

Integrasi Konseling Realita dengan Seni Kreatif: Tinjauan Kajian Literatur

Wahyu Nanda Eka Saputra¹, Herman Titing², M. Ramli³

¹Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, wahyu.saputra@bk.uad.ac.id

²Institut Agama Kristen Negeri, Toraja

³Universitas Negeri Malang, Malang, m.ramli.fip@um.ac.id

Email: wahyu.saputra@bk.uad.ac.id

Abstrak. Kreatifitas konselor menjadi salah satu aspek yang perlu dikuatkan konselor dalam memberikan pelayanan konseling. Kreatifitas konselor ini dapat mendorong munculnya pelayanan konseling yang bermakna dan memberikan dampak signifikan terhadap perubahan tingkah laku konseli. Tujuan artikel ini adalah memberikan paparan integrasi konseling realita dengan seni kreatif. Artikel ini adalah meta-analisis yang terstruktur dan sistematis dari perkembangan gagasan dan penelitian konseling realita yang dikaitkan dengan seni kreatif. Artikel ini merupakan analisis dari 51 artikel yang dipublikasikan pada tahun 2010 sampai 2020. Selain itu, terdapat 3 artikel ilmiah yang terkait langsung dengan kombinasi seni kreatif dengan konseling realita. Analisis dari artikel-artikel tersebut menemukan bahwa seni kreatif dapat meningkatkan efektifitas dari konseling realita dengan pola WDEP system. Seni kreatif yang dapat menunjang keefektifan pola WDEP system dari konseling realita adalah *drawing, puppets, metaphors, and sandtrays*. Kombinasi konseling realita dengan memanfaatkan seni kreatif seperti *drawing, puppets, metaphors, and sandtrays* menghasilkan pedoman operasional bagi konselor yang terdiri dari empat pertemuan konseling. Pedoman operasional kombinasi konseling realita dengan seni kreatif dibahas pada artikel ini. Temuan penelitian ini memberikan rekomendasi pada penelitian selanjutnya untuk mengidentifikasi keefektifan konseling secara empiris dalam mengatasi permasalahan tertentu pada konseli.

Kata Kunci: kreatifitas, seni kreatif, konseling realita

1. Pendahuluan

Konseling menjadi salah satu pelayanan yang memberikan dampak terhadap pencapaian tujuan pendidikan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat kaitan yang erat antara pelayanan konseling dengan seberapa tinggi ketercapaian dari tujuan pendidikan (Collins & O'Rourke, 2010). Pelayanan konseling juga mendukung program pendidikan karakter sekolah, yang mana pelayanan konseling membantu mendorong mengembangkan karakter siswa di sekolah (Bassar & Hasanah, 2020; Nurhasanah & Nida, 2016). Pengembangan karakter siswa melalui pelayanan konseling juga menuntut dimensi

keaktivitas konselor agar siswa dapat mengambil banyak hikmah di balik layanan konseling di sekolah (Farozi dkk., 2020).

Berdasarkan pemaparan di atas, memberikan poin penting bahwa kreativitas adalah unsur penting dalam keefektifan layanan konseling (Bradley dkk., 2013). Kreativitas menjadi jawaban bagi masyarakat, khususnya konselor sekolah terhadap semakin kompleksnya permasalahan yang dialami oleh konseli (Lawrence dkk., 2015). Bahkan, penelitian merekomendasikan adanya pelatihan bagi konselor tentang kreativitas memberikan layanan konseling (Buser dkk., 2011; Smith, 2011). Konselor yang dapat mengaplikasikan unsur kreativitas pada dirinya akan mendapatkan dua keuntungan, yaitu konselor lebih menghargai prinsip proses yang kreatif dan belajar tentang upaya kreatif dalam konseling (Gladding, 2016). Kedua keuntungan tersebut memberikan dampak signifikan terhadap perubahan tingkah laku konseli setelah mendapatkan layanan konseling. Kreativitas konselor menjadi salah satu yang mendorong muncul dan berkembangnya inovasi dalam layanan konseling. Konseling yang inovatif memperkenalkan strategi baru konselor ketika mencari cara yang berbeda sesuai atau kebutuhan dan karakteristik masalah konseli (Davis & Voirin, 2016).

Konselor dapat menggunakan berbagai media, termasuk seni kreatif sebagai alat untuk melakukan inovasi layanan konseling (Alhadi dkk., 2016). Modalitas yang digunakan konselor antara lain music, seni visual, writing, imagery dan sebagainya (Gladding, 1992, 2011, 2016). Konselor melaksanakan pelayanan konseling dengan cara-cara yang berbeda sehingga dapat menarik motivasi konseli mengikuti layanan konseling. Kaitan dengan cara-cara inovatif dalam konseling tersebut, keuntungan yang diperoleh adalah konseli menjadi lebih fokus pada kegiatan konseling (Gladding, 2016). Inovasi dalam layanan konseling juga memfasilitasi perkembangan masalah pada era globalisasi seperti sekarang, yang mana permasalahan konseli pada jaman sekarang menjadi lebih kompleks.

