



MENGGUNAKAN *ADVENTURE BASED COUNSELING* (ABC) DALAM MENGEMBANGKAN POTENSI SISWA MENUJU GENERASI EMAS INDONESIA

¹Guruh Sukma Haggara, ²Risaniatin Ningsih
¹kangguruh@unpkediri.ac.id, ²risadyne@gmail.com
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Abstrak

Konseling haruslah dilakukan dalam kondisi belajar yang sadar dan menyenangkan, sehingga siswa/konseli dapat mengembangkannya dengan penuh makna. Pengalaman yang dimaksud adalah pengalaman dalam memecahkan masalah, pengalaman dalam mengembangkan dan memberdayakan potensinya serta bagaimana pengalaman konseling tersebut diaplikasikan dalam kehidupan nyata. Adanya trend para remaja/ siswa yang menyukai petualangan di alam terbuka dan kecenderungan untuk bersosialisasi serta adanya trend pendidikan sekolah yang menanamkan kepedulian pada alam hijau, potensi lokal, pengembangan berbagai softskill dan nilai-nilai kehidupan lainnya, haruslah dapat direspon dan dikemas sebaik mungkin oleh konselor sekolah untuk mengawal siswa memiliki pribadi dan potensi yang matang. Pendekatan dan layanan yang diharapkan mampu mengakomodir trend serta kebutuhan siswa diatas adalah dengan *Adventure Based Counseling* (ABC). ABC merupakan salah satu bentuk konseling yang dikembangkan secara eklektik dari konseling kelompok, belajar eksperiensial, dan pendidikan outdoor. Komponen pembangun dari ABC merupakan konsep yang secara kolaboratif dan komprehensif dapat diberdayakan secara aplikatif dalam membantu siswa mengembangkan potensinya secara matang. Dengan matangnya potensi tersebut tentunya akan lebih siap menjadi generasi emas Indonesia yang membanggakan.

Kata Kunci: *adventure based counseling*, potensi siswa

PENDAHULUAN

Tahun 2045 merupakan tahun yang ditargetkan untuk mencapai generasi emas Indonesia. Generasi tersebut adalah yang sekarang sedang bersekolah dan menjalankan proses pendidikan. Dalam perjalanannya menuju generasi emas, siswa dihadapkan pada berbagai tantangan kehidupan yang kompleks dan tidak menentu. Para siswa dihadapkan pada berbagai permasalahan dan dituntut untuk dapat menghadapi berbagai tantangan serta mampu menciptakan berbagai peluang dalam kehidupannya. Untuk mencapai hal tersebut, siswa memerlukan berbagai kompetensi hidup untuk berkembang secara efektif, produktif dan bermartabat serta bermaslahat bagi diri sendiri dan lingkungannya (KEMENDIKBUD, 2016).

Dalam mencapai perkembangan yang efektif, produktif dan bermartabat maka harus diberikan layanan pendidikan yang memadai. Sebagai salah satu agen perkembangan siswa dalam dunia pendidikan, Bimbingan dan konseling (BK) memiliki peran yang penting. Untuk menjalankan fungsinya, BK harus memiliki strategi layanan yang efektif dan kreatif. Salah satu strategi layanan yang dimaksudkan adalah dengan menggunakan layanan konseling. Di dunia konseling, telah banyak berkembang berbagai pendekatan dan teknik konseling yang dinilai efektif dan kreatif, salah satunya adalah *Adventure based counseling* (ABC).

ABC dikatakan efektif karena dianggap mampu menyediakan pengalaman menantang dan sekaligus menyenangkan bagi siswa, sehingga pengalaman yang diperolehpun menjadi lebih bermakna. Konseling inipun merupakan salah satu konseling kreatif karena diramu secara eklektik dari berbagai pendekatan dan model yang relevan.

Konseling ini lahir dari asumsi bahwa sekolah saja belum cukup untuk mengembangkan anak secara total. Untuk itulah siswa tidak hanya butuh lingkungan sekolah saja untuk berkembang, tetapi juga lingkungan dan suasana belajar yang lebih luas, bebas dan menyenangkan. ABC dirintis oleh Dr Kurt Hahn bersama dengan berdirinya Outward Bound sekitar tahun 1930an. Ia beranggapan bahwa individu yang ingin berhasil di dunia hendaknya menyeimbangkan pengetahuan buku dengan keterampilan jasmani seperti berlari, melompat, dan melempar, disamping belajar diluar ruangan melalui ekspedisi (Lord, 2007). Dengan demikian buku saja tidak cukup sebagai sumber pengetahuan tunggal, begitu juga dengan sekolah bukan merupakan satu-satunya tempat belajar, akan tetapi siswa membutuhkan alam yang lebih luas untuk belajar.

