

**PENGEMBANGAN MODUL PROGRAM PEER COUNSELOR
UNTUK MAHASISWA**
DEVELOPMENT OFF PEER COUNSELOR MODULE FOR STUDENTS

Siti Raudhoh¹

Departement of Psychology, Jambi University/siti.raudhoh@gmail.com;

ABSTRACT

BACKGROUND *The purpose of this study is to get an empirical picture of the effectiveness of peer counselor training programs to increase peer counselor skills when providing peer counseling also to get an empirical picture of the effectiveness of the peer counseling implementation guide module to help students solve their problems.*

METHOD *The number of participants in this study consisted of 21 students from several faculties at Jambi University, selected through interview. Program evaluation research design is part of field research conducted on the natural setting of the subject, in the sense that it is not an experiment placed in a laboratory. The data was collected by observing their micro skills in counseling role play, before and after the training. The statistical test that used is the Wilcoxon statistical test. The Wilcoxon test is a non-parametric statistical test to see the significant differences from two correlated samples.*

RESULT *Statistical tests showed that there were four participants' micro skills significantly different after the training with a significance value of $p < 0.005$. Micro skills paraphrasing and giving open questions significantly increase, while the behavior of giving forced questions and directly giving solutions that should not be showed by the peer counselor decreased significantly. This significant change in skill is indeed the main focus of the research. Some other micro skills have not significantly changed after the training: attending, clarifying, perception checking, closed question, suggesting a solution, giving information, conclusions given by the counselee and conclusions given by the counselor.*

CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS *There were four counselor skills that differed significantly after the training, while eight other skills had not changed. For further research, experiment to more participants is needed. Improvements to the observation assessment method should be more effective and able to measure the variables appropriately. An evaluation at a higher stage is needed to see how the training impacts the counselee's satisfaction.*

KEYWORDS: *peer counselor, micro skill, wilcoxon test, observation*

ABSTRAK

Latar Belakang Tujuan penelitian ini untuk mendapatkan gambaran empiris mengenai efektifitas program pelatihan *peer counselor* dalam meningkatkan keterampilan *peer counselor* ketika memberikan konseling sebaya dan memberikan gambaran empiris efektifitas modul panduan pelaksanaan konseling sebaya membantu mahasiswa menyelesaikan permasalahannya.

Metode Partisipan penelitian ini berjumlah 21 mahasiswa dari beberapa fakultas di Universitas Jambi. Partisipan di ambil melalui penyebaran kuesioner yang kemudian di seleksi melalui in-depth interview. Desain penelitian evaluasi program merupakan bagian dari penelitian lapangan yang dilakukan pada seting natural subjeknya, dalam artian bukan merupakan eksperimen yang ditempatkan pada sebuah laboratorium. Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah observasi untuk menghitung frekuensi *micro skill* yang ditampilkan oleh peserta. Uji statistik yang digunakan adalah Uji statistik Wilcoxon. Uji Wilcoxon merupakan uji statistik non parametrik untuk melihat perbedaan signifikan dari dua sampel yang berkorelasi

Hasil Uji statistik menunjukkan terdapat empat *micro skill* yang dimiliki peserta berbeda secara signifikan setelah mengikuti pelatihan dengan nilai signifikansi $p < 0.005$. *Micro skill* paraphrasing dan memberikan pertanyaan terbuka meningkat secara signifikan, sedangkan perilaku memberikan *forced questions* dan memberikan solusi yang seharusnya tidak ditampilkan oleh konselor menurun secara signifikan. Keterampilan yang mengalami perubahan secara signifikan ini memang menjadi fokus utama

dalam penelitian. Beberapa keterampilan lainnya belum mengalami perubahan signifikan setelah peserta mengikuti pelatihan: *Attending, Clarifying, Perception checking, Closed Question, Menawarkan Usulan, Memberikan Informasi, Kesimpulan yang diberikan dari Konselee dan Kesimpulan dari konselor.*

Kesimpulan dan Saran

Terdapat empat keterampilan konselor yang berbeda secara signifikan setelah mengikuti pelatihan, sedangkan delapan keterampilan lainnya belum ada perubahan.

Saran untuk penelitian ini adalah untuk menambah lebih banyak lagi dan variasi subjek. Sebaiknya dilakukan perbaikan pada metode penilaian observasi agar lebih efektif lagi dan dapat mengukur variabelnya dengan tepat. Evaluasi pada tahapan yang lebih tinggi diperlukan untuk melihat bagaimana dampak pelatihan terhadap kepuasan konseli.