Salah satu wujud kreativitas konselor adalah mengoptimalkan unsur seni kreatif dalam pelayanan konseling. Kreativitas dan seni kreatif sendiri merupakan bagian integral dari pelayanan konseling (Gladding, 2011). Hampir semua orang mengenal konsep seni dan seni ini bisa memberikan well-being pada mereka (Rosen & Atkins, 2014). Seni adalah media ideal bagi konselor yang menunjang intervensi konseling karena materialnya selalu tersedia di sekitar konselor dan konseli (Chibbaro & Camacho, 2011). Dengan penggunaan seni kreatif, juga dapat memfasilitasi konseli yang kesulitan mengungkapkan masalahnya dalam bentuk verbal (Gladding, 1992, 2016). Oleh sebab itu, dimensi seni menjadi salah satu komponen yang dapat mendukung keefektifan dari layanan konseling itu sendiri.

Konselor dapat memberikan pelayanan konseling menggunakan berbagai pendekatan, mulai dari konseling psikoanalisis sampai postmodern. Pendekatan konseling memberikan panduan bagi konselor dalam menentukan cara pandang terhadap permasalahan konseli. Salah satu pendekatan konseling yang membantu konselor memfasilitasi konseli keluar dari masalahnya adalah konseling realita. Konselor yang menggunakan konseling realita membantu konseli menjadi lebih sadar akan dorongan motivasi inti mereka yang meliputi kelangsungan hidup, kepemilikan dan cinta, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan (Corey, 2018; Wubbolding, 2016).

Konselor menggunakan konseling realita untuk membantu konseli keluar dari masalahnya. Konselor dapat menggunakan konseling realita untuk meningkatkan *multiple intelligence and motivational achievement* pada siswa di Indonesia dan Malaysia yang mengalami gangguan penggunaan internet (Shafie dkk., 2019). Konselor juga dapat menggunakan konseling realita sebagai strategi untuk mereduksi perilaku *bullying* siswa (Sari dkk., 2020). Selain itu, konselor juga dapat menggunakan konseling kelompok realita sebagai strategi untuk mereduksi prokrastinasi akademik dan *self-regulation* siswa (Berber Çelik & Odacı, 2018; Hajhosseini dkk., 2017).

Hasil-hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa konseling realita bisa menjadi salah satu strategi pilihan konselor untuk membantu konseli keluar dari masalahnya. Akan tetapi, beberapa kendala teknis dari implementasi konseling realita juga membutuhkan jawaban agar hasil konseling maksimal dan memberikan dampak signifikan terhadap perubahan tingkah laku konseli. Salah satu permasalahan teknis yang muncul adalah kurang terbukanya konseli dalam mengungkapkan masalahnya atau kesulitan konseli untuk mengungkapkan masalah yang ada pada dirinya (Gainau, 2012). Terlebih konselor yang menggunakan konseling realita menuntut kolaborasi aktif antara konselor dan konseli untuk bisa mencapai tujuan (Corey, 2018; Wubbolding, 2016). Kesulitan siswa dalam mengungkapkan keluhan dan masalahnya sering berkaitan dengan karakter introvert dan budaya Indonesia memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi ini (Hasan dkk., 2018).

Permasalahan teknis kaitan dengan kesulitan konseli mengungkap masalah dan solusi membutuhkan solusi nyata. Solusi ini memiliki tujuan agar pelaksanaan konseling mampu memberikan dampak signifikan terhadap perubahan tingkah laku konseli. Salah satu unsur yang dapat mengatasi masalah tersebut adalah mengintegrasikan seni kreatif dalam konseling. Konseli menyampaikan masalah dan keluhannya dalam seni kreatif tertentu dan konselor dapat mengelaborasi hasil seni kreatif yang disusun oleh konseli (Gladding, 2011, 2016; Saputra & Sofiana, 2017).

Rekomendasi inovasi konseling realita dengan memanfaatkan seni kreatif belum sepenuhnya mendapatkan sambutan dari konselor. Sehingga masih terdapat kendala-kendala teknis yang dapat memangkas keefektifan dari konseling realita itu sendiri. Pada artikel ini memaparkan pola integrasi konseling realita dengan seni kreatif. Artikel ini menggunakan teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu untuk merumuskan pola integrasi konseling realita dan seni kreatif. Sehingga artikel ini dapat memberikan paparan integrasi konseling realita dan seni kreatif yang menjadi rujukan peneliti lain untuk melakukan identifikasi lebih mendalam tentang integrasi konseling realita dengan seni kreatif.

2. Metode

Artikel ini disusun dengan tinjauan kajian literatur tentang kombinasi konseling realita dengan seni kreatif yang diterbitkan antara 2010-2020. Artikel-artikel ini dipilih melalui mesin pencari penerbitan Taylor dan Francis (<https://www.tandfonline.com/>), Wiley Online (<https://onlinelibrary.wiley.com/>), SAGE *Publication* (<https://journals.sagepub.com/>), dan mesin pencari lainnya. Hasilnya ditemukan sebanyak 51 artikel yang diterbitkan sejak 2010 sampai 2020. Dari 51 artikel tersebut dipilih 3 dengan kriteria tema konseling kombinasi konseling realita dengan seni kreatif. Artikel terpilih dianalisis secara independen dengan menerapkan prosedur ketat untuk menentukan relevansi artikel dengan tema yang diteliti.

