Wahyuni, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Problem Based Learning untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa," *Edukatif J. Ilmu Pendidik.*, vol. 3, no. 2, pp. 314–320, 2021.
- [2] R. A. Pohan and S. Indra, "Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kegiatan merespon pembelajaran," *Islam. Couns. J. Bimbing. Konseling Islam*, vol. 4, no. 1, p. 17, 2020.
- [3] M. Irwansyah, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Di Man Binjai," in *Proceedings of Annual Conference on Islamic Educational Management*, 2021, pp. 203–208.
- [4] U. A. Barida, M., Widyastuti, D. A., & Dahlan, "Peningkatan kompetensi guru bimbingan dan konseling dalam menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok," pp. 851–858, 2020.
- [5] L. Mehlum, "Mechanisms of change in dialectical behaviour therapy for people with borderline personality disorder," *Curr. Opin. Psychol.*, vol. 37, pp. 89–93, 2021.
- [6] R. Lakeman, M. Emeleus, S. Davies, and S. Anderson, "A pragmatic evaluation of a high-fidelity dialectical behaviour therapy programme for youth with borderline personality disorder," *Adv. Ment. Heal.*, vol. 19, no. 2, pp. 116–126, 2021.
- [7] E. R. Syafitri and W. Nuryono, "Studi kepustakaan teori konseling dialectical behavior therapy," *J. BK Univ. Negeri Surabaya*, vol. 11, no. 1, pp. 53–59, 2020.
- [8] C. M. Day, A. Smith, E. J. Short, and L. Bater, "Dialectical behavior therapy skills groups for youth in schools: a systematic review," *Adolesc. Res. Rev.*, vol. 7, no. 2, pp. 267–284, 2022.
- [9] M. McKay, J. C. Wood, and J. Brantley, *The dialectical behavior therapy skills workbook: Practical DBT exercises for learning mindfulness, interpersonal effectiveness, emotion regulation, and distress tolerance*. New Harbinger Publications, 2019.
- [10] F. Wahyuni, N. Hidayah, S. Aminah, L. Fauzan, and N. A. Kurniawan, "Pengembangan Keterampilan Konseling Guru BK melalui Pelatihan Dialectical Behavioral Counseling (DBC)," *CARADDE J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 7, no. 1, pp. 51–58, 2024.