Kata Kunci: *peer counselor, micro skill, wilcoxon test, observation*

Pendahuluan

Rentang usia mahasiswa adalah peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal sehingga banyak proses perkembangan psikologis yang terjadi termasuk kematangan dan kemandirian. Dalam proses peralihan tersebut banyak perubahan yang terjadi baik di dalam diri mahasiswa maupun di lingkungan sekitarnya yang tentu saja berpengaruh terhadap kondisi psikologis mahasiswa. Perubahan yang terjadi misalnya perubahan tuntutan lingkungan, perubahan harapan dan tujuan yang akan dicapai, aturan sekolah dan perkuliahan, harapan orang tua dan teman sebaya, dan sebagainya. Dengan banyaknya perubahan yang terjadi, mahasiswa dituntut untuk dengan cepat melakukan penyesuaian diri agar tetap dapat berfungsi secara optimal. Perguruan Tinggi sudah mencoba untuk melakukan percepatan proses adaptasi tersebut dengan mengadakan kegiatan Pengenalan Kehidupan kampus (PKK) di awal semester pertama. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi mahasiswa, namun ada pula mahasiswa yang memiliki hambatan penyesuaian diri walaupun sudah mengikuti kegiatan PKK.

Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa bermacam-macam. Ketidakmampuan mahasiswa dalam beradaptasi dan menyelesaikan permasalahannya akan menimbulkan permasalahan yang baru yang mempengaruhi performanya dalam mengikuti perkuliahan, permasalahan relasi dengan teman, dosen, senior, maupun staff di kampus. Tidak jarang pula mahasiswa akhirnya memutuskan untuk pindah jurusan ataupun tidak melanjutkan perkuliahannya. Hal ini bisa memicu keadaan stress pada mahasiswa. Di Amerika Serikat khususnya di kalangan mahasiswa, satu dari sepuluh mahasiswa berfikir untuk bunuh diri. Hal ini disebabkan adanya masalah pada diri sendiri, merasa khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan terhadap dirinya, permasalahan dalam proses penyesuaian di lingkungan kampus, teman-teman yang baru, dan lain sebagainya.

(Aria, Amelia M., 2011). Permasalahan yang masih berada pada taraf ringan lebih sulit dideteksi dibandingkan permasalahan pada taraf yang lebih berat. Mahasiswa biasanya datang kepada dosen Pembimbing Akademik ketika permasalahan sudah semakin besar, atau bahkan tidak mencari pertolongan hingga akhirnya putus kuliah. Keterbatasan sumber daya pembimbing akademik dalam menangani berbagai permasalahan mahasiswa membuat permasalahan itu sendiri sulit ditangani.

Di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, beberapa mahasiswa memilih untuk mendatangi dosen sekaligus psikolog dan meminta konsultasi psikologis terhadap permasalahannya. Mahasiswa yang datang biasanya memiliki masalah yang cukup berat. Berikut adalah beberapa kasus yang pernah ditangani di Program Studi Psikologi:

Tabel 1. Beberapa kasus yang ditangani oleh Prodi Psikologi FKIK Unja

No	Jenis Kelamin	Angkatan	Permasalahan
1	Perempuan	2013	Ketidakpercayaan diri dalam menghadapi situasi perkuliahan
2	Perempuan	2013	Adaptasi dengan teman-teman baru yang berbeda karakter
3	Perempuan	2013	Gangguan kecemasan – <i>Stuttering</i> saat berbicara di depan umum
4	Laki-laki	2014	Metakognisi yang menyebabkannya berpikiran negatif berlebihan terhadap relasi pertemanannya dan mengalami depresi ringan
5	Laki-laki	2016	Adaptasi lingkungan perkuliahan yang menyebabkan munculnya gejala depresi
6	Perempuan	2015	Permasalahan dengan orang tua
7	Perempuan	2015	Gangguan somatisasi dengan kecenderungan depresi

Pengembangan Modul Program *Peer Counselor* Untuk Mahasiswa

Beberapa permasalahan di atas hanyalah sebagian dari berbagai permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa, dengan rentang permasalahan ringan hingga berat. Kasus di atas rata-rata mendapatkan penanganan berupa konsultasi minimal dua pertemuan dengan jeda waktu satu hingga dua minggu, ditangani oleh psikolog sekaligus dosen di Program Studi Psikologi. Dengan sumber daya yang terbatas tentunya ini akan menjadi beban berat bagi dosen. Oleh karenanya perlu suatu program yang merupakan pertolongan pertama bagi mahasiswa terutama untuk permasalahan pada level ringan yang umum dialami oleh mahasiswa.

Salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada mahasiswa, terutama mahasiswa baru, dalam menghadapi berbagai permasalahan aktual adalah dengan melibatkan mahasiswa lainnya dalam memberikan pertolongan pertama. Pertolongan pertama dari sesama mahasiswa ini sering dikenal sebagai *peer counseling* (konseling teman sebaya).