3. Hasil dan Pembahasan

Urgensi seni kreatif dalam konseling realita

Masyarakat di Indonesia memiliki kecenderungan untuk menutup diri ketika memiliki permasalahan. Mereka cenderung menyampaikan keluhan dan permasalahan mereka dengan kalimat-kalimat sederhana (Ginting, 2018). Sebagai bukti bahwa masyarakat Indonesia senang menutup diri adalah hasil penelitian yang menunjukkan siswa yang menutup diri tidak selamanya mereka memiliki kemampuan berbicara yang lebih buruk daripada siswa yang tidak menutup diri (Samand dkk., 2019). Kondisi yang berbeda, beberapa di antara mereka ada yang ingin mengungkapkan keluhan dan masalahnya, akan tetapi kesulitan menyampaikannya dalam bentuk verbal (Gladding, 2011, 2016). Kondisi-kondisi ini tentu menjadi kendala konselor dalam menerapkan konseling realita. Konseli

yang menutup diri tentang masalahnya memiliki dampak negatif terhadap keefektifan layanan konseling yang diberikan.

Terlebih lagi, kolaborasi aktif antara konselor dan konseli dalam konseling realita memberikan dampak signifikan terhadap keberhasilan konseling. Konseling realita menekankan pada pola hubungan yang mendukung atau hubungan terapeutik sebagai dasar keefektifan layanan konseling (Corey, 2018). Atas dasar ini, partisipasi aktif konseli juga menjadi unsur penting yang menentukan keberhasilan layanan konseling. Akan menjadi sebuah kendala apabila konseli kurang bekerja secara optimal dalam konseling, utamanya menyampaikan masalah dan mulai belajar menguatkan dirinya untuk bisa merancang rencana terbaik untuk bisa keluar dari masalahnya (Sharf, 2012). Oleh sebab itu, aliansi yang kondusif antara konselor dan konseli perlu dibangun oleh konselor yang memiliki orientasi konseling realita.

Konseli yang kesulitan mengungkapkan masalahnya dalam bentuk verbal, mereka bisa mengungkapkan masalahnya pada seni kreatif tertentu. Sebagai contoh siswa dapat mengungkapkan keluhan dan masalah yang sulit diungkapkan melalui music (Armstrong & Ricard, 2016; Saputra, 2017; Situmorang, 2018). Selain itu, konseli juga bisa mengungkapkan masalah dan keluhan yang sulit diungkapkan melalui seni visual (Alhadi & Saputra, 2017; Chibbaro & Camacho, 2011). Konselor juga dapat menggunakan puisi sebagai media untuk membantu konseli keluar dari masalah yang membebani konseli (Mazza & Hayton, 2013; McNichols & Witt, 2018). Mereka bisa memilih seni kreatif yang bisa mewakili kondisinya saat ini, sehingga mereka berusaha untuk meredakan ketegangan yang ada pada dirinya terkait dengan masalahnya masing-masing.

Luapan konseli terhadap masalahnya dalam seni kreatif tertentu merupakan salah satu jalan bagi konseli untuk mehamai alam bawah sadarnya (Perryman dkk., 2015). Melalui penciptaan seni dalam konseling, konseli akan meningkat kesadaran terhadap masalah diri, pengalaman stress dan traumatik, dan meningkat kemampuan kognitifnya (Dilawari, Kanchan; Tripathi, 2014). Konseli akan berupaya untuk membuat simbol-simbol terhadap alam bawah sadarnya dan symbol-simbol ini yang menjadi bahan pembahasan dengan konselor (Bronstein, 2015; Levine, 2011). Sehingga, mereka secara perlahan dapat mengonstruksi permasalahan yang dialami dan memiliki rancangan perilaku untuk bisa keluar dari masalahnya. Kesadaran konseli terhadap masalah-masalah yang terpendam pada diri konseli ini menjadi komponen penting, karena konselor yang berorientasi konseling realita perlu untuk mengidentifikasi tingkah laku yang tidak bertanggung jawab pada diri konseli. Kemudian konselor berupaya mendorong konseli ke arah perilaku yang bertanggung jawab untuk mencapai kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya (Corey, 2018; Wubbolding, 2016).

Kesenian merupakan salah satu variable penting yang menunjang keberhasilan layanan konseling realita. Hasil penelitian juga membuktikan bahwa konseling dengan melibatkan seni dapat digunakan secara efektif untuk membantu konseli keluar dari berbagai masalah dalam hidupnya (Slayton dkk., 2010; Wahlbeck dkk., 2020). Penggunaan seni dalam konseling sendiri mendorong *engagement* konseli dalam sesi konseling, sehingga partisipasi aktif konseli menunjang keberhasilan dari layanan konseling sendiri (Ziff dkk., 2012). Terlebih penerapan konseling realita oleh konselor menuntut partisipasi aktif konseli terhadap layanan konseling (Corey, 2018; Sharf, 2012; Wubbolding, 2016).