Konseling ABC ini telah teruji kemajuranya dalam rangka membangun pengalaman siswa. Berbagai penelitian telah membuktikannya, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Nassar-

McMillan & Cashwell (1997) menyimpulkan bahwa ABC dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri anak-anak dan remaja. Melalui penelitian ini, remaja memperluas kemampuan *coping skill*-nya dan meningkatkan pengalaman sukses dari anak dan remaja lain dalam wadah petualangan di alam terbuka sehingga harga dirinya naik. Penelitian lain yaitu yang dilakukan oleh Lee & Choi (2010) membuktikan bahwa ABC efektif untuk memberikan semacam training untuk orang dewasa lanjut (umur 50-65 th) di Hongkong dalam meningkatkan kondisi kesehatan umum, level kepuasan hidup, optimisme, dan efikasi diri. Dengan dinamika kelompok yang ada pada ABC ini maka para orang dewasa lanjut tersebut dapat berinteraksi dengan sesama anggotanya sehingga sisa hidup mereka lebih bermakna disamping juga aktifitas fisik mereka lebih terarah serta terkelola dengan baik. Desertasi Cale (2010) dengan 108 partisipan dibagian tenggara Amerika, menerangkan bahwa ABC berpengaruh terhadap meningkatnya level harga diri dan empati remaja disekolah tinggi, seiring dengan itu sikap rasisme-nya juga tereduksi atau menurun. Aktivitas fisik yang dipadukan dengan berbagai kegiatan kelompok yang menarik dan bersifat psikoedukasi nampaknya memberikan pengalaman tersendiri terhadap perkembangan para remaja disekolah tinggi tersebut.

KARAKTERISTIK ABC

ABC merupakan bentuk konseling yang diselenggarakan secara eklektik dan kreatif. Konseling ini berbeda dengan konseling konvensional, terutama dalam setting penyelenggaraannya. Konseling konvensional biasa dilakukan di ruang konseling, berbeda dengan ABC yang dilakukan dalam setting *outdoor* (Nassar-McMillan & Cashwell, 1997), meskipun secara fleksibel pula aktifitas ABC juga dapat dipraktikkan dalam ruangan. ABC memandang bahwa pengalaman siswa belum cukup berkembang maksimal hanya dengan konseling dalam ruangan saja. Pengalaman siswa yang sesungguhnya akan berkembang dialam terbuka dan masyarakat. Alam memberikan berbagai kesenangan dan keindahan bagi individu maupun kelompok dalam mengembangkan berbagai potensi dan pengalamannya secara lebih maksimal. Suasana bermasyarakat dengan aktivitas kelompok yang ada dalam konseling ini akan memudahkan siswa untuk membangun pengalaman sosialnya secara lebih menyenangkan dan bermakna.

ABC berusaha memadukan antara kegiatan konseling dan petualangan dalam mengembangkan potensi siswa. Konseling ini menyediakan tantangan nyata di alam terbuka yang mampu mengembangkan fisik dan kemampuan memecahkan masalah. Konseling ini lebih utama diaplikasikan dalam setting kelompok sehingga mampu menstimuli dan mengoptimalkan kemampuan sosial siswa, dalam setting kelompok ini pula siswa akan saling bertukar pengalaman dalam menyelesaikan berbagai tugas dan rintangan selama petualangan berlangsung. Dalam interaksi dengan alam dan sesama teman dalam kelompok, maka suasana yang menyenangkan akan mudah tercipta begitu pula pengalamannya juga mengikuti.

Meskipun lebih utama ABC diselenggarakan alam terbuka, namun konseling ini juga dapat dikemas dan dikelola secara adaptable untuk digunakan diseting sekolah. Kozlowski & Day (2013) mengimplementasikan ABC di sekolah dengan pendekatan lain secara integratif. Maksudnya adalah dapat diintegrasikan dengan pendekatan konseling lainnya dan juga dapat dikolaborasikan dengan program sekolah lainnya diluar bimbingan dan konseling.