Pembelajaran remaja terutama berasal dari teman sebaya yang merupakan referensi utama mereka dan yang memiliki kesamaan sikap, aspirasi, dan pencapaian aktual (Young, 1999 dalam Wong, 2016). Hal ini memperkuat bahwa menggunakan rekan sebaya dapat memberikan bantuan yang lebih kuat terhadap orang lain, terutama untuk remaja. Teman sebaya dirasa dapat memberikan dukungan emosi dan perasaan percaya, misalnya peduli, setia, dan dapat diandalkan. Usia yang relatif setara membuat mereka juga dapat saling berbicara dalam keseharian secara intens.

Biasanya *peer counseling* dilakukan pada seting akademik dimana mahasiswa membantu mahasiswa lainnya. *Peer counselor* efektif untuk membantu mahasiswa yang bermasalah karena mereka biasanya pernah mengalami situasi yang serupa sehingga mereka bisa lebih berempati dibandingkan profesi lainnya (McKinney, et al, 1995). Konselor teman sebaya dipandang sebagai komponen yang berguna dari kehidupan akademik dan sosial universitas. Teman sebaya adalah bentuk pencegahan yang berhasil dan hemat biaya, hal ini bisa disebabkan teman sebaya secara unik mampu memahami satu sama lain (Barack, Millard, & Shah, 2008 dalam Hatcher, 2014).

Intervensi melalui *peer counseling* juga memungkinkan konselor untuk masuk pada area-area yang sulit atau bahkan tidak mungkin mampu dimasuki oleh dosen ataupun orang dewasa lainnya (Topping, 1996). Oleh

karenanya, program *peer counselor* dapat digunakan untuk membantu mahasiswa yang membutuhkan konseling untuk permasalahan mereka terkait akademik, social, maupun personal dalam batas-batas tertentu. Pertanyaannya adalah program seperti apa yang harus dikembangkan, lalu *peer counselor* seperti apakah yang harus disediakan untuk dapat membantu mahasiswa.

Melalui penelitian ini akan dikembangkan program pelatihan yang ditujukan untuk melatih *peer counselor* sebelum mereka memberikan konseling kepada mahasiswa lainnya. Pelatihan yang diberikan adalah melatih dan meningkatkan *Microskill* pada *peer counselor*. *Microskill* adalah berbagai keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh seorang konselor agar ia dapat menampilkan diri sebagai konselor yang efektif. Istilah *Microskill* sendiri berasal dari analogi untuk keterampilan dasar yang dibutuhkan seseorang dalam olahraga (Barammer & MacDonald, 2003) Pada dasarnya ada banyak *Microskill* yang perlu dipelajari oleh seorang konselor, namun untuk menjadi “teman curhat” peneliti menjabarkan beberapa *microskill* saja yang nantinya akan dilatih kepada *peer counselor* tersebut sebagai modal mereka dalam melayani teman yang ingin curhat. *Microskill* yang akan dilatihkan tersebut ialah: (1). *Listening*, terdiri dari: (a). *Attending*, (b). *Paraphrasing*, (c). *Clarifying*, dan *Perception Checking*; (2). *Leading*, terdiri dari: (a). *Open Question*, (b). *Closed Question*, dan (c). *Forced Question*; (3). *Reflecting*, terdiri dari: (a). *Reflecting Feeling*, (b). *Reflecting Experience*, (c). *Reflecting Content*; (4). *Informing*, terdiri dari: (a). Memberikan Solusi, (b). Menawarkan Usulan; Dan (5). *Summarizing*, terdiri dari: (a). Kesimpulan yang berasal dari Konsellee, (b). Kesimpulan yang diberikan oleh Konselor. Penelitian ini juga mengembangkan modul yang akan menjadi panduan bagi *peer counselor* mengenai cara penanganan mahasiswa yang bermasalah pada area-area tertentu.

Metode

Pengumpulan data awal penelitian ini dengan menggunakan teknik wawancara. Wawancara dapat didefinisikan sebagai interaksi bahasa yang berlangsung antara dua orang dalam situasi saling berhadapan salah seorang, yaitu yang melakukan wawancara meminta informasi atau ungkapan kepada orang yang diteliti yang berputar di sekitar pendapat dan keyakinannya. Teknik wawancara mendalam

mengenai perasaan, pendapat, penilaian, dan pengalaman dilakukan kepada mahasiswa di Universitas Jambi. Sedangkan FGD atau *Focus Group Discussion* dilakukan kepada beberapa dosen di Universitas Jambi. FGD adalah suatu proses pengumpulan data dan informasi yang sistematis mengenai suatu permasalahan tertentu yang sangat spesifik melalui diskusi kelompok.