Kombinasi konseling dengan seni kreatif memberikan keuntungan terhadap keberhasilan layanan konseling sendiri. Keuntungan-keuntungan konselor menggunakan seni kreatif dalam konseling antara lain adalah kegiatannya menjadi lebih menyenangkan, meningkatkan hubungan kolegal, meningkatkan komunikasi, membantu konseli mengekspresikan dirinya dengan berbagai cara, dan mendorong konseli mengambil makna lebih dari konseling (Gladding, 2016). Keuntungan-keuntungan ini memberikan

rekomendasi bagi konselor sekolah untuk memaksimalkan seni kreatif sebagai media layanan konseling. Harapannya kombinasi antara seni kreatif dengan konseling bisa memberikan warna yang berbeda dan artistik pada layanan konseling.

Kreatifitas konselor menjadi tuntutan agar dapat memaksimalkan penggunaan seni dalam konseling. Semua konseling yang memaksimalkan kreatifitas mendorong konselor untuk mendedikasikan menggunakan seni, kreativitas, dan pengalaman estetika untuk meningkatkan kesejahteraan manusia (Rosen & Atkins, 2014). Kreatifitas sendiri seringkali didefinisikan sebagai pengalaman yang melibatkan dua hal pokok, yaitu orisinalitas dan fungsionalitas (Gladding, 2016). Orisinalitas di sini memiliki makna bahwa cara-cara yang dilakukan konselor dalam memberikan pelayanan konseling belum pernah dilakukan sebelumnya. Selain itu, konselor menciptakan cara baru yang mungkin belum terpikirkan oleh konselor lainnya. Sedangkan fungsionalitas memiliki makna bahwa cara-cara konseling yang dilakukan oleh konselor berfungsi secara maksimal dan memberikan dampak signifikan terhadap perubahan tingkah laku konseli.

Model integrasi seni kreatif dalam konseling realita

Konseling realita merupakan model konseling yang dikembangkan oleh Glasser. Pada tahun 1980an, Glasser menambahkan teori kontrol sebagai dasar teoretik bagi praktik realitas. Ini terjadi karena Glasser tertarik di bidang teori kontrol, ia membaca buku William Powers yang berjudul *Behavior: The Control of Perception* (Corey, 2018). Teori Powers tentang bagaimana otak berfungsi sebagai sebuah *system control* memberikan dasar teoritik bagi Konseling Realita. Pada tahun 1996, Glasser mengubah nama teori yang mendasari Konseling Realita dari terapi kontrol ke *Choice Theory* (teori pilihan), yang konsep paling mendasar adalah “*we can control only our own behavior*” (Corey, 2018).

Berdasarkan perspektif konseling realita, manusia memiliki lima kebutuhan dasar yang secara simultan ada dalam kehidupan manusia. Lima kebutuhan dasar manusia adalah rasa cinta dan memiliki, *power, freedom, fun, and survival* (Corey, 2018; Mabeus & Rowland, 2016; Sharf, 2012). Tujuan konseling realita adalah membantu konseli agar mencapai kebutuhan dasarnya dengan cara yang bertanggung jawab. Belajar bagaimana bertingkah laku yang bertanggung jawab merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan anak untuk mencapai “identitas sukses”. Konselor bekerja dalam sesi konseling untuk mengekspresikan empati terhadap pengalaman konseli ketika mengidentifikasi cara konseli memenuhi lima kebutuhan dasarnya. Konselor dapat memberi konseli pengalaman fenomenologis yang dapat meningkatkan hubungan dan keamanan yang dirasakan konseli dengan konselor ketika masalah dan kebutuhan dasar konseli dieksplorasi (Portrie-Bethke, 2011).

Konseling realita memiliki prosedur operasional sebagai pedoman konselor memberikan intervensi konseling, yaitu WDEP system. W merupakan representasi dari *wants, needs, and perceptions*. D merupakan representasi dari *direction and doing*. E merupakan representasi dari *self-evaluation*. Sedangkan P merupakan representasi dari *planning* (Corey, 2018; Sharf, 2012). Tahapan konseling realita ini merupakan strategi konselor untuk terjadinya perubahan pada diri konseli. Konselor yang menggunakan perspektif konseling realita dapat mengombinasikan prosedur operasional dari konseling realita yaitu WDEP system dengan seni kreatif. Hal ini memiliki tujuan untuk memfasilitasi konseli yang kesulitan berinteraksi dengan konselor dalam bentuk verbal, sehingga mereka bisa mengekspresikannya dalam bentuk seni kreatif tertentu (Portrie-Bethke, 2011). Kombinasi konseling realita dengan memanfaatkan seni kreatif seperti *drawing, puppets, metaphors, and sandtrays* menghasilkan pedoman operasional bagi konselor yang terdiri dari empat pertemuan konseling tertentu (Davis dkk., 2015, 2018; Goldberg & Stephenson, 2016).