Menurut Fletcher & Hinkle (2002) meskipun ABC menggunakan psikososial tradisional dan teori pendidikan yang menyertakan teori konseling individual, kelompok maupun konseling keluarga, namun ABC berbeda dengan konseling tradisional. Konseling ini berbeda dari segi settingnya, penggunaan rintangan yang nyata untuk dirasakan, adanya transfer pembelajaran, penekanan pada penggunaan metafora dan lain sebagainya. Disamping itu ABC hendaknya juga diselenggarakan dalam konteks psikoedukasi agar lebih mengembangkan pengalaman bermakna siswa. Melalui interaksi sosial, sentuhan langsung dengan alam yang menyenangkan serta konteks bimbingan dan konseling yang edukatif diharapkan menjadi lebih efektif dalam mengawal perkembangan siswa menjadi lebih optimal.

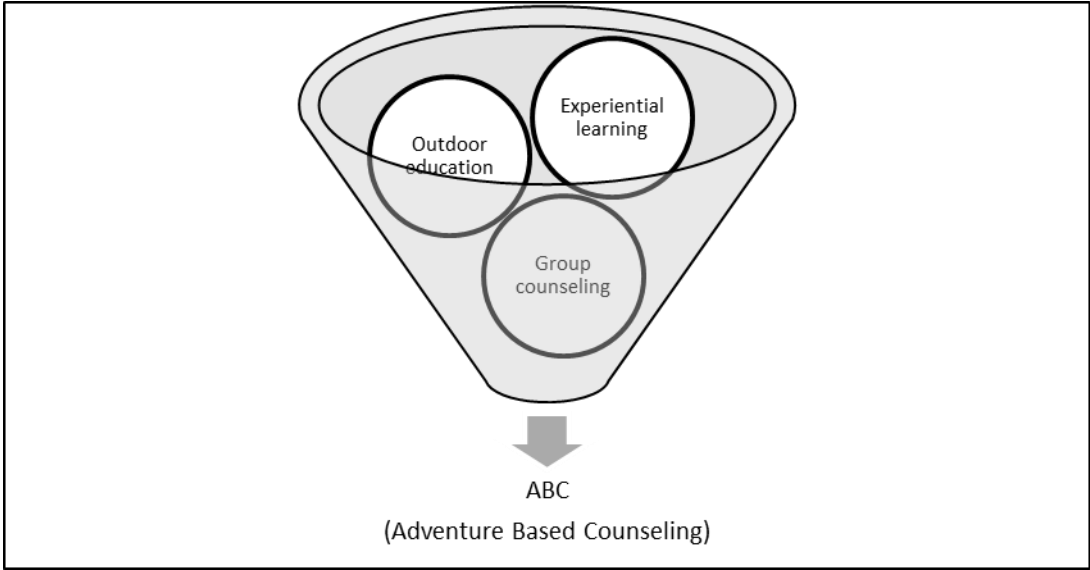
Karakteristik lain dari ABC adalah sifatnya yang tidak kaku. Konseling ini tidak mengklaim dirinya semata-mata sebagai *treatmen* utama dan tunggal untuk membantu siswa. ABC bisa digunakan sebagai *treatmen* utama atau *treatmen* tambahan dari model konseling lainnya. Sebagaimana yang dicontohkan Gillis, dkk. (1985) yang mengintegrasikan ABC dengan konseling Adlerian. Kelenturan dari konseling ini juga dapat diterapkan pada pengaplikasiannya yang multimodel, maksudnya adalah dapat dirancang dan dikelola sesuai dengan masalah, kontrak antara konselor dan siswa, kreasi konselor dan siswa serta pemanfaatan media yang dibutuhkan. Lebih dalam dari itu, konseling ini juga dapat dipadukan dan melengkapi pendekatan pembelajaran tradisional (Lord, 2007).

Konseling ini dirancang dengan menyertakan resiko yang beragam dalam kelompok. Resiko atau tantangan dimaksudkan untuk memberikan pengalaman tersendiri kepada siswa agar mereka

merasakan kenyamanan dan perasaan senang. Meskipun demikian kegiatan ini dimetaforakan seperti gelombang yang didalamnya ada lembah dan puncak, ada ketegangan dan kegembiraan, ada periode tenang dan periode aktifitas (Schoel, dkk., 1988).

KOMPONEN ABC DAN KONTRIBUSINYA

ABC merupakan bentuk konseling yang memadukan antara pendidikan *outdoor*, belajar eksperiensial dan konseling kelompok (Schoel, dkk., 1988).



