

## KONSELING POSTMODERN:

### SOLUSI EFEKTIF MENGATASI PERMASALAHAN ANAK JAMAN

*Juster Donal Sinaga, M.Pd. \*)*



#### Pengantar

Saat ini penghuni dunia didominasi oleh generasi X, Y, Z, sisanya adalah generasi boomer dan generasi Alpha. Generasi X yang lahir tahun 1965-1980, memiliki ciri-ciri sebagai berikut: mampu menerima perubahan dengan baik dan disebut sebagai generasi yang tangguh; Memiliki karakter mandiri dan loyal (setia); sangat mengutamakan citra, ketenaran, dan uang; tipe pekerja keras; kekurangannya selalu menghitung kontribusi yang telah diberikan perusahaan terhadap hasil kerjanya.

Sementara itu, generasi Y yang lahir tahun 1981-1994 dengan ciri-ciri kepribadian sebagai berikut: Pola komunikasinya sangat terbuka dibanding dengan generasi-generasi sebelumnya; Pemakai media sosial yang fanatik dan kehidupannya sangat terpengaruh dengan perkembangan teknologi; lebih terbuka dengan pandangan politik dan ekonomi, sehingga mereka terlihat sangat reaktif terhadap perubahan lingkungan yang terjadi di sekelilingnya; Memiliki perhatian yang lebih terhadap 'wealth' atau kekayaan.

Kelompok selanjutnya adalah generasi Z, yang lahir tahun 1995-2010. Generasi ini merupakan *native digital*. Artinya mereka terlahir sebagai generasi yang mahir dan gandrung akan teknologi informasi dan berbagai aplikasi komputer. Informasi yang dibutuhkan untuk kepentingan pendidikan maupun pribadi akan mereka akses dengan cepat dan mudah. Mereka memiliki ciri-ciri: sangat suka dan sering berkomunikasi dengan semua kalangan khususnya lewat jejaring sosial seperti facebook, twitter atau SMS. Melalui media ini mereka jadi lebih bebas berekspresi dengan apa yang dirasa dan dipikir secara spontan; Cenderung toleran dengan perbedaan kultur dan sangat peduli dengan lingkungan; Terbiasa dengan berbagai

aktifitas dalam satu waktu yang bersamaan. Misalnya membaca, berbicara, menonton, dan mendengarkan musik secara bersamaan. Hal ini karena mereka menginginkan segala sesuatu serba cepat, tidak bertele-tele dan berbelit-belit; Cenderung kurang dalam berkomunikasi secara verbal, cenderung egosentris dan individualis, cenderung ingin serba instan, tidak sabaran, dan tidak menghargai proses. Generasi yang lahir kemudian adalah generasi Alpha. Ciri-ciri generasi ini menyerupai generasi net.

Berdasarkan pembagian generasi tersebut, siswa-siswa SMA, SMP, SD yang duduk di kurisi pendidikan sekarang ini adalah generasi Z dan Alpha. Mereka inilah yang mendapatkan pendampingan dan bantuan guru Bimbingan dan Konseling/konselor di sekolah. Berangkat dari ciri-ciri kepribadian generasi Z dapat disimpulkan bahwa mereka adalah pribadi-pribadi yang tidak percaya pada satu kebenaran, satu hukum, tidak nyaman dengan keseragaman dan keteraturan. Mereka sangat senang dengan kedinamisan dan variasi kehidupan. Cara mereka mengisi hidup mereka unik. Mereka melihat kehidupan ini saat ini dan besok. Masa lalu bagi mereka adalah milik masa lalu. Cara pandang seperti ini mau tidak mau mengubah cara pendidik mendampingi dan membantu. Salah satu cara pandang baru yang ditawarkan adalah cara pandang postmodern. cara baru ini menjadi tawaran baru karena sejalan juga dengan cara pandang generasi Z. Untuk dapat memahami cara pandang postmodern dalam pendidikan, khususnya dalam konteks konseling maka perlu dipahami pengertian postmodern itu sendiri. Artikel ini terdiri dari dua tulisan: pertama, memaparkan konsep konseling postmodern; Kedua, tentang implementasi konseling postmodern di sekolah.