Pada pertemuan pertama, konselor dan konseli *membahas wants, needs, and perceptions*. Konselor yang menggunakan perspektif konseling realita membantu konseli dalam menemukan keinginan dan harapan mereka (Corey, 2018). Hal ini berguna bagi konseli untuk menemukan apa yang mereka harapkan dan inginkan dari konselor dan dari diri mereka sendiri. Keinginan dan harapan konseli pada sesi konseling pasti berhubungan dengan pemenuhan lima kebutuhan dasar manusia. Beberapa konseli mengalami kesulitan untuk menyampaikan keinginan dan harapan mereka ketika mengalami situasi tertentu. Oleh sebab itu, konseli dapat meluapkannya pada seni kreatif, sebagai representasi keinginan dan harapan yang sulit diungkapkan (Portrie-Bethke, 2011). Konselor dapat menggunakan seni kreatif seperti *drawing, puppets, metaphors, and sandtrays* untuk mengungkap keinginan dan harapan konseli Ketika mengalami masalah tertentu (Davis dkk., 2015, 2018; Goldberg & Stephenson, 2016).

Konselor dapat menggunakan seni kreatif berupa *drawing* untuk menunjang identifikasi keinginan dan harapan konseli ketika mengalami masalah tertentu. Kegiatan menggambar sendiri merupakan salah satu jenis seni visual yang memiliki potensi dan peluang untuk meningkatkan keefektifan layanan konseling (Chibbaro & Camacho, 2011; Samadzadeh dkk., 2013; Whisenhunt & Kress, 2013). Menggambar memungkinkan konseli untuk mengungkapkan keinginan dan harapan yang tidak dapat terluapkan secara verbal. Selain itu, kegiatan menggambar dalam konseling dapat mengungkapkan konflik rahasia pada dunia internal konseli dengan cara yang unik, nyata, dan kuat (Gladding, 2016). Melalui kegiatan menggambar, konseli dapat terlibat dalam konseling realita secara visual untuk melakukan evaluasi berkelanjutan dan pemrosesan keinginan, pilihan, dan pilihan perilaku baru (Davis dkk., 2015).

Konselor juga dapat menggunakan *puppets* sebagai alat bantu memfasilitasi konseli mengungkapkan keinginan dan harapannya ketika mengalami masalah tertentu. *Puppets* menjadi media konseling yang kompatibel pada anak-anak. Dengan menggunakan *puppets*, anak mendapatkan banyak kesempatan untuk eksternalisasi perasaan, pikiran, atau pengalaman yang sulit diungkapkan serta dapat menyimbolkannya dengan cara yang unik (Davis dkk., 2015; Ray dkk., 2013). Anak-anak juga terbiasa menggunakan *puppets* sebagai alat permainan mereka sehari-hari, sehingga proses konseling menjadi lebih menyenangkan. *Puppets* dapat digunakan sebagai cara yang kreatif untuk meninjau aspek konseling realita seperti perilaku total dan bagaimana keempat komponen tersebut dapat memengaruhi pilihan anak (Davis dkk., 2015).

Penggunaan *sandtrays* merupakan cara konseling ekspresif dan proyektif yang melibatkan pemrosesan masalah pribadi melalui penggunaan bahan khusus sebagai media konseli untuk meluapkan masalahnya dalam bentuk nonverbal (Stark & Frels, 2014). Bahan-bahan yang biasanya yang menunjang penggunaan *sandtrays* termasuk naman, pasir, dan berbagai miniatur seperti manusia, hewan, bangunan, kendaraan, pagar, dan benda-benda alam yang dapat menggabungkan komponen fantasi dan realitas (Homeyer & Sweeney, 2016). Pada penggunaan *sandtrays* dalam konseling realita, anak diminta untuk membuat adegan di sandtray menggunakan miniatur yang mengekspresikan dunia internal konseli. Baki pasir dapat digunakan untuk menjelajahi *quality world* anak dan untuk memproses bagaimana konseli memenuhi kebutuhan dasarnya.

Metaphor merupakan salah satu seni kreatif yang menjadi bagian integral dalam konseling realita (Rapport, 2019; Wubbolding, 2016). *Metaphor* juga menjadi modalitas dalam seni kreatif yang menunjang keberhasilan layanan konseling realita . *Metaphor* merupakan bahasa sehari-hari konseli untuk menggambarkan tentang diri mereka sendiri, orang lain, maupun situasi sulit tertentu (Goldberg & Stephenson, 2016). Biasanya konseli mengungkapkan diri mereka sendiri, orang lain, maupun situasi tertentu dengan abstrak ketika mereka memanfaatkan *metaphor*. Penting bagi konselor untuk tidak hanya

memahami sifat abstrak dan simbolis dari Bahasa konseli, tetapi juga menghargai bahwa metaphor kaya akan petunjuk tentang pengalaman emosional yang dimiliki konseli (Goldberg & Stephenson, 2016). Sehingga, petunjuk ini menjadi bahan diskusi ketika ingin memahami harapan dan keinginan konseli Ketika berada pada situasi sulit tertentu.