Gambar 1. Komponen ABC

Komponen pendidikan *outdoor* memungkinkan ABC untuk dilakukan di alam terbuka natural, seting tersebut akan memberikan pengalaman dan tantangan yang nyata. Sentuhan langsung dengan alam memberikan situasi rekreasi yang menyenangkan dan keindahan memberikan warna tersendiri terhadap pengembangan pengalaman siswa peserta ABC. Suasana menyenangkan, bebas ancaman dan menantang diyakini akan menjadikan pengalaman siswa menjadi lebih bermakna.

Komponen belajar eksperiensial memberikan pembiasaan kepada siswa untuk dapat belajar dari suatu hal nyata yang dialami oleh siswa sendiri. Belajar eksperiensial ini memungkinkan siswa untuk dapat merefleksi dan mengevaluasi apa yang telah dilakukan. Selanjutnya siswa dapat memikirkan apa yang dapat dilakukan dikemudiah hari yang dianggapnya lebih baik, serta dilanjutkan untuk merencanakan dan mengaplikasikannya.

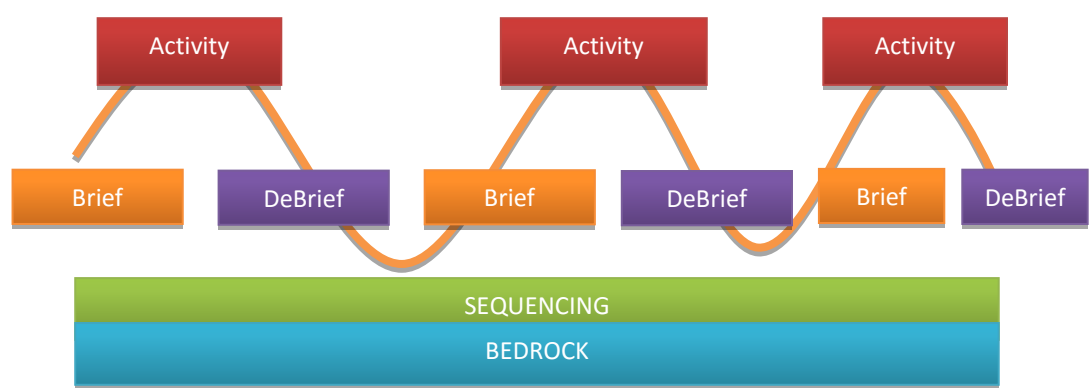
Suasana konseling kelompok akan memungkinkan siswa untuk dapat berinteraksi dengan sesame. Dinamika kelompok yang timbul dari kegiatan ini juga dapat menimbulkan suasana yang menyenangkan juga. Konseling kelompok menjadikan siswa lebih terampil dalam berinteraksi sosial, disamping itu juga adanya transfer pengalaman antar anggota kelompok dan antara anggota kelompok dengan pemimpin kelompok dapat tercapai. Hal yang tidak kalah penting adalah dibahasnya suatu masalah memungkinkan siswa/ anggota kelompok untuk lebih terampil dalam memecahkan masalah, mengkritisi masalah dan mengambil keputusan dari solusi yang dirumuskan.

Disamping komponen penyelenggaraan, Schoel, dkk. (1988) mengemukakan enam elemen kunci yang dalam pelaksanaan ABC ini, yaitu: **1) Membangun kepercayaan**, kepercayaan yang dimaksud adalah timbulnya kepercayaan antar siswa dalam kelompok maupun kepercayaan siswa terhadap konselor/ ketua kelompok sehingga timbulah kohesifitas dalam kelompok; Menurut Johnson & Johnson dalam Schoel, dkk. (1988) kelompok yang kohesif biasanya ditandai dengan adanya *sharing*, keterbukaan, penerimaan dan *support* dari siswa lainnya; **2) Menentukan Tujuan**, dalam elemen ini anggota kelompok dibantu untuk memperjelas tujuan kegiatan kelompok maupun tujuan pribadi masing-masing anggota kelompok; **3) pengelolaan tantangan/ tekanan**, penataan dan pengelolaan tantangan dengan baik akan memungkinkan siswa membangun pengalamannya dengan lebih mudah dan optimis; **4) Pengalaman puncak**, Hal ini merupakan istilah yang digunakan dalam ABC sebagai kulminasi dari beberapa pengalaman sebelumnya. Atau dengan kata lain bahwa pengalaman-pengalaman sebelumnya dirancang secara berjenjang atau bahkan sebagian-sebagian sehingga dapat digunakan untuk menyelesaikan tantangan yang lebih kompleks atau memperoleh pengalaman puncak; **5) Humor dan Kegembiraan**, dengan iklim kelompok ini maka akan lebih mudah mereduksi tekanan

yang ada dan dapat menyelesaikan berbagai tantangan dan permasalahan dengan pikiran lebih jernih; **6) Penyelesaian masalah**, ini merupakan titik tekan utama dalam konseling ini karena inisiatif, kreatifitas dan kekritisn dalam menganalisa permasalahan dapat diberdayakan secara efektif.

