

ANALISIS PENDEKATAN KONSELING NARRATIVE THERAPYTasya Diandra Aulia*^{1a}, Rika Puspita Sari^{1b}, Okta Pratiwi^{1c}, Dini Pramaessilla^{1d}, Sigit Dwi Sucipto^{1e}^{1abcde}Universitas SriwijayaE-Mail: tasyadndr@gmail.com^{1a}, rikapsptsr05@gmail.com^{1b}, oktapratiwi644452@gmail.com^{1c},
silladini@gmail.com^{1d}, sigiddwis@unsri.ac.id^{1e}* tasyadndr@gmail.com

Abstract: Narrative therapy is an approach or method used in the world of counseling that aims to invite counselors to tell stories and communicate experiences related to the problems they are experiencing. The focus of this approach is the most dominant narrative depiction of the council so that it is able to express the problems they encounter. The method used in this research is a library study with moreview 20 articles on narrative therapy counseling approaches that have been published and have been nationally accredited. The result of this research is that the approach of Narrative Therapy has been proven to be able to influence the solution of the problems that are being experienced.

Keywords: Counseling, Narrative Therapy, Student

How to Cite: Aulia, T. D., Sari, R. P., Pratiwi, O., Pramaessilla, D., Sucipto, S.D., (2023). Analisis Pendekatan Konseling Narrative Therapy. *Jurnal Konseling Indonesia*, 9(1), 51-61. <https://doi.org/10.21067/jki.v9i1.9252>

Copyright © 2023 (Tasya Diandra Aulia, Rika Puspita Sari, Okta Pratiwi, Dini Pramaessilla, Sigit Dwi Sucipto)

Pendahuluan

Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan untuk meringankan permasalahan yang dihadapi konseli atau secara langsung untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi konseli. Menurut (Prayetno, ddk., 2004) menjelaskan bahwa konselor diberikan bantuan bimbingan dan konseling, baik dilakukan perseorangan ataupun berkelompok, agar konseli memiliki kemandiri yang maksimal dalam berkembang. Lebih lanjut (Mulyadi, 2016) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling ialah pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli yang sedang menghadapi suatu permasalahan, baik masalah mengenai bidang akademik ataupun masalah pribadi konseli. Dalam bimbingan dan konseling terdapat tujuan menurut (Prayetno, ddk., 2009) bimbingan dan konseling memiliki tujuan dalam membantu konseli berkembang ke tahap perkembangan yang optimal, klien kemudian dapat menemukan keterampilan yang ada seperti kompetensi inti. keterampilan seperti bakat. Dari penjelasan tersebut disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling adalah sebuah proses bantuan yang diberikan konselor kepada konseli, agar konseli mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal.

Di Indonesia terdapat beberapa pendekatan bimbingan dan konseling yang sering digunakan untuk membantu membimbing seseorang atau sekelompok orang agar mampu mewujudkan dan mengembangkan potensi dirinya serta mampu mengambil keputusan untuk mengatasi permasalahan yang dialami. Pendekatan-pendekatan yang digunakan dalam bimbingan dan konseling antara lain sebagai berikut, pendekatan psikoanalitik, pendekatan eksistensial humanistik, pendekatan konseling yang berpusat pada pribadi, pendekatan behavioral, pendekatan terapi perilaku rasional emotif (REBT), pendekatan gestalt, pendekatan analisis transaksional, dan konseling realitas. Namun dalam penelitian ini akan dibahas salah satu pendekatannya, yaitu konseling terapi narasi. Pendekatan ini dikembangkan pada tahun 1990 oleh Michael White dan David Epton. Dimana inti dari konseling naratif adalah menekankan bahwa konselor mampu mendengarkan tanpa menghakimi atau menyalahkan, mengafirmasi dan menghormati klien. Konselor naratif mencoba mengajak siswa untuk

menggambarkan pengalamannya dengan menyampaikan kata-kata semampunya, sehingga siswa dapat mengembangkan pemahaman baru tentang pikiran, perasaan, dan perilakunya terhadap masalah tersebut. Menurut Willis (2004), pendekatan bimbingan konseling atau pendekatan konseling dikenal dengan konsep asing yaitu "Counseling Approach" atau dikenal sebagai landasan praktik konseling, sedangkan menurut Nugent (1981) merupakan pendekatan atau teori konseling. konseling. . merupakan suatu asumsi, konsep, model untuk menjelaskan komponen-komponen konseling yang memuat informasi tentang pertumbuhan, perkembangan, dan pembelajaran untuk memecahkan masalah dan mengambil keputusan.