## Apa itu Postmodern?

Pencetus dari pemikiran postmodern pertama kali adalah Arnold Toynbee, ahli bidang Historiografi, pada tahun 1939. Sebelumnya sudah diperkenalkan oleh Frederico de Onis tahun 1930an. Pemikiran postmodern kemudian masuk ke benua Eropa tahun 1960an. Salah satu pemikir Eropa berkewarganegaraan Prancis, yang fokus pada pemikiran postmodern adalah Jean Francois Lyotard. Ia menulis karya besar yang berjudul *"The Post-Modern Condition"* sebagai kritikan terhadap buku *"The Grand Narrative"* (Benhabib, 1984)

Postmodern sebagai sebuah pemikiran akan lebih mudah dipahami ketika dilawan dengan modern. Ditinjau dari asal-usul kata, kata postmodern berasal dari kata "modern" yang berarti masa kini, terbaru, barusan, mutakhir. Sedangkan kata "post" sendiri artinya sesudah, atau pasca. Dengan demikian istilah "postmodern" mengandung makna telah berakhirnya masa modern. Dari kata postmodern kemudian lahir kata postmodernisme. Sebagai sebuah paradigma, diskursus, atau perspektif, postmodernisme memiliki perbedaan yang cukup tegas dengan modernisme dalam mendekati kehidupan. Bagi postmodernisme, manusia tak akan mengetahui realitas yang objektif dan benar. Yang diketahui manusia hanyalah sebuah versi dari realitas. Gerakan postmodernisme pada dasarnya muncul sebagai kritik atas kegagalan manusia modern menciptakan situasi sosial yang lebih baik, kondusif dan berkeadilan sosial (Ritzer, 2003).

Postmodernisme ialah suatu pergerakan ide yang menggantikan ide-ide zaman modern. Postmodernisme memiliki cita-cita yaitu: meningkatkan kondisi sosial, budaya, dan kesadaran akan semua realitas (kenyataan) serta perkembangan dalam berbagai bidang. Prinsip postmodernisme adalah meleburnya batas wilayah dan perbedaan antara budaya yang tinggi dengan budaya yang rendah, antara penampilan dan kekayaan, antara simbol dan realitas, antara universal dan peripheral, dan segala oposisi biner lainnya yang selama ini dijunjung tinggi oleh teori sosial dan filsafat konvensional (Sugiharto, 2000). Menurut Lash (2004), postmodernisme adalah: (1) proses dediferensiasi dan munculnya peleburan di

segala bidang; (2) proses intensifikasi (perluasan konsep) yang dinamis, yang merupakan upaya terus menerus untuk mencari kebaruan, eksperimentasi dan revolusi kehidupan, yang menentang dan tidak percaya pada segala bentuk narasi besar, dan penolakan terhadap filsafat metafisis, filsafat sejarah, dan segala bentuk pemikiran totalitas. Dengan demikian, kata "post" dalam sebutan postmodernisme bukan hanya sebatas "setelah atau pasca". Postmodernisme adalah usaha keras sebagai reaksi dari kesia-siaan zaman modern yang sirna begitu saja.

Craig Calhoun (1992) dalam pepernya yang berjudul *"Postmodernism as Pseudohistory: Continuity in the Complexities of Social Action"* menjelaskan beberapa karakteristik dari postmodernisme, antara lain: (1) memberikan penghargaan besar terhadap alam sebagai kritik terhadap gerakan eksplorasi alam; (2) menekankan pentingnya penggunaan bahasa dalam kehidupan manusia sebagai antithesis terhadap kuasa tafsir oleh mesin birokrasi ilmu pengetahuan; (3) mengurangi kekaguman terhadap kapitalisme, ilmu pengetahuan, dan teknologi yang muncul dari perkembangan modernisme; (4) memberikan penekanan pada pentingnya inklusivitas dalam menerima tantangan agama lain atas agama dominan untuk membuka ruang dialogis; (5) cenderung bersikap permisif dan menerima ideologi dan agama lain dengan berbagai penafsiran; (6) lahirnya ide-ide cemerlang sebagai daya dorong kebangkitan golongan tertindas; dan (7) tumbuhnya kesadaran akan pentingnya interdependensi secara radikal dari semua pihak dengan cara yang dapat dan mungkin terpikirkan oleh manusia secara menyeluruh (Calhoun, 1992). Dari paparan di atas dapat disimpulkan perbedaan antara modernisme dengan postmodernisme seperti tampak pada tabel di bawah ini.