Pada pertemuan yang kedua membahas tentang *direction and doing*. Di awal konseling penting untuk mendiskusikan dengan konseli secara keseluruhan arah dari kehidupan mereka yang dilambangkan dengan seni kreatif tertentu yang mereka pilih. Hasil ciptaan seni kreatif konseli menjadi bahan diskusi bagi konselor dan konseli untuk mengeksplorasi permasalahan konseli. Eksplorasi ini adalah awal untuk evaluasi berikutnya apakah itu adalah arah yang diinginkan. Konselor menanyakan secara spesifik apa saja yang dilakukan konseli, cara pandang dalam konseling realita, akar permasalahan konseli bersumber pada perilakunya (*doing*), bukan pada perasaannya (Corey, 2018; Wubbolding, 2016).

Pada pertemuan ketiga melakukan pembahasan tentang *self-evaluation*. Respon-respon konselor diantaranya menanyakan apakah yang dilakukan konseli dapat membantunya keluar dari permasalahan atau sebaliknya. Konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya itu didasari oleh keyakinan bahwa hal tersebut baik baginya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini (Corey, 2018; Wubbolding, 2016). Pada pertemuan ketiga ini, konselor berupaya untuk melakukan berbagai konfrontasi sehingga konseli bisa memahami bahwa perilakunya saat ini merupakan perilaku yang tidak bertanggung jawab dan tidak bisa mencapai tujuan dan harapan konseli.

Tahap yang kelima melakukan pembahasan tentang *planning*. Konseli berkonsentrasi membuat rencana untuk mengubah tingkah laku. Rencana menekankan tindakan yang akan diambil, bukan tingkah laku yang akan dihapuskan. Rencana juga dikendalikan oleh konseli dan terkadang dituangkan dalam bentuk kontrak tertulis yang menyebutkan alternatif-alternatif yang dapat dipertanggung jawabkan. Konseli kemudian diminta untuk berkomitmen terhadap rencana tindakan tersebut. Rencana yang baik adalah rencana yang memenuhi komponen SAMIC3, yaitu *simple, attainable, measurable, immediate, involved, controlled by the planner, committed to, and consistently done* (Corey, 2018; Sharf, 2012; Wubbolding, 2016).

Temuan model integrasi konseling realita dengan seni kreatif ini dapat menjadi salah satu rujukan bagi konselor untuk membantu konseli dengan karakteristik yang unik, seperti kesulitan mengungkapkan permasalahannya secara verbal. Konselor perlu untuk memperhatikan karakteristik masalah dan kepribadian konseli ketika menggunakan seni kreatif tertentu untuk menunjang keberhasilan konseling realita. Temuan yang ada pada artikel ini membutuhkan penelitian lanjutan yang secara empiris dapat mengidentifikasi keefektifan konseling realita berbasis seni kreatif dalam mengatasi masalah tertentu pada siswa.

4. Kesimpulan

Kreatifitas menjadi unsur penting bagi konselor untuk melaksanakan layanan konseling yang inovatif. Salah satu wujud kreatifitas konselor adalah berupaya mengoptimalkan seni kreatif untuk menunjang keberhasilan layanan konseling. Salah satu indikator layanan konseling berhasil adalah tercapainya sebuah perubahan tingkah laku sesuai dengan tujuan konseli. Konselor dapat mengombinasikan seni kreatif dengan salah satu pendekatan konseling, yaitu konseling realita untuk meningkatkan keberhasilan layanan konseling. Beberapa bentuk seni kreatif yang bisa menunjang konseling realita adalah *drawing, puppets, metaphors, and sandtrays*. Seni kreatif tersebut dapat menguatkan prosedur operasional konseling realita, yaitu WDEP system agar dapat menguatkan keterlibatan dan

keterbukaan konseli dalam layanan konseling. Pola kombinasi konseling realita dengan seni kreatif dapat menjadi rujukan bagi konselor untuk menerapkan layanan konseling realita yang inovatif dalam membantu konseli keluar dari masalahnya. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengidentifikasi secara empiris pengaruh konseling realita berbasis seni kreatif untuk mengatasi permasalahan tertentu dari konseli.