Konseling *narrative therapy* merupakan pendekatan yang menggunakan bentuk narasi atau cerita sebagai cara untuk menggali masalah yang dialami oleh individu (Andieni, 2016). Pendekatan ini meminta individu untuk menceritakan pengalaman atau masalah yang mereka hadapi untuk nantinya hal tersebut dibawa ke dalam proses konseling yang diberikan. Konseling *narrative therapy* ini dilakukan agar individu mampu mendeskripsikan ulang kisah yang mereka alami, dan kemudian mencari arti dari pengalaman yang mereka miliki agar kemudian bisa membantu seseorang dalam menyelesaikan transisi kehidupannya (McLeod dalam Andieni, 2016). Pendekatan konseling *narrative therapy* ini mampu membantu individu untuk dapat melangkah keluar dan melihat seberapa jauh mereka mampu membangun narasi dominan tentang diri mereka (White dan Epston dalam Elfira, 2021).

Pendekatan konseling *narrative therapy* memiliki konsep, seperti yang sudah dijelaskan diparagraf sebelumnya, yang dimana pendekatan *narrative therapy* ini didefinisikan sebagai sebuah pendekatan yang menggali masalah individu dengan cara bercerita (narasi). Tujuan dari dilakukannya konseling ini adalah untuk membantu individu dalam mengarang kembali cerita yang terjadi pada individu. Selanjutnya dalam pendekatan *narrative therapy* ini memiliki beberapa tahapan yang biasa digunakan pada saat konseling berlangsung, seperti tahapan Eksternalisasi masalah, pemberian nama pada masalah dengan menggunakan eksternalisasi bahasa, tahap berikutnya adalah memetakan pengaruh kehidupan seseorang, seperti pemberian pertanyaan yang memberikan pengaruh relatif, dan yang terakhir memetakan pengaruh kehidupan seseorang terhadap pengembangan masalah.

Pendekatan konseling *narrative therapy* yang memberikan manfaat dan berguna dalam membantu individu untuk mengentaskan permasalahan yang dialami dari berbagai aspek-aspek yang ada. Pendekatan konseling *narrative therapy* ini sangat penting untuk dipelajari karena dari pendekatan ini kita dapat mengetahui metode, hasil serta tujuan apa yang sebenarnya terjadi dalam penggunaan pendekatan konseling *narrative therapy* ini.

Metodologi

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini ialah studi pustaka yang menggunakan sumber pustaka 19 artikel jurnal, dimana proses pencarian data melalui SINTA dan Google Scholar. Kategori artikel yang digunakan adalah artikel dari tahun 2013-2023, adapun tema dalam artikel yang dikumpulkan yaitu terkait gambaran intervensi penggunaan pendekatan konseling *narrative therapy* dalam menangani konseli seperti di dalam pendidikan. Aspek analisis yang digunakan dalam artikel ini meliputi judul, metode, tujuan, dan hasil data yang di analisis dalam bentuk deskripsi. Menurut Sugiyono (2018) menyatakan bahwa studi pustaka ialah serangkaian kegiatan yang meliputi dari kajian teoritis, referensi serta literatur ilmiah yang berkaitan dengan budaya, nilai, dan norma berdasarkan situasi sosial yang diteliti. Fokus utama yang dapat diambil dari berbagai artikel adalah objek sebuah permasalahan penelitian, metode penelitian dan hasil penelitian.

Penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi. Dokumentasi adalah jenis pengumpulan data yang sering digunakan dalam metode penelitian (Saekan, 2010). Dengan menggunakan teknik rekaman ini, data historis dapat diikuti. Dokumen yang dipertimbangkan bisa berupa foto, tulisan, atau karya monumental dari seseorang. Dokumen yang dipertimbangkan bisa berupa foto, tulisan, atau karya monumental dari seseorang (Hamidi, 2004). Penelitian ini dilakukan melalui wawancara dan observasi.

Informasi yang dikumpulkan dari hasil pengamatan dan wawancara akan diperkuat dan didukung oleh penggunaan pendekatan dokumentasi.

Proses pengumpulan data penelitian sesuai arahan penelitian yang dilakukan hendaknya dilakukan secara sistematis dan berorientasi sedemikian rupa sehingga dapat dibuktikan keakuratan data yang dikumpulkan. Karena pada dasarnya proses pengumpulan data dalam teknik pengumpulan data ini harus mampu membuktikan hipotesis dari data yang hasilnya telah dikumpulkan oleh peneliti. Menurut Zed (dalam Azizah & Purwoko, 2017), yang berarti memiliki gambaran umum tentang topik penelitian, mencari informasi yang mendukung tema penelitian, menentukan arah penelitian, menemukan dan menemukan materi bacaan yang diperlukan dan mengklasifikasikan materi membaca., membaca dan membuat catatan penelitian, meninjau dan memperkaya bahan bacaan, kembali materi membaca, dan mulai menulis presentasi hasil penelitian dalam bentuk narasi. Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis konten.

Hasil

Adapun hasil dari kumpulan berbagai macam penelitian dan buku mengenai konseling naratif adalah sebagai berikut tertera pada tabel 1

Tabel 1. Hasil Klasifikasi Literatur Studi Penelitian

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
1.	Idei Khurnia Swasti & Wisjnu Martani	2013	Universitas di Yogyakarta	Studi kasus	Mengetahui bahwa <i>narrative therapy</i> dapat digunakan secara efektif sebagai terapi alternatif untuk mengatasi kecemasan sosial	Berdasarkan penelitian yang dilakukan, konseling dengan pendekatan <i>narrative therapy</i> disimpulkan mampu membantu penurunan tingkat kecemasan subjek penelitian
2.	Husni Abdillah	2014	Siswa kelas 3X SMA N 1 Babat dengan 28 peserta.	Konstruksi, dekonstruksi, dan rekonstruksi	Untuk mendapatkan gambaran tentang seberapa efektif bimbingan karier yang berbasis naratif dalam meningkatkan adaptabilitas karier peserta didik.	Disimpulkan bahwa pendekatan <i>narrative</i> yang diterapkan dalam bimbingan karir yang dilaksanakan mempengaruhi peningkatan pada dimensi perencanaan karir, eksplorasi karir, dan penyelesaian masalah. Selain itu, layanan bimbingan karir yang menggunakan

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
						pendekatan naratif juga mengalami peningkatan yang lumayan signifikan pada beberapa indikator adaptabilitas karir.
3.	Priyas Purbaning Tyas	Hayu 2015	Siswa SMA kelas X dengan jumlah 172 siswa	Metode eksperimen dengan bentuk quasi experimental design	Untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa, penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan gambaran dan mengembangkan program intervensi konseling REBT yang menggunakan pendekatan naratif.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor kecerdasan emosional 172 siswa kelas X SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung sebelum dan sesudah kegiatan konseling REBT dengan pendekatan naratif berbeda..
4.	Ajeng Rachmawati	2015	Peserta didik kelas X SMAN 13 Surabaya	Dekonstruksi	untuk mengetahui seberapa efektif layanan konseling dengan pendekatan naratif dalam mengurangi tingkat glossophobia siswa di SMA kelas X.	Dari hasil eksperimen yang dilakukan Ada bukti terjadi penurunan tingkat glossophobia yang dialami oleh peserta didik kelas X di SMAN 13 Surabaya. Hasil dari analisis perubahan kisah IMCS juga menunjukkan bahwa telah muncul keberanian pada diri subyek penelitian untuk berbicara di depan umum dan penggunaan Bahasa dari subyek penelitian pun sudah baik.
5.	Vicky Andieni dan	Dewi 2016	Siswa SMPN 40	Eksternalisasi	Penelitian ini menguji efektivitas konseling	Berdasarkan data dari hasil penelitian