BAGAIMANA ABC DILAKUKAN?

Sesuai dengan salah satu karakteristiknya, bahwa ABC ini dilakukan dengan penuh metafora. Bahkan dalam penyelenggaraanyapun Schole (1988) menyebutnya sebagai *the adventure wave* yang memuat adanya lembah dan puncak gelombang sebagaimana diterangkan pada gambar berikut:



Gambar 2. Prosedur ABC melalui *the adventure wave*, sumber: Schole (1988)

Bedrock. Pada tahap pertama ini semua harus direncanakan sedemikian rupa karena ini merupakan awalan yang harus dikelola dengan baik. Buat proposal kegiatan dengan rinci dan operasional dalam tahap ini. Perhatikan isu kepemimpinan, sumberdaya yang dimiliki, prosedur perekrutan anggota dan prosedur pelaksanaan harus direncanakan dengan matang.

Sequencing. Tahap ini merupakan tahap bagaimana mengelola kegiatan terutama tantangan dan masalah-masalah yang akan digunakan dalam kegiatan ABC ini. Kegiatan dan tantangan harus diurutkan kronologisnya sehingga memudahkan dalam pengelolaan dan juga mempermudah dalam membangun pengalaman anggota kelompok secara lebih bermakna. **Briefing.** melalui kegiatan ini konselor/ ketua kelompok memberikan pengarahan awal tentang kegiatan yang akan dilakukan, tujuan, dan ketegangan-ketegangan awal kegiatan perlu untuk dituntaskan. Dilanjutkan dengan “membangkitkan pengalaman” yang dilakukan dengan mendiskripsikan harapan-harapan, penekanan pada orientasi *here and now*, pengenalan penggunaan bahasa baru yang disepakati, membangun momentum dan pengarahan. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan kontrak dan perumusan tujuan baik tujuan bersama dan pribadi dari masing-masing siswa. **Leading/ Activity.** Ini merupakan kegiatan inti dari rangkaian kegiatan ABC karena berbagai pengalaman dikembangkan bersama dalam kegiatan petualangan dan konseling. Pemecahan masalah, analisa dan pengambilan keputusan, komunikasi dan interaksi sosial, berbagai *softskill* terutama dalam interaksi intrpersonal dapat dilakukan secara langsung dalam tahap ini. **Debriefing.** Tahap ini merupakan tahap merefleksi dan memproses berbagai pengalaman yang diperoleh selama proses petualangan. Dalam tahap ini pula kesepakatan yang selanjutnya akan dirumuskan dan ditindaklanjuti sampai tujuan kegiatan tercapai.

BENTUK KEGIATAN

ABC dapat dilakukan secara mandiri maupun teritegrasi dengan kegiatan lainya termasuk konseling pendekatan lain maupun program sekolah lainya diluar bimbingan dan konseling. Konseling ini pula dapat dilakukan dalam seting *indoor* maupun *outdoor* atau kombinasi keduanya. Dalam seting indoor dan dalam lingkungan sekolah ABC dapat dilakukan dalam bentuk *ice breaking*, permainan kekompakan maupun permainan kompetisi, bahkan yang sudah mulai dipikirkan untuk dikemas dalam bentuk permainan komputer dan online sebagaimana yang dirilis oleh Brookes (2015) yang mengorientasikan ABC dalam bentuk permainan cyberspace di internet. Dalam seting *outdoor* dapat dikemas dalam bentuk kegiatan perkemahan konseling, pendakian, ekspedisi, rekreasi, haling rintang, bahkan arum jeram serta kegiatan lainya.

KEUNGGULAN DAN KETERBATASAN

Keunggulan, dari ABC antara lain: 1) Memfasilitasi berbagai kebutuhan baik fisik, psikologis maupun spiritual; 2) Pengalaman yang multidimensi dapat diperoleh dari ABC ini baik afektif, behavior maupun cognitive; 3) Bersifat luwes karena dapat diselenggarakan secara otonom, dikolaborasikan dengan model konseling lain atau kegiatan lain diluar BK; 4) Dapat dilakukan dalam berbagai seting ruang dan situasi, baik formal maupun rekreasi; 5) Kaya akan metafora yang membuat konseling tidak

kaku dan tidak direktif; 6) Lebih menyenangkan, menarik dan tidak membosankan karena variasi kegiatan yang beraneka ragam; 7) Merupakan konseling yang ramah lingkungan, yang banyak ditekankan dan dibudayakan di sekolah.

