



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 8370-8376

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Problematika dalam Konseling Krisis

Siska Mardes<sup>1✉</sup>, Isnaria Rizki Hayati<sup>2</sup>, Reri Arianto<sup>3</sup>, Donal<sup>4</sup>

(1,2,4) Universitas Riau, (3) SMP Negeri 45 Pekanbaru

Email: [siska.mardes@lecturer.unri.ac.id](mailto:siska.mardes@lecturer.unri.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Krisis dapat diibaratkan boomerang atau bahkan pisau bermata dua, hal ini dikarenakan jika krisis melanda seseorang yang tangguh atau siap mengalami krisis, maka krisis itu bisa menjadi senjata yang membuat seseorang itu menjadi lebih tangguh lagi. Namun sebaliknya, jika krisis dialami orang yang kurang mampu atau bahkan tidak mampu menghadapi masa krisis, maka dapat membuat seseorang menjadi down atau bahkan bisa berdampak traumatis. Metode deskripsi dilakukan dengan melalui langkah-langkah pengumpulan, klasifikasi, pengolahan atau menganalisis data, membuat kesimpulan dan laporan dengan tujuan untuk menggambarkan tentang suatu keadaan secara objektif dalam suatu deskripsi. Dapat disimpulkan bahwa konseling krisis berfungsi sebagai pilihan yang tepat untuk mengatasi masalah psikologis. Selain itu, keberhasilan penerapan konseling krisis yang berfokus pada solusi memerlukan kehadiran konselor yang terampil. Konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian khusus untuk memfasilitasi proses konseling.

Kata Kunci: *Problematika, Konseling, Krisis*

## Abstract

A crisis can be likened to a boomerang or even a double-edged sword, this is because if a crisis hits someone who is tough or ready to experience a crisis, then the crisis can become a weapon that makes that person even tougher. However, on the other hand, if a crisis is experienced by someone who is less capable or even unable to face the crisis, it can make someone feel down or even have a traumatic impact. The description method is carried out by going through the steps of collecting, classifying, processing or analyzing data, making conclusions and reports with the aim of describing a situation objectively in a description. It can be concluded that crisis counseling serves as the right choice to overcome psychological problems. In addition, the successful implementation of solution-focused crisis counseling requires the presence of skilled counselors. A counselor is someone who has special skills to facilitate the counseling process.

Keywords: *Problematic, Counseling, Crisis*

## PENDAHULUAN

Setiap individu pasti akan menghadapi krisis pada suatu saat dalam hidupnya. Krisis dapat muncul ketika seseorang mengalami perubahan yang signifikan dan tiba-tiba dalam hidupnya, yang mungkin menyebabkan ketidakseimbangan bagi mereka yang tidak siap. Berbagai situasi krisis, seperti bencana alam, peristiwa kekerasan, relokasi, kehilangan orang yang dicintai, dan penambahan anggota keluarga baru, sangat mirip dengan pengalaman kita sehari-hari. Skenario krisis muncul akibat stress yang terus-menerus dan tidak terkendali. Kejadian krisis yang terulang kembali dapat muncul dalam ingatan korban pada saat tertentu sehingga menyebabkan penderitaan seperti mengingat kembali kejadian tersebut dan mempengaruhi fungsi tubuh korban. Dalam hal ini individu sangat membutuhkan penyelesaian masalah yang krisis dalam hidupnya. Sestuningsih Margi Rahayu (2017) Pertimbangkan konseling krisis sebagai sebuah intervensi, yaitu. pendekatan konseling krisis diberikan dalam proses pelayanan secara akurat, cepat, singkat, langsung, efektif, tujuan dan sasaran yang digunakan sederhana karena sifat krisis yang tiba-tiba dan/atau traumatis, tergantung pada intensitas yang lebih besar daripada bentuk-bentuk yang biasa konseling, konselor yang bekerja di bidang konseling krisis adalah berkepribadian matang, mempunyai pengalaman hidup, mempunyai kemampuan dasar menolong, energik, reflek mental yang cepat, namun juga seimbang, tenang, kreatif. dan fleksibel dalam menyelesaikan situasi sulit.

Krisis dapat diibaratkan boomerang atau bahkan pisau bermata dua, hal ini dikarenakan jika krisis melanda seseorang yang tangguh atau siap mengalami krisis, maka krisis itu bisa menjadi senjata yang membuat seseorang itu menjadi lebih tangguh lagi.