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
	Wiro Nuryono, M. Pd		Surabaya	masalah	kisah untuk mengurangi kecemasan siswa terhadap komunikasi.	yang didapatkan, disimpulkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan komunikasi pada subyek penelitian setelah diterapkannya konseling narrative.
6.	Widya Juwita Sari, Edy Purwanto & Muhammad Japar	2017	Siswa MAN Kembangawit	Eksperimental	Bertujuan untuk memahami profil pribadi seseorang di MAN Kembangawit dan beberapa strategi naratif yang efektif untuk meningkatkan profil saudara di sana..	Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil konsep diri siswa MAN Kembangawit memiliki kecenderungan kategori sedang dan skor konsep diri mereka berbeda secara signifikan sebelum dan sesudah konseling kisah.
7.	Mutiah, Yaya, Dudy Imanudin Effendi	2019	Siswa kelas XI di MAN Indramayu	statistika deskriptif dengan pendekatan kuantitatif	mengetahui tingkat konsep diri siswa, tanggapan siswa terhadap konseling naratif di MAN Indramayu, dan bagaimana konseling naratif berdampak pada pembentukan konsep diri siswa.	Pada kelas XI MAN Indramayu, pembentukan konsep diri siswa dipengaruhi oleh konseling naratif
8.	Viki Zahrotina	2019	Siswa kelas X SMA di Panti Asuhan	Metode penelitian kuantitatif dengan studi kasus deskriptif	Konseling narrative untuk mengatasi konsep diri buruk seorang remaja di panti asuhan Barussalam Jemur Wonosari Sidoarjo	Di Panti Asuhan Barussalam Jemur Wonosari Surabaya, hasil konseling islam dengan terapi narrative untuk mengatasi konsep diri buruk seorang remaja dikategorikan

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
						berhasil.
9.	Ovi Damayanti	2020	mahasiswa Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Angkatan 2017	Penelitian studi kasus dengan menggunakan pendekatan kuantitatif	untuk mengetahui proses naratif dapat membantu mahasiswa Raden Intan Lampung dalam meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum.	Hasil menunjukkan bahwa kemampuan berbicara di depan umum mahasiswa telah berubah. Konseli mulai berusaha mendapatkan lebih banyak pengalaman berbicara di depan umum.
10.	Ahmad Yusuf	2021	Siswa VIII di SMP Negeri 1 Pangkep		Mengetahui bagaimana pengaruh konseling naratif terhadap kemampuan peserta didik dalam mengerjakan tugas	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa dalam kelompok eksperimen pada saat pre-test memiliki tingkat kemandirian yang rendah, dan kelompok kontrol juga memiliki tingkat kemandirian yang rendah.
11.	Afifah Istighfariani	2021	Seluruh siswa tingkat akhir yang berumur 21 umum	Metode kuantitatif dengan analisa studi kasus	untuk mengetahui bagaimana terapi naratif dapat membantu remaja yang putus asa mencari pekerjaan di Kecamatan Balongbendo Kabupaten Sidoarjo mengembangkan potensi diri mereka	Studi menunjukkan bahwa proses konseling dapat meningkatkan persepsi hidup seseorang dan mengubah hidup mereka.
12.	Aditya Widyantoro, Dody Hartanto, Mufied	2022	Peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Prambana	Menggunakan penelitian tindakan, analisis	Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya untuk mengurangi perilaku agresif siswa	Perilaku agresif pada siswa kelas VII di SMPN 1 Prambanan dapat diturunkan dengan pemberian

