



Contents lists available at [Journal IICET](http://journal.iicet.org)
Journal of Counseling, Education and Society
ISSN: XXXX-XXXX (Print) ISSN: XXXX-XXXX (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jces>



Terapi naratif: sebuah pendekatan dalam pelayanan bimbingan dan konseling kelompok

Yenni Elfira¹

¹Universitas Negeri Padang

Article Info

Article history:

Received Feb 12th, 2021

Revised Mar 20th, 2021

Accepted Mei 26th, 2021

Keyword:

Social capital
Social cohesion
Plural society

ABSTRAK

A well-prepared abstract enables the reader to identify the basic content of a document quickly and accurately, to determine its relevance to their interests, and thus to decide whether to read the document in its entirety. The Abstract should be informative and completely self-explanatory, provide a clear statement of the problem, the proposed approach or solution, and point out major findings and conclusions. The Abstract should be 100 to 200 words in length. The abstract should be written in the past tense. Standard nomenclature should be used and abbreviations should be avoided. No literature should be cited. The keyword list provides the opportunity to add keywords, used by the indexing and abstracting services, in addition to those already present in the title. Judicious use of keywords may increase the ease with which interested parties can locate our article (9 pt).



© 2021 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Yenni Elfira,
Universitas Negeri Padang
Email: -

Pendahuluan

Layanan bimbingan dan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan secara berkelompok atau layanan kelompok baik diselenggarakan di dalam ruangan, diluar ruangan, di sekolah, diluar sekolah, di rumah salah satu peserta atau di rumah konselor, di suatu kantor atau lembaga, ataupun di ruang praktik pribadi konselor untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi/pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok dengan mengaktifkan suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif (Prayitno 2017). Dalam layanan bimbingan dan konseling kelompok itu sendiri, ada beberapa pendekatan yang dapat diterapkan seperti: psychoanalytic therapy, adlerian therapy, existential therapy, person-centered therapy, gestal therapy, cognitive behavior therapy, reality therapy, feminis therapy, postmodern approaches (solution-focused brief therapy & narrative therapy), dan family system therapy (Corey 2013).

Terapi naratif, konselor membantu klien melangkah keluar dari diri mereka dan melihat bagaimana mereka membangun narasi mereka, atau kisah hidup yang dominan White & Epston, 1990). Langkah pertama adalah mengidentifikasi dan mendekonstruksi narasi dominan dalam upaya mengidentifikasi efek, bahaya, dan keterbatasan ide dan praktik sendiri. Langkah kedua adalah mengeksternalisasi masalah, mendorong klien untuk mengobjektifkan masalah yang mereka alami sebagai opresif. Pada langkah ketiga, klien mengidentifikasi contoh yang berada di luar cerita dominan mereka, yang dikenal sebagai "hasil unik" (White and Epston 1990).

Komponen kunci keberhasilan penggunaan terapi naratif adalah mendengarkan cerita klien sebagai lawan mendengarkan gejala dan/atau informasi yang dibutuhkan untuk memperoleh wawasan. Selain itu, terlepas dari populasi kelompok, disarankan agar anggota kelompok dan pemimpin kelompok mendengarkan bagaimana klien dalam kelompok memandang diri mereka sendiri. Fokus harus pada niat dan tujuan klien bukan pada penyebab yang mempengaruhi perilaku dan tantangan klien (Hibel and Polanco 2010). Cerita seseorang adalah narasi tentang dirinya sendiri berdasarkan ingatan tentang kehidupan masa lalunya, kehidupan sekarang, peran dalam pengaturan sosial dan pribadi, dan hubungan dengan orang lain yang penting. Selain itu, terapi naratif berfokus pada ideologi bahwa masalah dalam kehidupan masyarakat berasal dari konteks sosial, budaya, dan politik (Payne 2006).

Pembahasan

Terapi naratif yaitu pelayanan bantuan yang dilakukan konselor agar klien mampu membuat makna dalam hidupnya berdasarkan kehidupan yang dijalani (White and Epston 1990). Terapi naratif berasumsi bahwa setiap individu memiliki cerita mengenai diri mereka sendiri dan cerita mereka dapat menentukan cara mereka melihat diri mereka sendiri, situasi dan dunianya (Payne 2006). Asumsi dasar terapi naratif yaitu klien adalah orang yang memiliki banyak keterampilan, kompetensi, keyakinan, nilai komitmen, dan kemampuan untuk menghadapi permasalahan dalam kehidupannya (Wallis, Burns, and Capdevila 2011). Lebih lanjut, terapi naratif merupakan metode terapi yang mencoba memisahkan individu dari masalah untuk mendorong individu mengandalkan keahlian yang dimilikinya dalam meminimalkan masalah yang ada kehidupan sehari-hari (Hidayat 2018).

Terapi naratif pada konseling kelompok bersifat kolaboratif, di mana anggota lain dapat mengamati, meneliti, mengungkapkan narasi mereka, dan mengalami tindakan penyembuhan menyuarakan cerita mereka sementara secara bersamaan manfaat terapeutik dari altruisme dan pembelajaran intrapersonal (Hill 2011); (Yalom and Leszcz 2005). Pelaksanaan terapi naratif ini pada konseling kelompok, para peserta diberi tempat yang aman untuk berbagi elemen yang menindas kehidupan mereka dan untuk belajar bagaimana mengatasi kesulitan termasuk masalah atau terapi dalam pengaturan kelompok menciptakan tempat yang aman untuk semua jenis khusus populasi (Morgan, Brosi, and Brosi 2011). Konselor dalam pelaksanaan konseling mengambil sudut pandang “tidak tahu menahu” dalam hubungannya dengan klien karena klienlah yang merupakan pakar dari ceritanya dan bagaimana mengubah semua itu, dan pada saat di akhir terapi, para klien kembali diundang sebagai “konsultan”, untuk membagi pengetahuan mereka demi keuntungan masa depan klien (Timm 2014). Konselor bertugas mendeskonstruksi kisah narasi yang dominan dalam hidup klien (Hedtke 2014).