Namun sebaliknya, jika krisis dialami orang yang kurang mampu atau bahkan tidak mampu menghadapi masa krisis, maka dapat membuat seseorang menjadi *down* atau bahkan bisa berdampak traumatis. H. Norman Wright (2022) menyatakan krisis melihatkan suatu hal penting bagi seseorang di dalam kehidupannya. Individu tentunya memiliki tingkat ketahanan yang berbeda-beda saat menghadapi krisis. Maka dari itu, setiap orang harus memiliki persiapan jika suatu saat krisis melanda agar tidak menjadi trauma terhadap keadaan tersebut. Belkin (Andi Mappiare, 2006) menjelaskan beberapa masalah-masalah yang bersifat krisis dalam menjalani kehidupan, mengalami atau melihat keadaan krisis saat seseorang kehilangan orang yang dicintainya, tidak mampu menghadapi saat mengalami krisis, terjadinya krisis dalam keluarga, renggangnya hubungan dengan orang dicintai seperti teman dekat, ataupun sahabat dan lainnya.

Individu akan mengenal bahaya adanya ancaman ketika sedang mengalami krisis. Seterusnya seseorang akan menemukan bahwa gejala stres maupun stres dan traumatik dari peristiwa tertentu tidak bisa dihilangkan dengan cara yang ada ataupun acara biasa (Banun Sri Haksasi dan Widia Noviangga Dewi,). Mela Elfida Putri (2017) Dampak konseling krisis dengan konseling realitas dalam menurunkan kecemasan anak korban kekerasan seksual. Konseling realitas yang diterapkan peneliti sudah teruji dan mempunyai pengaruh dalam menurunkan kecemasan beberapa anak korban kekerasan seksual. Wanodya Kusumastuti, Widyaning Hapsari, Karsiyati (2023) Berdasarkan proses konseling krisis yang diberikan kepada ketiga klien, menunjukkan hasil yang positif dan memberikan pemahaman bagi klien sehingga mereka dapat mengelola dan mengatasi kondisi traumanya dengan baik.

## METODE PENELITIAN

Kajian konseling krisis ini menggunakan metodologi deskriptif analitik dengan pendekatan kualitatif. Hal ini dicapai melalui proses pengumpulan, kategorisasi, dan pemeriksaan data, guna menghasilkan temuan dan laporan akurat yang memberikan representasi tidak memihak terhadap skenario tertentu.

Teknik deskriptif adalah pendekatan penelitian yang digunakan untuk memberikan gambaran rinci tentang situasi saat ini, dengan tujuan menggambarkan secara akurat peristiwa yang terjadi selama penyelidikan. Jasa Ungguh Muliawan (2014) metode deskriptif merupakan penelitian yang berisi pemaparan atau penggambaran sesuatu. Metode deskriptif termasuk metode yang paling banyak digunakan dalam studi penelitian pendidikan. Bahkan paling banyak dibandingkan metode yang lain.

Metode deskripsi dilakukan dengan melalui langkah-langkah pengumpulan, klasifikasi, pengolahan atau menganalisis data, membuat kesimpulan dan laporan dengan tujuan untuk menggambarkan tentang suatu keadaan secara objektif dalam suatu deskripsi. Sedangkan yang dimaksud dengan pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang digunakan dalam penelitian dengan cara mengukur indikator-indikator variabel penelitian sehingga diperoleh gambaran diantara variabel-variabel penelitian tersebut (Siti Fadjarajani, 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Manusia tidak terlepas dari permasalahan disetiap perkembangan yang ada, sehingga ketika individu menghadapi konflik tidak menutup kemungkinan mengalami krisis. Krisis dalam kehidupan sangat beragam, ada krisis kematian, bunuh diri, perceraian, dan kehilangan. Ishlakhatu Sa'idah, Anggie Nurfitriani Sari, Moh. Ziyadul Haq Annajih (2022) krisis maupun krisis identitas pada individu bisa muncul ketika individu tersebut masih berada pada tahap bayi dan kemungkinan terjadinya krisis pada individu bisa terus berlangsung sampai individu tersebut berada pada tahap perkembangan usia remaja. Helmuth Y. Bunu (2020) Guru BK/Pembimbing di SMPN X memiliki kepribadian yang matang, memiliki pengalaman hidup, memiliki keterampilan dasar dalam memberikan bantuan kepada konseli, energik, refleksi mental yang cepat, namun juga seimbang, kreatif, dan fleksibel dalam menghadapi situasi sulit.