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
	Fauziah, Kuswandari		n	data yang digunakan adalah analisis data kualitatif dan analisis deskriptif	di kelas VII SMP Negeri 1 Prambanan. Penelitian ini menggunakan pendekatan konseling kelompok yang menggunakan teknik eksternalisasi dan reauthoring.	konseling kelompok dengan teknik konseling naratif.
13.	Ernawati, Saifuddin, Darmawansyah	2022	Siswa kelas IX SMP Negeri 7 Polewali	kuantitatif	Untuk mengetahui penerapan layanan konseling <i>narrative</i> untuk mengurangi prokrastinasi siswa kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali Kec. Binuang Kab. Polewali Mandar.	Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terbukti bahwa terjadinya pengurangan besar prokrastinasi yang dilakukan siswa setelah diterapkannya layanan konseling naratif
14.	Jessica Elizabeth Abraham, Junifrius Gultom	2022	Anak pendeta usia remaja	Studi pustaka	untuk menunjukkan pengaruh konseling pneumatologis dengan pendekatan naratif membantu anak pendeta dalam memahami peran diri mereka	Pada konseling pneumatologis pendeta muda diminta untuk membebaskan diri dari stigma yang dibuat oleh masyarakat agar mereka dapat lebih memahami dirinya sendiri.
15.	Fadli Fajar & Abdullah Sinring	2022	Siswa SMA Negeri 13 Bone	penelitian pengembangan	mengetahui, menjelaskan cara membuat jurnal harian konseling cerita sebagai media untuk meningkatkan kinerja akademik siswa	Guru BK mengatakan bahwa layanan BK harus berbentuk media untuk membantu siswa mengenal diri dan memahami masalah yang mereka hadapi.
16.	Muhammad Aditya & Mulawarman,	2022	Universitas Negeri	Metode eksperime	Mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan	Hasil yang didapat menunjukkan dapat meningkatkan

No	Peneliti & tahun	Tahun	Sampel	Metode	Tujuan	Hasil
	Awalya		semarang	n	pendekatan SFBC dan <i>narrative therapy</i>	resiliensi akademik penyintas <i>bullying</i>
17.	Krisan Andreas Pramuaji, DYP Sugiyarto, dan Mulawarman	2022	12 siswa SMA Karangturi Semarang	Kualitatif, dengan desain studi kasus	Mengidentifikasi pengaruh intervensi konseling kelompok dengan pendekatan naratif dan realitas dalam meningkatkan pengungkapan diri siswa	pemberian konseling kelompok dengan pendekatan naratif dan realitas memberikan hasil yang efektif dalam meningkatkan pengungkapan diri siswa.
18.	Widya Multisari, Ella Faridati Zen, Diniy Hidayaturrehman, Indriyana Rachmawat	2023	Guru BK SMA di Kabupaten Ponorogo		Untuk membantu guru BK sekolah menengah atas di Kabupaten Ponorogo dalam meningkatkan kemampuan mereka sebagai konselor melalui pelatihan konseling kisah.	Pelatihan konseling naratif telah terbukti berhasil. Perubahan skor peserta secara merata antara pretest dan posttest sebesar 3.01 poin.
19.	Suwatah, Amriana, M. Athoiful Fanan, dan Rahmah Widya Putri	2023		Kualitatif	Meningkatkan kemampuan untuik membimbing para wanita korban kekerasan	Pelatihan konseling dengan pendekatan <i>narrative therapy</i> ini merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan konselor sebagai pedamping wanita korban kekeras an

Pembahasan

Terapi dengan pendekatan *narrative* dirasa penting untuk diteliti lebih lanjut karena ditemukannya beragam hal-hal yang berkaitan dengan pendekatan ini pada tren penelitian dalam rentang tahun 2013-2023. Seperti apa yang tertuang pada penelitian yang dilakukan oleh Swasti, Martani (2013) menyatakan bahwa *narrative therapy* terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan sosial yang dialami oleh subyek penelitian, hal ini dilihat melalui perubahan yang timbul selama masa pemberian terapi. Hal ini pun sejalan dengan hasil yang ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada tahun 2014, Abdillah (2014) menyatakan bahwa metode konseling naratif telah terbukti efektif dalam upaya peningkatan aspek perencanaan karier, eksplorasi, dan penyelesaian masalah yang berkaitan dengan karier. Hal ini berarti pemberian layanan konseling dengan pendekatan *narrative*

terbukti efektif dan mampu memberikan hasil perubahan yang signifikan. Dilanjutkan dengan hasil penelitian.