Penelitian ini juga menggunakan pendekatan evaluasi program untuk melihat keberhasilan program. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi dengan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 16 orang, sesuai dengan karakteristik tujuan penelitian. Desain penelitian menggunakan setting natural atau tidak di berada dalam laboratorium. Penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design* untuk melihat perubahan pemahaman dan sikap setelah diberikan perlakuan. Penelitian ini terdiri dari satu kelompok eksperimen yang telah melakukan *pre-test* sebelum diberikan perlakuan dan diberikan *post-test* setelah perlakuan untuk melihat perbedaan konseling partisipan. Teknik penelitian adalah observasi untuk menghitung frekuensi *micro skill* yang ditampilkan oleh peserta dengan cara memberikan kuesioner 7 pertanyaan terbuka, kemudian dilanjutkan dengan melakukan *in-depth interview* untuk mendapatkan gambaran awal respon konselor mahasiswa.

Setelah melakukan *pre-test* untuk melihat gambaran *microskill* konselor, dilakkan *post-test* untuk melihat gambaran perkembangan *microskill* konselor. Kemudian dilakukan *in-depth interview* untuk melihat manfaat pelatihan tersebut. Proses analisis data juga akan dilakukan terhadap konselee untuk mengetahui manfaat yang dirasakan setelah mendapatkan konseling dari konselor.

Penelitian ini menggunakan uji statistik Wilcoxon untuk melihat perbedaan signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Nilai T pada uji Wilcoxon didapatkan dengan meranking selisih antara nilai *posttest* dan *pretest*. Kemudian, kelompokkan dan jumlahkan ranking pada selisih yang bernilai positif (ΣR_+) dan negatif (ΣR_-). Nilai T Wilcoxon adalah jumlah ranking terkecil antara ΣR_+ dan ΣR_- . Nilai T Wilcoxon kemudian dibandingkan dengan nilai kritis yang didapat dari Tabel Wilcoxon sesuai dengan jumlah ranking yang ditandai (n). Level signifikansi yang digunakan dalam uji ini adalah 5% ($\alpha = 0,05$). Apabila nilai T Wilcoxon lebih kecil atau sama dengan nilai kritis, maka H_0 ditolak.

Proses Desain dan Pengembangan Modul Pelatihan

Hasil proses tahap awal analisa kebutuhan melalui wawancara dan FGD yang dilakukan terhadap 27 mahasiswa, menunjukkan bahwa mereka membutuhkan teman curhat, utamanya dari lingkungan dan jurusan yang sama. Berdasarkan data yang didapatkan dari FGD yang dilakukan terhadap dosen Unja, beberapa mahasiswa bimbingan akademik mereka ternyata ada yang mengalami permasalahan yang cukup berat sehingga mempengaruhi perkuliahan mahasiswa tersebut. Keterbatasan kapasitas yang dimiliki dosen pembimbing akademik ini tentunya tidak dapat menolong mahasiswa tersebut, terutama apabila mahasiswanya mengalami permasalahan psikologis. Hasil FGD ini juga menyimpulkan bahwa adanya teman curhat dirasa dapat membantu meringankan permasalahan pada mahasiswa yang bermasalah apabila dosen pembimbing tidak dapat mengatasinya.

Analisa tahap awal ini menjadi referensi peneliti untuk membuat sebuah pelatihan mengenai teman curhat sebaya yang professional, yang disebut dengan *Peer Counselor*. Untuk menjadi *Peer counselor* tentunya harus mempunyai keterampilan dasar mengenai menjadi konselor yang professional dan efektif. Selanjutnya pelatihan ini akan dilaksanakan dengan pemberian materi yang prosesnya materi tersebut dikemas dalam bentuk modul menjadi panduan untuk menjadidi *peer counselor* yang professional dan efektif.

Tahapan pembuatan modul pelatihan *peer counselor* ini dimulai dengan menentukan tujuan dari pelatihan. Tujuan utama pelatihan ini adalah agar diakhir pelatihan peserta *peer counselor* mampu memberikan bantuan psikologis dasar melalui sesi konseling sesuai dengan batasan kompetensi sebagai konselor sebaya. Modul pelatihan ini disusun dalam 4 materi yaitu: (1) Kesehatan Mental dan Perilaku Bermasalah. Dalam materi ini, konselor diharapkan mengetahui kriteria dan gambaran dari mental yang sehat, sehingga konselor dapat mengetahui dan mendeteksi apa dan bagaimana dalam merespons konselee saat melakukan konseling dan membantu konselee dalam beradaptasi di lingkungannya dengan baik. Materi ini juga menjadi panduan agar *peer counselor* mampu membedakan mana perilaku bermasalah yang dapat mereka tangani dan mana mana perilaku bermasalah yang ditangani oleh professional; (2) Konselor Efektif. Dalam materi ini, konselor diharapkan dapat mengetahui kemampuan dasar yang harus dimiliki yang berkaitan dengan