**Tabel Perbedaan Modernisme dengan Postmodernisme**

Modernisme	Postmodernisme
Menggunakan akal dan pikiran logis untuk memperoleh pengetahuan	Menggunakan dasar yang tidak ilmiah dan tidak mengandalkan akal

Modernisme	Postmodernisme
Bersifat hirarkis dan terorganisir serta determinasi	Bersifat non totaliter dan tidak pasti
Pendekatan yang bersifat obyektif, teoritis, dan analitis	Pendekatan bersifat subyektif
Mencari kebenaran abstrak yang universal dalam hidup	Tidak mempercayai kebenaran universal
Membangun pandangan dunia yang koheren	Berusaha menghapus perbedaan status tinggi-rendah
Mempercayai proses belajar dari pengalaman masa lalu dan teks yang menceritakan masa lalu	Menentang kebenaran dalam teks yang menceritakan masa lalu
Mempelajari subjek secara mendalam dan menganalisisnya	Mempercayai penampilan luar dan bermain di permukaan serta tidak peduli dengan kedalaman subjek
Menghargai karya asli sebagai otentik	Menghargai karya secara hiperrealitas

## Konseling Postmodern

Kritik postmodern berdampak besar terhadap ilmu sosial, psikologi, dan psikoterapi. Berikut adalah beberapa implikasinya adalah: (1) mempertanyakan konselor/terapis sebagai pengamat objektif dari konseli/klien; (2) kesadaran budaya atau bias budaya di dalam teori; (3) menguji metafora-metafora yang menuntun pekerjaan kita; (4) mempertanyakan diri sebagai yang permanen dan memiliki integritas.

Dalam tulisan ini untuk menjelaskan proses membantu orang lain digunakan istilah konseling. Istilah ini sesungguhnya memiliki makna yang hampir sama dengan terapi. Konseling postmodern adalah konseling yang menggunakan pendekatan konseling yang dipengaruhi oleh cara pikir

postmodernisme, terapi post-strukturalis, terapi kolaborasi, dan terapi konstruksi sosial. Dari nama-nama tersebut tidak ada satu nama yang mampu memayungi. Akhirnya ada satu nama yang dipilih, yang dapat mewadahi yaitu konseling postmodern. Tarragona (2008) dan Anderson (1997), meyakini bahwa secara filosofis nama tersebut dapat memayungi semua pendekatan terapi yang bersemangatkan postmodernisme.

Menurut Tarragona (2008), terapis yang bekerja dalam tradisi modern menempatkan diri mereka sebagai pihak yang mengobservasi klien secara objektif. Cara pandang seperti ini dipengaruhi oleh cara kerja medis. Dalam model kerja medis, proses terapeutik dipahami sebagai *treatment* seorang dokter kepada pasiennya. Artinya, seorang terapis/konselor ditempatkan sebagai ahli yang memiliki pengetahuan tentang manusia atau tentang persoalan-persoalan klien/konselinya (Anderson, 1997). Dalam situasi tersebut tergambar hirarki yang cukup tegas antara terapis/konselor dan konseli. Sebagai ahli, terapis/konselor ditempatkan sebagai orang yang lebih tahu dari klien/konseli, mengetahui apa yang sebenarnya terjadi pada klien/konseli, dan memiliki ide dan gagasan bagaimana orang dan relasinya harus terjadi sehingga menjadi sehat (Anderson, 1997). Poin utama pendekatan terapi/konseling modern adalah diagnosa psikologis yang membatasi tujuan *treatment* dan permasalahan, yang harus dijalankan dalam terapi. Terapis/konselor memahami kapan strategi atau teknik digunakan dalam proses terapi/konseling untuk mencapai tujuan terapi. Terapi juga yang menetapkan kapan proses terapi harus berakhir.