Penelitian Tyas (2015) menunjukkan hasil bahwa adanya peningkatan skor kecerdasan emosional siswa sebelum mengikuti tes dan sesudah mengikuti tes, menggunakan konseling REBT dengan pendekatan naratif. Rachmawati (2015) juga menyatakan bahwa berdasarkan analisis hasil penelitiannya layanan konseling dengan pendekatan naratif mampu mengurangi tingkat *glossophobia* pada peserta didik yang menjadi subyek penelitiannya, *narrative therapy* juga meningkatkan kepercayaan diri para subyek penelitiannya dalam berbicara di depan umum. Sejalan dengan itu, Andieni, Nuryono (2016) menemukan bahwa konseling *narrative* terbukti mampu menurunkan kecemasan komunikasi pada siswa. Yang mana, hal ini juga beriringan dengan pernyataan Sari, Purwanto, Japar (2017) bahwa konseling *narrative* mampu secara efektif meningkatkan konsep diri peserta didik.

Efendi, Mutiah, Yaya. (2018) menemukan bahwa pendekatan konseling naratif memberikan pengaruh positif terhadap upaya pembentukan konsep diri peserta didik di MAN Indramayu. Untuk mengatasi konsep diri negatif seorang anak remaja di Panti Asuhan Barussalam Jemur Wonosari Surabaya, konseling dengan *narrative therapy* dianggap berhasil, menurut penelitian yang dilakukan oleh Zahrotina pada tahun 2019. Namun, penelitian Damayanti (2020) menunjukkan bahwa kemampuan berbicara di depan umum siswa berubah. Konseli melakukan hal-hal untuk berusaha mendapatkan lebih banyak pengalaman berbicara di depan umum.

Hasil dari penelitian Yusuf (2021) beriringan dengan hasil penelitian-penelitian yang dilakukan dalam rentang tahun 2013 hingga 2023, yang menunjukkan bahwa konseling naratif dapat membantu siswa SMP Negeri 1 Pangkep menjadi lebih baik dalam menyelesaikan tugas. Hasil menunjukkan bahwa siswa dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada dalam kategori rendah, tetapi setelah konseling naratif diberikan, siswa dari kelompok kontrol naik ke kategori yang lebih tinggi. Konseling naratif berdampak positif pada persepsi hidup remaja yang putus asa dalam mencari pekerjaan, menurut Istifariani (2021).

Widyantoro, dkk (2022) mengungkapkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan pendekatan naratif memberikan hasil yang positif dalam upaya menurunkan perilaku agresif yang dimiliki oleh peserta didik. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ernawati, Saifuddin, dan Darmawansyah (2022) dapat dilihat bahwa pemberian konseling dengan pendekatan naratif memengaruhi tingkat prokrastinasi peserta didik kelas IX di SMP Negeri 7 Polewali Mandar menjadi lebih rendah dari sebelumnya. Lalu penelitian yang dilakukan oleh Abraham, Gultom (2022) ditemukan hasil bahwa penerapan pendekatan naratif dalam konseling pneumatologis yang dilakukan membantu anak pendeta untuk melepaskan dirinya dari stigma masyarakat, sehingga mereka mampu membuat konsep diri baru yang sesuai dengan mereka.

Selain itu, penelitian oleh Fajar, Siring (2022), menemukan bahwa pengembangan jurnal harian konseling naratif dan media untuk meningkatkan efikasi akademik siswa diperlukan. Para guru BK mengatakan bahwa layanan BK perlu dilakukan kepada peserta didik agar mereka mampu memahami karakteristik diri sendiri serta permasalahan yang mereka hadapi. Namun, sekolah tidak memberikan layanan BK yang tepat, sehingga siswa harus belajar menggunakannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh koordinator guru BK di UPT SMA Negeri 13 Bone terdapat hasil yang sangat baik atas penggunaan jurnal harian (*daily journal*) sebagai upaya peningkatan efikasi akademik pada peserta didik.