Pengembangan Modul Program *Peer Counselor* Untuk Mahasiswa

kualitas hubungan konselor dan konselee. Karakteristik konselor efektif dan dimensi kepribadian yang harus dimiliki oleh konselor untuk memudahkan konselor saat melakukan proses konseling kedepannya serta membangun suasana yang nyaman ketika konseling; (3) *Microskills*. Dalam materi ini, konselor diharapkan dapat menerapkan materi-materi yang diberikan selama masa pelatihan yang terdiri dari: (a) *Listening*, terdiri dari *Attending*, *Paraphrasing*, *Clarifying*, dan *Perception Checking*); (b) *Leading*, terdiri dari *Open Question*, *Closed Question* dan *Forced Question*; (c) *Reflecting* terdiri dari *Reflecting Feeling*, *Reflecting Experience*, dan *Reflecting Content*; (d) *Informing* terdiri dari Memberikan solusi dan Menawarkan usulan; dan (e) *Summarizing* terdiri dari Kesimpulan yang berasal dari Konselee dan Kesimpulan yang diberikan oleh Konselor.

Modul yang sudah dirancang lalu dilakukan evaluasi oleh dalam bidang pengembangan program pelatihan dan konseling. Ahli yang melakukan evaluasi ini adalah seorang psikolog pendidikan yaitu Elvin Rosalina S.Psi., M.Psi., Psikolog dan seorang psikolog klinis anak yaitu Natalia Damayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Berdasarkan review yang mereka sampaikan, modul yang telah disusun tersebut sudah sesuai dengan kebutuhan mahasiswa Unja, dan materi-materi yang dirancang sudah sesuai dengan kebutuhan mengenai dasar-dasar untuk menjadi konselor yang profesional dan efektif.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasilnya *training need assessment training need assessment* yang dilakukan dengan melakukan wawancara kepada 27 orang mahasiswa, FGD kepada 14 dosen dari berbagai fakultas di Unja, serta wawancara dan analisa kasus pada 6 mahasiswa Universitas Jambi yang pernah melakukan konseling kepada psikolog di Program Studi Psikologi Unja, permasalahan mahasiswa Unja umumnya terkait dengan permasalahan personal, akademik, dan masalah dalam lingkup relasi sosial maupun organisasi. Masalah akademik yang banyak terjadi adalah terkait penyesuaian diri terhadap perubahan gaya belajar dan jadwal perkuliahan yang sangat berbeda dengan semasa SMA sehingga mereka dituntut harus cepat beradaptasi. Beban tugas yang beragam dan berat juga menjadi salah satu hal yang harus mereka atasi, termasuk menyesuaikan diri dengan cara mengajar dan sikap dosen tertentu. Masalah personal yang sering muncul adalah adanya perasaan tidak percaya diri terhadap kemampuan

diri, kecemasan tidak mampu menyelesaikan tugas ataupun mengikuti perubahan di dunia kampus, bosan dan motivasi yang naik turun terhadap perkuliahan, dan merasa jauh dari orang tua. Permasalahan terkait relasi sosial dan organisasi adalah belum memiliki teman dekat seperti teman dekat saat SMA, belum memiliki teman bercerita, adanya teman sekelas yang malas mengerjakan tugas kelompok, konflik di dalam organisasi, dan masalah pembagian waktu antara menyelesaikan tugas mata kuliah dan tugas organisasi.

Berdasarkan hasil FGD yang dilakukan bersama dosen Unja. Ada beberapa perilaku mahasiswa yang termasuk bermasalah namun belum sampai mengganggu perkuliahan mahasiswa tersebut. Selama konseling juga didapatkan data adanya 3 mahasiswa yang memiliki masalah psikologis yang berat namun belum mendapatkan bantuan penanganan dari profesional terkait. Berikut rangkuman tabel kategorisasi permasalahan mahasiswa unja berdasarkan hasil wawancara dan FGD yang dilakukan terhadap beberapa mahasiswa dan dosen Unja:

Tabel 2 Kategorisasi Permasalahan Mahasiswa Unja

No	Kategori	Kata Kunci
1	Adaptasi perkuliahan	<ul style="list-style-type: none"> • Penyesuaian gaya belajar • Penyesuaian jadwal kuliah • Penyesuaian dengan lingkungan baru
2	Relasi sebaya	<ul style="list-style-type: none"> • Kerjasama teman sekelas • Kesulitan menemukan teman dekat • Kurang akrab dengan teman kuliah • Persaingan sesama mahasiswa • Konflik dengan teman
3	Masalah di luar diri	<ul style="list-style-type: none"> • Akreditasi kampus • Transportasi minim • Gaya dosen mengajar • Biaya hidup
4	Motivasi belajar	<ul style="list-style-type: none"> • Belajar sesuai <i>mood</i> • Malas • Bosan dengan perkuliahan • Tidak semangat kuliah
5	Permasalahan psikologis	<ul style="list-style-type: none"> • Kecemasan • Kepercayaan diri rendah • Sulit mendapatkan kepercayaan • Masalah pola tidur
6	Jurusan tidak sesuai minat	<ul style="list-style-type: none"> • Jurusan tidak sesuai minat
7	Kesulitan menyelesaikan tugas	<ul style="list-style-type: none"> • Mata kuliah sulit dipahami • Tugas yang sulit
8	Lain-lain	<ul style="list-style-type: none"> • Kuliah sambil bekerja • Peraturan kampus