Berbeda dengan konseling postmodern yang menempatkan klien/konseli sebagai ahli atas hidup mereka sendiri dan sebagai orang yang ahli dalam proses pecakapan yang terjadi dalam proses terapi/konseling. Proses terapi/konseling dimulai dengan mendefinisikan masalah dan situasi oleh klien/konseli sendiri. Klien/konseli juga yang merumuskan tujuan dari terapi/konseling serta kapan sesi terapi/konseling dapat diakhiri. Terapis/konselor berusaha untuk dapat mengurangi hirarki antara terapis/konselor dengan klien/konseli dalam sebuah proses

terapi/konseling. Terapis/konselor juga berupaya membangun kesadaran bias dan keterbukaan dalam relasi terapi/ konseling tersebut. Proses terapi/konseling tidak dipandang sebagai upaya penyembuhan atau *treatment*, tetapi sebagai percakapan untuk memaknai hidup dan mencari alternatif solusi atas masalah hidup. Proses pemaknaan dan pencarian alternatif solusi tersebut dilakukan secara bersama-sama (*co-constructed*) antara terapis/konselor dengan klien/konseli. Poin-poin perbedaan karakteristik konseling modern dengan konseling postmodern dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel Perbedaan Karakteristik Konseling Modern dengan Konseling Postmodern**

Konseling Modern	Konseling Postmodern
Terapis/konselor sebagai ahli atas permasalahan klien/konseli	Konseli sebagai ahli atas permasalahannya atau hidupnya
Hirarki terapis/konselor-klien/konseli tegas	Hirarki terapis/konselor-klien/konseli dikurangi sampai tidak ada
Tujuan dan proses terapi/konseling ditetapkan oleh terapis/konselor	Tujuan dan proses terapi/konseling ditetapkan oleh klien/konseli
Terapi/konseling sebagai proses penyembuhan atas masalah oleh terapis/konselor kepada klien/konseli	Terapi/konseling sebagai proses percakapan antara dua pihak yang bekerjasama ( <i>co-constructed</i> )

Lebih lanjut Tarragona (2008) meberikan penjelasan tentang karakteristik umum konseling postmodern, seperti berikut ini: (1) Postmodern merupakan inspirasi dari transdisiplin ilmu. Artinya, ada sejumlah teori yang membangun praktek konseling postmodern, seperti filsafat, psikologi, bahasa, pendidikan, antropologi, sejarah, dan lain sebagainya; (2) pandangan sosial dan interpersonal akan pengetahuan dan identitas; (3) memberikan perhatian terhadap konteks. Pendekatan postmodern ditempatkan sebagai

sebuah sistem makro: berpikir tentang manusia, konteks budaya mereka, interaksi mereka dengan sesamanya, atau sistem komunikasi mereka; (4) bahasa sebagai konsep paling utama dalam terapi/konseling. Menurut Anderson (2001), bahasa baik yang terucap maupun tidak terucap merupakan media. Bahasa yang dimaknai memberikan arti dunia kehidupan kita. Dengan demikian konseling merupakan proses percakapan yang diyakinkan mampu memberikan makna; (5) konseling sebagai proses kolaborasi (*therapy as a partnership*). Proses terapi atau konseling merupakan patungan antara konselor dengan konseli. Jadi, konseling bukan melakukan sesuatu *untuk (to)* seseorang, tetapi melakukan sesuatu *bersama (with)* sesorang (Anderson, 1997); (6) menghargai keberagaman perspektif atau cara pandang. Setiap orang pasti memiliki perspektif yang berbeda, baik sikap politik, agama, identitas, dan lain sebagainya. Konseling postmodern menempatkan beragam perspektif ini sebagai salah satu bagian dari proses; (7) menghargai kearifan lokal yang ada. Karakteristik ini mau menjelaskan bahwa konseling postmodern mengkritik diskursus universalisasi, yang diberlakukan untuk semua orang. Artinya, konseling postmodern tidak berdasarkan meta-narasi, misalnya mengikuti satu teori kepribadian. Justru yang utama adalah memusatkan pada pikiran-pikiran klien/konseli sendiri dan gagasan-gagasan baru yang lahir dari proses percakapan dalam konseling. Dengan demikian, konseli yang membawa gagasan-gagasan pribadi yang dipengaruhi budaya dan latar belakangnya digunakan dalam proses terapi/konseling; (8) konseli sebagai bintang/ pemain utama. Dalam konseling postmodern konseli ditempatkan sebagai ahli atas masalah dan hidupnya. Karena paham tersebut, proses terapi/konseling dimulai dari definisi masalah atau situasi menurut klien/konseli. Dalam *Therapy Narrative* posisi konselor ditempatkan tidak sebagai pusat tetapi berpengaruh (*de-centered but fluentil*) (White, 1995). Sedangkan dalam *Solution Focused Brief Therapy*, posisi konselor ditempatkan sebagai orang yang tidak tahu (*not knowing*) (Anderson, 1997). Oleh De Jong dan Berg (2002) posisi orang yang