Aditya, Mulawarman, Awalya (2022) berdasarkan hasil penelitian yang mereka lakukan menyatakan bahwa konseling dengan *narrative therapy* terbukti dapat meningkatkan resiliensi akademik. Pramuaji, Sugiyarto, Mulawarman (2022) juga pernah memaparkan bahwa pemberian

konseling kelompok dengan pendekatan naratif dan realitas mampu membantu siswa dalam mengungkapkan diri hasil dari pelatihan konseling naratif yang diberikan mampu membantu para konselor SMA di Ponorogo dalam meningkatkan kompetensi mengajar mereka. Dan terakhir penelitian yang dilakukan Putri, Suwatah., ddk. (2023) menyatakan bahwa *narrative therapy* bagi perempuan yang sedang mengalami korban kekerasan dan kejahatan perlu segera mendapat bantuan, terutama dari aspek psikologis, sebagai kebutuhan yang sangat penting. Dalam memberikan bantuan tentunya harus memiliki beberapa keterampilan konseling, salah satunya adalah keterampilan memberikan intervensi. Untuk meningkatkan keterampilan tersebut, pendamping dapat mengikuti pelatihan seperti pelatihan *therapy* narasi.

Kesimpulan

Permasalahan yang dialami oleh individu maupun kelompok sangat beragam dari berbagai aspek kehidupan maupun lingkungan. Berdasarkan hasil penelitian, dari pendekatan konseling *narrative therapy*, yang dimana pendekatan ini memiliki pengaruh baik untuk membantu dalam mengentaskan permasalahan. Selain itu juga, ada beberapa metode yang banyak digunakan dalam pendekatan ini seperti, metode kuantitatif, eksperimen, studi kasus dan metode lainnya. Diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan informasi kepada peneliti yang sedang melakukan penelitian tentang pendekatan konseling dan juga membantu mengatasi masalah yang terkait dengan masalah yang sedang dialami. Selain itu, diharapkan metode *narrative therapy* ini dapat digunakan lagi dengan berbagai masalah dan pendekatan.

Referensi

- Abdillah, Husni. (2014). Bimbingan Karier Berdasarkan Pendekatan Naratif untuk Meningkatkan Adaptabilitas Karier Peserta Didik.
- Andieni, Vicky Dewi. (2016). Penerapan Konseling Naratif untuk Mereduksi Kecemasan Komunikasi (Communication Apprehension) pada Siswa Kelas VIII di SMPN 40 Surabaya. *Jurnal mahasiswa Bimbingan dan Konseling*.
- Aryani D.W., Salsabila. L., Supramika .Y., Syammach.K.H., Azizah.N. (2022). RAGAM PENDEKATAN BIMBINGAN DAN KONSELING. Universitas Islam Nusantara.
- Azizah, A., & Purwoko, B. (2017). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Naratif. *Jurnal Bimbingan Konseling UNESA*, 7(2), 3.
- Azizah, ddk. (2022). Ragam Pendekatan Bimbingan Konseling. *Jurnal Pendidikan Indonesia: oTeori, Penelitian dan Inovasi*. 2(5). 2-7.
- Damayanti, O. (2020). Penerapan Konseling Naratif menggunakan Penilaian IMCS (Innovative Moments Coding System) dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking pada Mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung. (Skripsi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung).
- Darmawansyah, Ernawati, Saifuddin. (2022). PENERAPAN LAYANAN KONSELING NARATIF UNTUK MENGURANGI PROKRASINASI SISWA KELAS IX PADA SMP NEGERI 7 POLEWALI KECAMATAN BINUANG KABUPATEN POLEWALI MANDAR. *Jurnal Ilmiah Tarbiyah Umat*. 12 (2).
- Effendi, Mutiah, yaya. (2019). Pengaruh Konseling Naratif Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa MAN Indramayu. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*. 7(4). 444-455.
- Fajar F, & Sinring A, Fadhilah Umar N. (2022). Pengembangan Media *Daily Journal* Konseling Naratif Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas Development of Narrative Counseling Daily Journal Media to Improve Academic Self-Efficacy of High School Students . *Journal of Art Humanity & Social Studies* . vol.2 No.6, 2022 1-14.