Hasil wawancara dan FGD yang telah dilakukan ini dapat disimpulkan bahwa memang perlu adanya suatu unit atau program yang dapat

membantu mahasiswa yang bermasalah mengingat tidak semua dosen pembimbing akademik dapat memberikan bantuan konseling terkait masalah-masalah personal yang pada akhirnya mengganggu perkuliahan mahasiswa yang bersangkutan. Permasalahan yang sudah terlalu berat tentunya sudah tidak mampu lagi untuk dihadapi seorang diri oleh mahasiswa tersebut. Hasil ini juga menyimpulkan bahwa adanya teman untuk berbagi mengenai permasalahan mereka akan memungkinkan untuk membantu meringankan masalah yang mereka hadapi. Maka dari itu peneliti membuat sebuah program pelatihan untuk konseling teman sebaya yang dilatih menjadi teman curhat atau konselor yang profesional dan efektif.

Pelatihan *Peer Counselor* ini dilakukan selama 2 hari, yaitu mulai dari tanggal 7 sampai dengan 8 September 2019. Pelatihan diadakan di Gedung ASKES Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Jumlah peserta yang hadir dalam pelatihan ini sebanyak 21 orang yang berasal dari program studi Psikologi, Keperawatan, Bimbingan dan Konseling, Agribisnis Pertanian, dan FKIP-Bahasa Inggris. Materi pelatihan yang diberikan adalah mengenai Kesehatan Mental dan Perilaku Bermasalah, Konselor Efektif dan *Microskill* yang akan digunakan konselor dalam konseling.

Konselor diharapkan dapat menerapkan *Microskill* pada saat konseling yang terdiri dari: *Listening (Attending, Paraphrasing, Clarifying, dan Perception Checking)*, *Leading (Indirect Leading, Direct Leading, Focusing, dan Questioning)*, *Reflecting (Feeling, Experience, dan Content)*, *Informing* dan *Summarising*. Berikut penjelasan hasil analisa *Microskill* pada peserta sebelum dan setelah diberikan pelatihan:

Table 3 *Microskill-Attending*

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Attending</i>	Negative	7	p > 0.005	Tidak signifikan
	Positive	6		
	Ties	8		
	Total	21		

Berdasarkan table *microskill-attending* di atas terdapat 7 peserta yang mengalami penurunan, 6 peserta yang mengalami peningkatan, dan 8 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.691 yang mana diatas 0.005 menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan yang signifikan dari *pretest* dan *posttest* pada *microskill-attending* peserta pelatihan. Hal ini ada kemungkinan disebabkan

oleh metode penilaian pada observasi yang dirasa kurang efektif untuk mengukur jumlah perilaku yang tampak pada proses konseling yang dilakukan oleh peserta. Penilaian dilakukan dengan menilai kelompok perilaku, bukan banyaknya ia menampilkan perilaku *attending* sehingga nilai maksimal yang mereka dapatkan adalah 6 padahal mereka menampilkan lebih banyak perilaku *attending*.

Table 4 *Microskill-Paraphrasing*

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Paraphrasing</i>	Negative	0	p < 0.005	Signifikan
	Positive	21		
	Ties	0		
	Total	21		

Berdasarkan table *microskill-paraphrasing* di atas seluruh peserta yang berjumlah 21 orang mengalami peningkatan *microskill paraphrasing*. Dengan nilai signifikan 0.000 yang mana di bawah 0.005 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada *posttest* setelah diberikan pelatihan. Dimana peserta mampu untuk memahami tentang apa yang dikatakan konseli dan menyampaikan kembali dengan ekspolasi verbal.