tidak tahu (*not knowing*) bukan berarti tidak mengetahui apapun, tetapi sebagai salah satu cara konselor mendekati konseli dengan rasa ingin tahu dan keinginan yang kuat mendapatkan informasi dari konseli; (9) terbuka atau transparan. Setiap pribadi yang hadir di dalam proses konseling, baik konselor maupun konseli pasti memiliki atau membawa satu pemahaman atau nilai. Pemahaman atau nilai tersebut jika memang dibutuhkan dapat digunakan dalam proses konseling tetapi harus dibicarakan secara terbuka kepada konseli; (10) memberikan perhatian pada hal-hal yang bekerja/berjalan dengan baik. Karakteristik ini menjelaskan bahwa apa yang berjalan/bekerja dengan baik dalam hidup seseorang, itulah yang mendapat perhatian. Pada setiap orang diyakini adalah hal-hal yang berjalan/bekerja dengan baik; (11) agen pribadi (*personal agency*). Karakteristik ini merupakan salah satu karakteristik yang mendapatkan tempat penting dalam konseling postmodern. Setiap orang adalah tuan atas hidupnya. Artinya, pada dasarnya setiap orang mampu mengambil keputusan dan mengambil tindakan dalam hidupnya. White dan Epston (1990) sering mengumpamakan situasi ini dengan ungkapan "*being in the driver's seat of one's life*" (duduk dikursi kemudi kehidupan kita sendiri).

## Penutup

Dari uraian di atas tampak bahwa konseling postmodern membawa satu cara pandang, satu paradigma, satu diskursus dalam memandang manusia. Dengan cara pandang tersebut mengeser relasi konselor-konseli, yang semula antara ahli dan orang yang bermasalah, yang tidak tahu apa-apa tentang masalahnya, bergeser menjadi antara rekan atau mitra yang masing-masing memiliki keahlian dan peran dalam membantu konseli. Konsep kemitraan ini sejalan dengan semangat generasi sekarang yang tidak senang didikte, dikuasai, dinasehati, diperintah, digurui, dinilai, dan semua hal yang menempatkan mereka sebagai objek konseling. Mereka senang ditempatkan sebagai teman yang diajak untuk terlibat penuh dengan cara mereka untuk mencari solusi atas masalah mereka. Melemahnya hirarki konselor-konseli ini akhirnya menciptakan interaksi komunikasi yang lebih efektif dan produktif. Proses terapi tidak lagi menggunakan prinsip medis, tetapi prinsip kerja kolaboratif yang bermakna dan produktif. Konseling postmodern menjadi salah satu alternatif pendekatan dalam mendampingi generasi sekarang dengan karakteristik masalah mereka.

\*) Dosen Prodi BK USD

## Daftar Pustaka

- Anderson, H. (1997). *Conversation, Language And Possibilities*. New York: Basic Books.
- Anderson, H. (2001). *Becoming A Postmodern Collaborative Therapist: A Clinical And Theoretical Journey*. Part II. *Journal of the Texas Association of Marriage and Family Therapy*, 6(1), 4-22.
- Benhabib, Seyla. (1984). *Epistemologies of Postmodern: A Rejoinder to Jean-Francois Lyotard* Autum: Telos Press
- Calhoun, Craig. (1992). *Postmodernism as Pseudohistory: Continuities In the Complexities of Social Action*. Chapel Hill: University of North Carolina.
- De Jong, P., & Kim Berg, I. (2002). *Interviewing for solutions*. (2 nd ed). Pacific Grove, CA: Wadsworth.
- Lash, Scoot. (2004). *Sosiologi Postmodernisme*. Jakarta: Kanisius.
- Ritzer, George. (2003). *Teori Sosial Postmodern*. Terjemahan. Yogyakarta: Juxtapos.
- Sugiharto, Bambang (2000). *Postmodernisme Tantangan Bagi Filsafat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Tarragona, M. (2008). *Postmodern/Post-Structuralist Therapies*. In Lebow, J. (Ed.) *21st Century Psychotherapies*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: WW Norton & Company.
- White, M. (1995). *The Narrative Perspective in Therapy: Reauthoring Lives, Interviews And Essays*. Adelaide, South Australia: Dulwich Centre Publications.