M. Jamil Yusuf (2022) Pertama, Pelayanan konseling harus ditujukan kepada semua orang, tanpa membedakan jenis kelamin, suku, bangsa, ras atau sosial masyarakat. Kedua, konseling krisis harus fokus pada kesehatan dan kesejahteraan klien serta tetap berada pada jalan yang saleh. Klien perlu dilihat sebagai orang yang sedang mengalami masalah (bencana) dan perlu diposisikan sebagai orang yang membutuhkan pertolongan secepatnya. Ketiga, penasehat harus benar-benar menjaga integritasnya sebagai penasehat muslim. Idenya adalah ketika klien dalam krisis mencari bantuan, mereka terkadang bersikap kritis atau menirukan, sehingga mereka lebih baik dalam mengikuti apa yang dikatakan dalam sesi konseling. Ingot Harmitamso Situmorang, Naomi Gabriella Hutapea, Sogiato Lastri Hasonangan Cibro, dkk (2023) Peristiwa krisis dapat menimbulkan berbagai masalah dan dampak negatif bagi klien, sehingga memerlukan perhatian dan intervensi konseling yang tepat. Dalam konseling krisis, penting untuk menilai dan mengidentifikasi masalah spesifik klien akibat peristiwa krisis. Melalui pemahaman mendalam terhadap masalah individu, konselor merencanakan intervensi yang tepat untuk membantu klien mengatasi

dampak krisis. Dapat ditarik kesimpulan masalah-masalah krisis klien harus digali secara mendalam sehingga bisa memberikan solusi sesuai dengan permasalahan yang dialami.

Dalam konseling krisis beragam konflik yang muncul dalam kehidupan masyarakat, sekolah dan lembaga lainnya, terutama dalam lingkungan sekolah. Fenomena dan kasus disekolah, salah satunya kasus bullying yang paling marak di beberapa sekolah. Hasil wawancara penulis dengan guru BK disekolah X di Pekanbaru terdapat beberapa siswa yang terlibat pelaku *bullying* dan korban *bullying*, kasus tersebut disebabkan oleh beberapa latar belakang masalah yang dialami oleh siswa tersebut. Sebagai korban *bullying* jika korban tidak dapat mengatasi masalah tersebut, ada kemungkinan siswa sebagai korban *bullying* akan mengalami trauma yang jika berlarut akan menimbulkan masalah yang sangat krisis dalam diri korban.

Ardini Farzana Yurianto, Evi Winingsih (2022) Kasus perundungan tidak bisa dianggap sebagai kasus sepele yang hanya sebatas bercanda dan meledek. Peristiwa *bullying* ini dapat menempatkan korbannya pada kondisi krisis yang jika tidak segera ditangani akan menimbulkan trauma pada korbannya. Ada beberapa pengelompokan perilaku *bullying*, antara lain *bullying* melalui kontak verbal langsung, perilaku nonverbal langsung, perilaku nonverbal tidak langsung, pelecehan seksual, dan *cyberbullying*. *Bullying* dapat memberikan dampak buruk bagi korbannya. Raup Padillah (2020) konseling realitas dapat mengatasi krisis identitas pada remaja. Berdasarkan hasil perlakuan konseling realitas yang dilakukan, remaja laki-laki ini cukup tertutup dalam eksplorasi diri, tidak mampu mengambil keputusan sendiri, tidak mampu menghindari konflik dengan orang lain, dan memiliki berbagai macam ekspresi emosi, perasaan diri sendiri dan orang lain dan seterusnya.

Naumi Kadarsi M.Th (2021) Gejala krisis bagi mereka yang menerima konseling antara lain trauma akibat tuduhan, kemarahan, frustrasi, kemurungan, dan kekecewaan. Kegembiraan akhirnya memutuskan kembali ke rumah orang tuanya hanya menambah kesedihan klien. Belum lagi tagihan pinjaman yang membebani dan menjadi tanggung jawabnya. Kejadian ini membahayakan nyawanya.