Tabel 5 *Microskill-Clarifying*

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Clarifying</i>	Negative	6	p > 0.005	Tidak signifikan
	Positive	10		
	Ties	5		
	Total	21		

Berdasarkan table *microskill-claryfying* di atas terdapat 6 peserta yang mengalami penurunan, 10 peserta yang mengalami peningkatan, dan 5 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.754 yang mana diatas 0.005 menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan yang signifikan dari *pretest* dan *posttest* pada *microskill-claryfying* peserta. Hal ini disebabkan *claryfying* difungsikan ketika konselor tidak memahami atau ingin mengklarifikasi cerita dari konselee. Namun masih terdapat peserta yang belum mengaplikasikan *claryfying* dengan tepat

Tabel 6 *Microskill-perception checking*

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Perception checking</i>	Negative	4	p > 0.005	Tidak signifikan
	Positive	14		
	Ties	3		
	Total	21		

Pengembangan Modul Program *Peer Counselor*
Untuk Mahasiswa

Berdasarkan table *microskill-perception checking* di atas terdapat 4 peserta yang mengalami penurunan, 14 peserta yang mengalami peningkatan, dan 3 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.050 yang mana diatas 0.005 menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan yang signifikan dari pretest dan posttest pada *microskill-perception checking* peserta. Meskipun dikatakan tidak signifikan, nilai *positive ranks* menunjukkan bahwa ada kemajuan pada peserta setelah diberikan pelatihan. Peserta sudah cukup mampu menerapkan *perception checking* untuk menyamakan persesi dengan konseli.

Tabel 7 Microskill-Open Question

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Open question</i>	Negative	2	p < 0.005	Signifikan
	Positive	18		
	Ties	1		
	Total	21		

Berdasarkan table *microskill-open question* di atas terdapat 2 peserta yang mengalami penurunan, 18 peserta yang mengalami peningkatan, dan 1 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.001 yang mana di bawah 0.005 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dari *pretest ke posttest* pada *microskill-open question* peserta. Nilai *positive ranks* menunjukkan bahwa ada kemajuan pada peserta setelah diberikan pelatihan. Dimana peserta telah mampu menggunakan *open question* sesuai pada kebutuhannya.

Tabel 8 Microskill-Closed Question

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Closed question</i>	Negative	9	p > 0.005	Tidak Signifikan
	Positive	7		
	Ties	5		
	Total	21		

Berdasarkan table *microskill-closed question* di atas terdapat 9 peserta yang mengalami penurunan, 7 peserta yang mengalami peningkatan, dan 5 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.467 yang mana di atas 0.005 menunjukkan bahwa tidak terdapat peningkatan yang signifikan dari *pretest ke posttest* pada *microskill-closed question* peserta. Meskipun dikatakan tidak signifikan, nilai *positive ranks* menunjukkan bahwa ada kemajuan pada peserta setelah diberikan

pelatihan. *Closed question* tetap dibutuhkan untuk konselor dalam sesi konseling seperti membangun *rapport*, membuka pertanyaan, atau memperjelas maksud dari cerita konsellee dan sebagainya.

Tabel 9 Forced Question

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Forced question</i>	Negative	14	p < 0.005	Signifikan
	Positive	4		
	Ties	3		
	Total	21		

Berdasarkan table *forced question* di atas terdapat 14 peserta yang mengalami penurunan, 4 peserta yang mengalami peningkatan, dan 3 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.003 yang mana di bawah 0.005 menunjukkan penurunan yang signifikan dari pretest dan posttest pada *forced question* peserta. Dengan nilai *negative rank* yang lebih tinggi dibandingkan dengan *positif rank* menunjukkan bahwa peserta telah mengurangi pertanyaan-pertanyaan yang harus dihindari ketika melakukan konseling

Tabel 10 Memberi Solusi

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Memberi solusi</i>	Negative	16	p < 0.005	Signifikan
	Positive	0		
	Ties	5		
	Total	21		

Berdasarkan table Memberi Solusi di atas terdapat 16 peserta yang mengalami penurunan, tidak ada peserta yang mengalami peningkatan, dan 5 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.000 yang mana di bawah 0.005 menunjukkan bahwa adanya penurunan yang signifikan dari pretest dan posttest pada *microskill-Memberi Solusi* peserta. Dengan nilai *negative rank* yang lebih tinggi dibandingkan dengan *positif rank* menunjukkan bahwa peserta telah mengurangi memberikan solusi ketika melakukan konseling.

Tabel 11 Microskill- Menawarkan usulan

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Menawarkan usulan</i>	Negative	7	p > 0.005	Tidak Signifikan
	Positive	5		
	Ties	9		
	Total	21		

Berdasarkan table *Microskill*-Menawarkan usulan di atas terdapat 7 peserta yang mengalami penurunan, 5 peserta yang mengalami peningkatan, dan 9 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.812 yang mana di atas 0.005 menunjukkan bahwa tidak adanya peningkatan yang signifikan dari pretest dan posttest pada *microskill*-Menawarkan usulan. *Microskill*-Menawarkan usulan menjadi pilihan konselor dalam membantu konselee dalam sesi konseling.