5. Referensi

- Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. (2017). Integrasi Seni Kreatif dalam Konseling dengan Pemanfaatan Seni Visual. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 108–113.
- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in Guidance and Counseling Services: a Tool and Innovation For School Counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6. <https://doi.org/10.23916/schoulid.v1i1.35.6-11>.
- Armstrong, S. N., & Ricard, R. J. (2016). Integrating Rap Music Into Counseling With Adolescents in a Disciplinary Alternative Education Program. *Journal of Creativity in Mental Health*, 11(3–4), 423–435. <https://doi.org/10.1080/15401383.2016.1214656>.
- Bassar, A. S., & Hasanah, A. (2020). *Riyadhah: The Model of The Character Education Based on Sufistic Counseling*. 1(1). <https://doi.org/10.21580/jagc.2020.1.1.5763>.
- Berber Çelik, Ç., & Odacı, H. (2018). Psycho-Educational Group Intervention Based on Reality Therapy to Cope with Academic Procrastination. *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, 36(3), 220–233. <https://doi.org/10.1007/s10942-017-0283-1>.
- Bradley, N., Whisenhunt, J., Adamson, N., & Kress, V. E. (2013). Creative Approaches for Promoting Counselor Self-Care. *Journal of Creativity in Mental Health*, 8(4), 456–469. <https://doi.org/10.1080/15401383.2013.844656>.
- Bronstein, C. (2015). Finding Unconscious Phantasy in The Session: Recognizing Form. *International Journal of Psychoanalysis*, 96(4), 925–944. <https://doi.org/10.1111/1745-8315.12330>.
- Buser, J. K., Buser, T. J., Gladding, S. T., & Wilkerson, J. (2011). The Creative Counselor: Using the SCAMPER Model in Counselor Training. *Journal of Creativity in Mental Health*, 6(4), 256–273. <https://doi.org/10.1080/15401383.2011.631468>.
- Chibbaro, J., & Camacho, H. (2011). Creative Approaches to School Counseling: Using the Visual Expressive Arts as an Intervention. *Georgia School Counselors Association Journal*, 18(1), 41–44.
- Collins, J. M., & O'Rourke, C. M. (2010). Financial Education and Counseling—Still Holding Promise. *Journal of Consumer Affairs*, 44(3), 483–498. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6606.2010.01179>.
- Corey, G. (2018). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage Learning, Inc.
- Davis, E. S., Pereira, J. K., & Dixon, A. (2015). Introducing Reality Play Therapy: Reactions and Perceptions From Elementary School Counselors. *Journal of Creativity in Mental Health*, 10(4), 402–422. <https://doi.org/10.1080/15401383.2015.1093984>.
- Davis, E. S., Smith-Adcock, S., & Towns, L. (2018). Experiences of Elementary School Counselors and Students in Using Reality Art Therapy to Address Chronic Conditions. *Professional School Counseling*, 22(1), 2156759X1987079. <https://doi.org/10.1177/2156759x19870792>.
- Davis, N. L., & Voirin, J. (2016). Reciprocal Writing as a Creative Technique. *Journal of Creativity in Mental Health*, 11(1), 66–77. <https://doi.org/10.1080/15401383.2015.1033043>.
- Dilawari, Kanchan; Tripathi, N. (2014). Art Therapy: A Creative and Expressive Process. *Indian Journal of Positive Psychology*, 5 N° 1(1), 81–85.

- Farozin, M., Kurniawan, L., & Irani, L. C. (2020). *The Role of Guidance and Counseling in Character Education*. 462(Isgc 2019), 112–116. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.025>.
- Gainau, M. B. (2012). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 12–36.
- Ginting, S. A. (2018). Syntactic Complexity on Extroverted and Introverted Indonesian Language Learners' Written Products. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 6(4), 101. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.6n.4p.101>.
- Gladding, S. T. (1992). *Counseling As an Art: The Creative Arts in Counseling*. American Association for Counseling and Development, 5999 Stevenson Avenue, Alexandria.
- Gladding, S. T. (2011). Using Creativity and the Creative Arts in Counseling: An International Approach. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 1–7. <https://doi.org/10.17066/pdrd.30360>.
- Gladding, S. T. (2016). *The Creative Arts in Counseling*. American Counseling Association.
- Goldberg, R. M., & Stephenson, J. B. (2016). Staying With the Metaphor: Applying Reality Therapy's Use of Metaphors to Grief Counseling. *Journal of Creativity in Mental Health*, 11(1), 105–117. <https://doi.org/10.1080/15401383.2015.1113396>.
- Hajhosseini, M., Gholamali-Lavasani, M., & Beheshti, M.-R. (2017). Effectiveness of Group Counseling Based on Reality Therapy on Academic Procrastination and Behavioral Self-Regulation of Student. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 27(155), 27–36.
- Hasan, S., Training, T., Yulianti, N., & Training, T. (2018). *Introversion Personality and Students' Reading Comprehension*. 4(2), 218–229.
- Homeyer, L. E., & Sweeney, D. S. (2016). *Sandtray Therapy: A Practical Manual*. Routledge Taylor & Francis Group.
- Lawrence, C., Foster, V. A., & Tieso, C. L. (2015). Creating Creative Clinicians: Incorporating Creativity Into Counselor Education. *Journal of Creativity in Mental Health*, 10(2), 166–180. <https://doi.org/10.1080/15401383.2014.963188>.
- Levine, S. K. (2011). Art Opens to the World. Expressive Arts and Social Action. *Art in Action. Expressive Arts Therapy and Social Change*, 21–30.
- Mabeus, D., & Rowland, K. (2016). Reality Therapy in a Middle School Setting: Altering a Student's Perception. *Georgia School Counselors Association Journal*, 23, 48–52.
- Mazza, N. F., & Hayton, C. J. (2013). Poetry Therapy: An Investigation of a Multidimensional Clinical Model. *Arts in Psychotherapy*, 40(1), 53–60. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2012.10.002>.
- McNichols, C., & Witt, K. J. (2018). The Use of Poetry in Counselor Training and Supervision. *Journal of Poetry Therapy*, 31(3), 145–164. <https://doi.org/10.1080/08893675.2018.1467820>.
- Nurhasanah, & Nida, Q. (2016). Character Building of Students by Guidance and Counseling Teachers Through Guidance and Counseling Services. *Jurnal Ilmiah Peuradeun*, 4(1), 65–76. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3085.4160>.
- Perryman, K. L., Moss, R., & Cochran, K. (2015). Child-Centered Expressive Arts and Play Therapy: School Groups for At-Risk Adolescent Girls. *International Journal of Play Therapy*, 24(4), 205–220. <https://doi.org/10.1037/a0039764>.
- Portrie-Bethke, T. L. (2011). Choice Theory. In S. Degges-White & N. L. Davis (Eds.), *Integrating the Expressive Arts Into Counseling Practice* (pp. 65–86). New York: Springer Publishing Company.
- Rappoport, Z. (2019). 131 Metaphors to Learn and Teach Choice Theory and Reality Therapy. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, 39(1), 27–40.