## SIMPULAN

Konseling krisis bertujuan untuk memberikan dukungan dari konselor kepada klien yang sedang mengalami stres berat yang mengganggu fungsi kognitif, keterampilan pemecahan masalah, dan kapasitas mereka untuk berhasil mengatasi tantangan. Tujuan dari konseling krisis adalah untuk menawarkan bentuk bantuan yang cepat dan beragam (seperti dukungan psikologis, finansial, dan hukum) kepada individu yang membutuhkan.

Tujuannya adalah untuk memberdayakan mereka yang mengalami krisis dengan meningkatkan keterampilan pemecahan masalah mereka dan menumbuhkan persepsi positif terhadap situasi tersebut. sehingga memungkinkan mereka untuk mengatasinya secara efektif.

Berdasarkan hasil diskusi artikel, dapat disimpulkan bahwa konseling krisis berfungsi sebagai pilihan yang tepat untuk mengatasi masalah psikologis. Selain itu, keberhasilan penerapan konseling krisis yang berfokus pada solusi memerlukan kehadiran konselor yang terampil. Konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian khusus untuk memfasilitasi proses konseling. Untuk merespons situasi krisis secara efektif, konselor harus memiliki kemampuan untuk tetap tenang, menunjukkan kesadaran terhadap lingkungannya, mengatur emosinya, membuat penilaian yang cepat, dan menunjukkan kemahiran dalam teknik konseling krisis.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andi Mappiare. 2006. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Ardini Farzana Yurianto, Evi Winingsih. 2022. Layanan Konseling Krisis: Mengatasi Masalah Traumatik Siswa Yang Menjadi Korban Bullying. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 148-154.
- Banun Sri Haksasi dan Widia Noviangga Dewi. 2020. *Konseling Krisis dan Traumatis*. Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Ishlakhatu Sa'idah, Anggie Nurfitriya Sari, Moh. Ziyadul Haq Annajih. 2022. Konseling Krisis Psikososial Transisi: Krisis Identitas pada Transgender. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan dan Konseling Islam*. 1 (2): 10-18. <https://ejournal.iaimu.ac.id/index.php/dawa/article/view/83/84>
- H. Norman Wright. 2022. *Konseling Krisis (Membantu Orang dalam Krisis dan Stress)*. Malang: Gandum Mas.
- Jasa Ungguh Muliawan. 2014. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Gava Media.
- Ingot Harmitamso Situmorang, Naomi Gabriella Hutapea, Sogiato Latri Hasonangan Cibro, dkk. 2023. Konsep Konseling Krisis. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*. 2 (4): <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/758/696>
- M. Jamil Yusuf. 2022. Konseling Krisis Dalam Perspektif Islam. *JURNAL AT-TAUJIH: Bimbingan Dan Konseling Islam*. 5 (2): 81-98. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih/article/view/16111/7622>

- Mela Elfida Putri. 2017. Konseling Krisis Dengan Pendekatan Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Anak Korban Kekerasan Seksual. *Proceedings/ International Conference*. 93-99.
- Naumi Kadarsi M.Th. 2021. Konseling Krisis Pernikahan Kristen Studi Kasus Dampak Perselingkuhan Isteri. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen*. 2 (1): 76-105. <https://sttimanuelpacet.ac.id/e-journal/index.php/filadelfia/article/view/33>
- Raup Padillah. 2020. Implementasi Konseling Realitas Dalam Mengangani Krisis Identitas Pada Remaja. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. 3 (3): 120-125.
- Sestuningsih Margi Rahayu. 2017. Konseling Krisis: Sebuah Pendekatan Dalam Mereduksi Masalah Traumatik Pada Anak Dan Remaja. *Jurnal Pendidikan*. 2 (1): 53-56.
- Siti Fadjarajani. 2020. Metodologi Penelitian, Pendekatan Multidisipliner. Gorontalo: Ideas Publishing.
- Wanodya Kusumastuti, Widyaning Hapsari, Karsiyati. 2023. Konseling Krisis Sebagai Intervensi Psikologis Pada Klien Kekerasan Seksual di Purworejo. *Surya Abdimas*. 7 (1): 123-136.
- Ziyadul Haq Annajih. 2022. Peran Konseling dalam Mereduksi Traumatik pada Siswa yang Mengalami Bullying. *CENDIKIA; Center of Language and Culture Studies*. 14 (2): 93:109.