Tabel 12 Memberikan Informasi

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Memberikan informasi</i>	Negative	2	p > 0.005	Tidak Signifikan
	Positive	4		
	Ties	15		
	Total	21		

Berdasarkan table *Microskill*-Memberikan Informasi di atas terdapat 2 peserta yang mengalami penurunan, 4 peserta yang mengalami peningkatan, dan 15 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.317 yang mana di atas 0.005 menunjukkan bahwa tidak adanya perubahan yang signifikan dari pretest dan posttest pada *Microskill*-Memberikan Informasi. *Microskill*-Memberikan informasi menjadi pilihan konselor dalam membantu konselee dalam sesi konselor.

Tabel 13 Kesimpulan yang Diberikan dari Konselee

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Kesimpulan yang diberikan dari Konselee</i>	Negative	0	p > 0.005	Tidak Signifikan
	Positive	9		
	Ties	12		
	Total	21		

Berdasarkan table Kesimpulan dari Konseli di atas terdapat 0 peserta yang mengalami penurunan, 9 peserta yang mengalami peningkatan, dan 12 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.006 yang mana di atas 0.005 menunjukkan bahwa tidak adanya perubahan yang signifikan dari pretest dan posttest. Nilai *positive rank* pada tabel menunjukkan bahwa adanya beberapa peserta yang mengalami peningkatan atau dapat menstimulus konselee untuk dapat memberikan kesimpulan dari konseling tersebut. Proses konseling sebaiknya diakhiri dengan konselee yang mampu memberikan kesimpulan dari sesi konselingnya tersebut.

Tabel 14 Kesimpulan dari Konselor

Variabel	Rank	N	Sig	Status
<i>Kesimpulan dari Konselor</i>	Negative	4	p > 0.005	Tidak Signifikan
	Positive	14		
	Ties	3		
	Total	21		

Berdasarkan tabel dari konselor di atas terdapat 4 peserta yang mengalami penurunan, 14 peserta yang mengalami peningkatan, dan 3 peserta yang tidak mengalami perubahan. Dengan nilai signifikan 0.043 yang mana di atas 0.005 menunjukkan bahwa tidak adanya peningkatan yang signifikan dari pretest dan posttest. Nilai *positive rank* yang lebih tinggi, menunjukkan bahwa masih banyak peserta pelatihan yang memberi kesimpulan dalam proses konseling. Hasil ini menjadi bahan evaluasi peneliti untuk dapat mengembangkan modul pelatihan ini kembali.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan pelatihan yang telah dilakukan dari data analisa yang didapatkan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat 2 *Microskill* yang mengalami peningkatan signifikan yaitu *paraphrasing* dan *open question*. Terdapat 2 *Microskill* yang mengalami penurunan signifikan yaitu *forced question* dan memberi solusi.

Tidak terdapat perubahan yang signifikan pada *Microskill Attending, Clarifying, Perception checking, Closed Question*, menawarkan Usulan, memberikan informasi kesimpulan yang diberikan dari Konselee dan Kesimpulan dari konselor.

Saran untuk penelitian ini adalah untuk menambah lebih banyak variasi subjek. Subjek dari program studi lain di luar FKIK Unja agar lebih banyak dilibatkan lagi. Sebaiknya dilakukan perbaikan pada metode penilaian observasi agar lebih efektif lagi dan dapat mengukur variabelnya dengan tepat. Dan program pelatihan agar dapat dilanjutkan ke tahap evaluasi pada konselor yang sudah menjadi anggota *Peer Counselor* Universitas Jambi.

Daftar Pustaka

- Arria, Amelia M., Emily R. Winick, Laura M. Garnier-Dykstra, Kathryn B. Vincent, Kimberly M. Caldeira, Holly C. Wilcox, and Kevin E. O'Grady. 2011. "Help Seeking and Mental Health Service Utilization among College Students with a History of Suicide Ideation." *Psychiatric Services* 62(12):1510–13.
- Brammer, M Lawrence & MacDonald, Ginger.(2003).*The Helping Relationship-Process and Skills*, eighth edition, Pearson Education USA
- Hatcher, Sherry L., C. Comfort Shields, Elizabeth E. Wierba, Juliet L. Hatcher-Ross, and Steven J. Hanley. 2014. "College Peer Counselor Teaching Modalities: Sequelae in the Life and Work of Graduates." *Teaching of Psychology* 41(4):345–48.
- McKinney, Martha, K. Patricia McGann, J. Cashin Hunt, and K. Suzanne Edwards. 1995. "Peer Counselor Training: One Component of a Medical Student Health and Effectiveness Program." *Substance Abuse* 16(2):125–28.
- Topping, Keith. 1996. "Reaching Where Adults Cannot." *Educational Psychology in Practice* 11(4):23–29.
- Wong, Shui Wai, Yat Hung Chui, Yuk Chung Chan, S. Raymond Ting, and Jason K. H. Lam. 2016. "Enhancing Students Career Readiness through Peer Counselling Programme in Hong Kong." *Australian Journal of Career Development* 25(1):23–32.