- Gultom, Abraham. (2023). Metode Naratif dalam Konseling Pneumatologis dan Penerapannya bagi Anak Pendeta Usia Remaja. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*. 8(1). 77-88.
- Hamidi. (2004). Metode Penelitian Kuantitatif. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Istigfariani. A. (2021) Terapi Naratif untuk Menumbuhkan Potensi Diri Remaja yang Putus Asa dalam Mencari Pekerjaan di Kecamatan Balongbendo Kabupaten Sidoarjo. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya).
- Kuswandari, K. Fauziah, M. Hartanto, D.Widyantoro, A(2022). "Upaya Mengurangi Perilaku Agresif melalui Konseling Kelompok Naratif bagi Siswa Kelas VII SMP 1 Prambanan".*Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* ,4(4), 1098-1105
- Martani, W. Swasti, K, I. (2013). Menurunkan Kecemasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup. *Jurnal Psikologi*. 40(1).
- Multisari.W, Zen .E.F, Hidayaturrehman.D, Rachmawati I. (2023).Peningkatan Kompetensi Konselor Melalui Pelatihan Konseling Naratif Bagi Guru Bimbingan dan Konseling. 5 (3) 1-8 .
- Nuryono, Wiryono. 2012. Kefektifan Konseling Naratif Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*. Vol,13. No.1
- Putri, Suwatah., ddk. (2023). Narrative Therapy Training To Improve The Skills Of Companions In Handling Victims Of Violence Again Women. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 13(1). 1-8.
- Pramuaji. K.A, Sugiyarto.DYD, Mulawarman Mulawarman. Efektivitas Kelompok Pendekatan Narative dan Realitas Konseling Untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri. 11 (3) 1-8
- Rachmawati, Ajeng. (2015). "Penerapan Konseling Naratif untuk Mengurangi Tingkat Glossophobia Siswa Kelas X Sman 13 Surabaya. Penerapan Konseling Naratif Untuk Mengurangi Tingkat Glossophobia.
- Ramlah. (2018). Pentingnya Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Peserta Didik. *Jurnal Al-mau'izhah*. 1(1). 71-72.
- Sari, Widya Juwita, dkk. (2017). Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. JUBK 6 (1) (2017) : 44 –48.
- Saeka, Muhammad. (2010). Metode Penelitian Kuantitatif. Nora Media Enterprise : Kudus.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Alfabeta.
- SurvivorsAditya Oktava M, Mulawarman M, Tengah J. (2022). The Effectiveness of Postmodern Approach Group Counseling: SFBC and Narrative Therapy in Improving Academic Resilience of Bullying. *Jurnal Bimbingan Konseling* .Vol ,11(3) 189-196.
- Suryaningsih, ddk. (2022). Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan. Artikel. FKIP. Institut Agama Islam Nusantara Batanghari Jambi.
- Tyas, P. H. P. (2015). Pendekatan Naratif dalam Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Mengelola Emosi. *Jurnal Fokus Konseling*.
- Umami, Ida. (2014). Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan. STAIN Jurai Siwo Metro Lampung. Jl. Ki Hajar Dewantara 15 A Kampus Kota Metro Lampung.
- Yusuf A. (2021). PENERAPAN KONSELING NARATIF UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY BELAJAR SISWA DALAM MENGERJAKAN TUGAS
- Zahrotina, V. (2019). Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya. (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya)
- Zed, M. (2008). Metode Penelitian Kepustakaan. Metode Penelitian Kepustakaan. Jakarta: Obor Indonesia.