Keterbatasan, dari ABC ini adalah: 1) Membutuhkan sarana-prasarana khusus dan seringkali memakan banyak biaya dalam penyelenggaraanya; 2) Membutuhkan kompetensi konselor tambahan sebagai konselor berbasis petualangan yang memahami berbagai ilmu dalam bebas; 3) Memiliki resiko yang lebih tinggi karena adanya halang-rintang yang langsung dari alam dan dikombinasikan dengan berbagai tantangan yang dirancang oleh konselor.

PENUTUP

Untuk menuju Generasi Emas Indonesia, para generasi bangsa khususnya para siswa tentunya dihadapkan dengan berbagai permasalahan dan tantangan yang kompleks. Tugas konselor sebagai agen perkembangan siswa adalah memfasilitasinya seefektif mungkin. Adanya tren wisata dan petualangan alam terbuka yang semakin marak kalangan remaja, dan juga pendidikan di sekolah yang menekankan kepedulian pada alam dan potensi lokal serta adanya tuntutan untuk menyelenggarakan pendidikan dengan lebih manusiawi, menyenangkan, dan menantang haruslah direspon dan dikemas oleh konselor menjadi model layanan yang efektif dalam memfasilitasi perkembangan siswa. Dengan layanan menggunakan ABC maka tuntutan di atas akan lebih mudah untuk dicapai. Setting *outdoor* dalam konseling ini memungkinkan siswa bersentuhan langsung dengan alam yang menyenangkan. Dengan belajar ekperiensial didalamnya maka siswa tidak semata belajar dengan teori akan tetapi lebih menekankan "*Learnig by Doing*" yang menjadikan pengalamannya lebih bermakna. Disamping itu suasana konseling kelompok dapat membangun keterampilan sosial siswa dan memenuhi kebutuhan mereka untuk bersosialisasi dan bertukar pengalaman akan mudah tercapai. Dengan demikian maka akan semakin kompleks dan lengkap kebutuhan perkembangan siswa yang terfasilitasi. Dengan kematangan perkembangan yang optimal maka siswa sebagai generasi emas Indonesia akan lebih siap dan kompeten.

REFERENSI

- Brookes, A. (1993). Is Cyberspace The Next Frontier For Adventure-Based Counseling?. *The Journal of Experiential Education*. 16(3):18-24.
- Cale, C. (2010). A Case Study Examining the Impact of Adventure Based Counseling on High School Adolescent Self-Esteem, Empathy, and Racism. Desertasi. Florida: Department of Psychological and social Foundations, University of South Florida. (online, <http://scholarcommons.usf.edu>, diakses 15 september 2016).
- Fletcher T.B. & Hinkle, J.S. (2002). Adventure Based Counseling: An Innovation in Counseling. *Journal Of Counseling & Development*. 80: 277-285.
- Gillis, H.L., & Dagley, J. (1985). *Adventure-Based Counseling: an Adlerian "Natural High"*. Makalah disajikan dalam the North American Society of Adlerian Psychology. Atlanta, 25 mei.
- KEMENDIKBUD. 2016. Pedoman Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Jakarta: KEMDIKBUD RI.
- Kozlowski, K. & Day, M. (2013). Implementing Adventure Based Counseling in Schools: An Integrative Approach. *Vistas Online By American Counseling Association*. (online), artikel 95 (<http://counseling/knowledge-center/vistas>, diakses 15 september 2016).
- Lee, F.W.L. (2010). Impacts Of Adventure-Based Counseling Training On The Young Olds. *The Hong Kong Journal of Social Work*. 44(1):49-66.
- Lord, M. 2007. Adventure Learning: Choose the Right Peak. Dalam Silberman, M (Ed). *The Handbook of Experiential Learning* (hlm.172-184). San Fransisco: John Wiley & Sons. Inc.
- Nassar-McMillan, S.C. & Cashwell, C.S. (1997). Building Self-Esteem of Children and Adolescents Through Adventure-Based Counseling. *Journal Of Humanistic Education And Development*. 36: 59-67.
- Schoel, J., Prouty, D., & Radcliffe, P. (1988). *Islands of healing: A guide to adventure based counseling*. Hamilton, MA: Project Adventure.