Konselor pada pendekatan terapi naratif dipandang sebagai fasilitator aktif dengan penuh kepedulian, minat, rasa ingin tahu yang penuh hormat, keterbukaan, empati, kontak, dan bahkan daya tarik dipandang sebagai kebutuhan relasional. Konselor pada pendekatan terapi naratif mengasumsikan klien adalah ahli dalam hal apa yang dia inginkan dalam hidup (Corey 2012). Lebih lanjut konselor terapi naratif membangkitkan harapan klien dengan cara meninjau kembali asal-usul dari beberapa kejadian yang mungkin terlupakan baik sifatnya positif maupun yang menyakitkan dengan cara menulis kembali (Abels and Abels 2001). Konselor percaya bahwa klien memiliki kemampuan, bakat, niat positif, dan pengalaman hidup yang dapat menjadi katalis untuk kemungkinan tindakan baru. Konselor menunjukkan keyakinan bahwa kekuatan dan kompetensi ini dapat diidentifikasi, bahkan ketika klien mengalami kesulitan untuk melihatnya (Corey 2012). Pendekatan naratif memandang bahwa klien sebagai makhluk yang menilai dan menginternalisasikan diri sendiri dengan menciptakan cerita kehidupannya (Combs and Freedman 2012).

Komponen kunci keberhasilan penggunaan terapi naratif adalah mendengarkan cerita klien sebagai lawan mendengarkan gejala dan/atau informasi yang dibutuhkan untuk memperoleh wawasan. Selain itu, terlepas dari populasi kelompok, disarankan agar anggota kelompok dan pemimpin kelompok mendengarkan bagaimana klien dalam kelompok memandang diri mereka sendiri. Fokus harus pada niat dan tujuan klien bukan pada penyebab yang mempengaruhi perilaku dan tantangan klien (Hibel and Polanco 2010).

Simpulan

Asumsi dasar penerapan terapi naratif yaitu klien dipandang sebagai makhluk yang mampu menginternalisasikan dan menilai dirinya sendiri melalui cerita kehidupannya. Melalui pelayanan bimbingan dan konseling kelompok, klien difasilitasi agar mampu untuk menulis kembali kehidupannya dan mengubah

pandangannya tentang masalah yang dihadapi secara positif. Konselor pada terapi berperan sebagai fasilitator aktif yang memiliki karakter penuh perhatian, sikap menghargai, terbuka, empati dalam upaya membantu klien mendefinisikan kembali kehidupannya melalui narasi baru.

Referensi

- Abels, Paul, and Sonia L. Abels. 2001. *Understanding Narrative Therapy (A Guidebook for the Social Worker)*. Bill Tucke. edited by J. W. Libby. New York.
- Combs, Gene, and Jill Freedman. 2012. "Narrative , Poststructuralism , and Social Justice : Current Practices in Narrative Therapy." *The Counseling Psychologist* 40(7):1033–60. doi: 10.1177/0011000012460662.
- Corey, Gerald. 2012. *Theory & Practice of Group Counseling Eighth Edition*. Eight. edited by S. Dobin and A. Petty. Belmont: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Corey, Gerald. 2013. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Ninth Edition*. Ninth. edited by S. Dobrin. Belmont, USA.
- Hedtke, Lorraine. 2014. "Creating Stories of Hope : A Narrative Approach to Illness , Death and Grief." *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy* 35(1):4–19. doi: 10.1002/anzf.1040.
- Hibel, J. I. M., and Marcela Polanco. 2010. "Tuning The Ear: Listening In Narrative Therapy." *Journal of Systemic Therapies* 29(1):51–66.
- Hidayat, Dede Rahmat. 2018. *Konseling Di Sekolah (Pendekatan-Pendekatan Kontemporer)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Hill, Natalie L. 2011. "Externalizing Conversations: Single Session Narrative Group Interventions in a Partial Hospital Setting." *Clinical Social Work Journal* 39(3):279–87. doi: 10.1007/s10615-010-0299-9.
- Morgan, Martha L., Whitney A. Brosi, and Matthew W. Brosi. 2011. "Restorying Older Adults' Narratives about Self and Substance Abuse." *American Journal of Family Therapy* 39(5):444–55. doi: 10.1080/01926187.2011.560784.
- Payne, Martin. 2006. *Narrative Therapy*. Vol. 148. Second. edited by I. O. Yard. London: SAGE Publications Ltd.
- Prayitno. 2017. *Konseling Propesional Yang Berhasil, Layanan Dan Kegiatan Pendukung*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Timm, Maria. 2014. "Career Counselling with Community College Students : Applicability of a Narrative Approach." *The Canadian Journal of Career Development/Revue Canadienne de Développement de Carrière* 13(2):49–57.
- Wallis, Jennifer, Jan Burns, and Rose Capdevila. 2011. "What Is Narrative Therapy and What Is It Not ? The Usefulness of Q Methodology to Explore Accounts of White and Epston ' s (1990) Approach to Narrative Therapy." *Clinical Psychology and Psychotherapy* 18(1):486–97.
- White, Michael, and David Epston. 1990. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. Vol. 148. New York: Norton & Company.
- Yalom, Irvin D., and Molyn Leszcz. 2005. *Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Perseus Books Group.