- Ray, D. C., Lee, K. R., Meany-Walen, K. K., Carlson, S. E., Carnes-Holt, K. L., & Ware, J. N. (2013). Use of toys in child-centered play therapy. *International Journal of Play Therapy*, 22(1), 43–57. <https://doi.org/10.1037/a0031430>.
- Rosen, C. M., & Atkins, S. S. (2014). Am I Doing Expressive Arts Therapy or Creativity in Counseling? *Journal of Creativity in Mental Health*, 9(2), 292–303. <https://doi.org/10.1080/15401383.2014.906874>.
- Samadzadeh, M., Abbasi, M., & Shahbazzadegan, B. (2013). The Effect of Visual Arts on Education of Coping Strategies in Annoyed Children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 83, 771–775. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.145>.
- Samand, S. M., Sailan, Z., & Lio, A. (2019). Analysis On The Relationship Of Extrovert-Introvert Personality And Students' Speaking Performance In English Study Program Of Halu Oleo University. *Journal of Language Education and Educational Technology (JLEET)*, 4(1). <https://doi.org/10.33772/jleet.v4i1.6677>.
- Saputra, W. N. E. (2017). Musik dan Konseling: Sebuah Inovasi dengan Mengintegrasikan Seni Kreatif Dalam Konseling. *Prosiding Seminar Nasional Komitmen Profesional dan Akuntabilitas Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling*, 395–401..
- Saputra, W. N. E., & Sofiana, A. (2017). Konseling Inovatif Berbantuan Seni Kreatif. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Menjadi Konselor Terampil Untuk Menanggulangi Krisis Moral Anak Dan Remaja*, 143–147.
- Sari, P., Thahir, A., & Utami, F. P. (2020). Reality counselling with value judgement techniques to reduce bullying behavior of vocational students. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(2), 83–89.
- Shafie, A. A. H., Kahar, N. F. A., Rahimi, M. K. A., Ahmad, R., Wibowo, M. E., Mulawarman, M., & Purwanto, E. (2019). The Effectiveness of Reality Group Counseling in Enhancing Multiple Intelligence and Motivational Achievement of Students in Malaysia and Indonesia with the Tendency of Problematic Internet Use. *International Journal of Business and Social Science*, 10(6), 54–61. <https://doi.org/10.30845/ijbss.v10n6p7>.
- Sharf, R. S. (2012). *Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases* (5th Editio). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Situmorang, D. D. B. (2018). How Amazing Music Therapy in Counseling for Millennials. *The International Journal of Counseling and Education*, 3(2), 73–80. <https://doi.org/10.23916/0020180313220>.
- Slayton, S. C., D'Archer, J., & Kaplan, F. (2010). Outcome Studies on The Efficacy of Art Therapy: A Review of Findings. *Art Therapy*, 27(3), 108–118. <https://doi.org/10.1080/07421656.2010.10129660>.
- Smith, A. L. (2011). Teaching a Course on Creativity in Counseling: Ideas for Counselor Educators. *Journal of Creativity in Mental Health*, 6(2), 149–165. <https://doi.org/10.1080/15401383.2011.579875>.
- Stark, M. D., & Frels, R. K. (2014). Using Sandtray as a Collaborative Assessment Tool for Counselor Development. *Journal of Creativity in Mental Health*, 9(4), 468–482. <https://doi.org/10.1080/15401383.2014.897663>.
- Wahlbeck, H., Kvist, L. J., & Landgren, K. (2020). Art Therapy and Counseling for Fear of Childbirth: A Randomized Controlled Trial. *Art Therapy*, 37(3), 123–130. <https://doi.org/10.1080/07421656.2020.1721399>.
- Whisenhunt, J. L., & Kress, V. E. (2013). The Use of Visual Arts Activities in Counseling Clients Who Engage in Nonsuicidal Self-Injury. *Journal of Creativity in Mental Health*, 8(2), 120–135. <https://doi.org/10.1080/15401383.2013.792669>.

- Wubbolding, R. (2016). Reality therapy. In H. E. A. Tinsley, S. H. Lease, & N. S. G. Wiersma, *Contemporary Theory and Practice in Counseling and Psychotherapy*. SAGE Publications.
- Ziff, K., Pierce, L., Johanson, S., & King, M. (2012). ArtBreak: a Creative Group Counseling Program for Children. *Journal of Creativity in Mental Health*, 7(1), 107–121. <https://doi.org/10.1080/15401383.2012.657597>.