

ALIANSI KERJA DALAM PROSES KONSELING *ONLINE*

Andreas Wisnu Adi Purnomo¹, J.T. Lobby Loekmono²

¹Sekolah Menengah Atas 1 BPK PENABUR Bandung

²Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Kristen Satya Wacana

Korespondensi E-mail: andreaswisnupurnomo55@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat aliansi kerja yang dapat terbangun dalam proses konseling *online*, serta mengetahui seberapa besar pengaruh aliansi kerja terhadap keberhasilan layanan konseling *online* yang dilakukan secara individual. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen. Jenis eksperimen yang digunakan adalah subjek tunggal dengan desain multiple baseline. Individu yang menjadi sampel penelitian merupakan siswi SMK yang pernah menjalani proses belajar *online* dan mengalami kecemasan matematika. Teknik pengumpulan data menggunakan *Abrivariatte Math Anxiety Rating scale* yang dibuat oleh Hopko, dkk dan *Work Alliance Inventory Short Version* yang dibuat oleh Munder, dkk. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana dengan menggunakan aplikasi *Statistic Product and Service Solution* (SPSS) versi 16.0. Berdasarkan analisis didapati nilai R sebesar 0.756 yang artinya aliansi kerja yang terbangun dalam proses konseling memiliki keeratan hubungan yang kuat dengan pengaruh perlakuan yang diberikan. Nilai R^2 sebesar 0.572 yang artinya aliansi kerja dalam proses konseling memberikan kontribusi sebesar 57.2% terhadap keberhasilan pengaruh perlakuan.

Kata Kunci: aliansi kerja, konseling, *online*.

ABSTRACT

This study aims to determine the level of work alliances that can be built in the online counseling process, and to find out how much influence work alliances have on the success of online counseling services that are carried out individually. This research was conducted using an experimental method. The type of experiment used is a single subject. Individuals who became the research sample were SMK students who had undergone an online learning process and experienced math anxiety. The data collection technique used the Abrivariatte Math Anxiety Rating scale made by Hopko, et al and the Work Alliance Inventory Short Version made by Munder, et al. The analysis technique used is simple linear regression using the application of Statistics Product and Service Solution (SPSS) version 16.0. Based on the analysis, it was found that the R value was 0.756, which means that the work alliance that was built in the counseling process has a strong relationship with the effect of the treatment given. The R^2 value is 0.572, which means that the work alliance in the counseling process contributes 57.2% to the success of the treatment effect.

Keywords: *work alliance, online, counseling.*

PENDAHULUAN

Berkembangnya teknologi komunikasi yang pesat, telah mempengaruhi berbagai bidang kehidupan manusia. Salah satunya bidang pendidikan, yang sebelumnya proses pembelajaran hanya dilakukan secara tatap muka langsung, kini dapat dilakukan bersemuka (tidak bertemu secara langsung) dalam ruang virtual atau melalui platform digital yang memungkinkan terjadinya pembelajaran secara elektronik (*e-learning*). Dalam bidang layanan Bimbingan dan Konseling pengaruh perkembangan teknologi komunikasi turut memberikan

sumbangsih besar dalam pelaksanaan proses konseling, di mana layanan konseling juga dapat dilakukan secara bersemuka menggunakan teknologi yang ada. Misalnya konseling secara *online* baik menggunakan *video conference*, *metaverse*, dan aplikasi *online* lainnya.

Namun tidak bisa dipungkiri, alih-alih terdapat keunggulan melalui layanan *online*, terdapat pula tantangan yang dihadapi oleh konselor dalam melaksanakan konseling *online*, salah satunya adalah membangun aliansi kerja dengan konseli. Melihat proses pelaksanaan konseling *online* yang dilakukan secara bersemuka, membuat terjalinnya *personal attachment* menjadi hal yang perlu disiasati oleh konselor secara tepat. Hal ini dilihat dari beragam variabel yang melingkupi proses konseling *online*, seperti kualitas jaringan internet yang digunakan, ketersediaan kuota dan jaringan internet, dan tentunya performa peralatan yang digunakan selama proses konseling berlangsung. Menurut Ifdil & Ardi (Sari & Marjo, 2022). Kesiapan dan kesediaan sarana yang ada bertujuan untuk menunjang terciptanya aliansi kerja antara konseli dengan konselor.

Membahas proses konseling, tentunya tidak akan terlepas dari pembahasan mengenai hubungan antar manusia. Dalam hubungan tersebut, kualitas relasi turut dipengaruhi oleh kerja sama yang terbangun antara individu yang ada. Menurut Jerome Frank (Purnomo & Loekmono, 2021) aliansi kerja menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi efektivitas perlakuan konseling yang diberikan kepada konseli. Selain itu menurut Patterson (Corey, 2013) hubungan terapis dengan klien menjadi unsur penting dalam menunjang efektivitas terapi. Oleh karena itu, konselor perlu memperhatikan terbentuknya aliansi kerja dalam proses konseling yang dilakukan secara *online* maupun bertatap muka secara langsung.

Aliansi kerja menurut Adam Hovart (Purnomo & Loekmono, 2021) berkaitan dengan kualitas, potensi atau kekuatan hubungan yang kolaboratif antara konselor dengan konseli dalam pelaksanaan proses konseling. Konsep ini meliputi ikatan afektif positif antara klien dan konselor, seperti sikap saling percaya, menghormati, dan perhatian. Aliansi juga mencakup aspek kognitif dari hubungan konseling, kesepakatan mengenai tujuan konseling serta komitmen untuk aktif terlibat dalam tiap sesi konseling yang dilaksanakan.

Berdasarkan hasil meta analisis yang dilakukan oleh Norwood et al. (2018) didapati 12 hasil penelitian menunjukkan kualitas aliansi kerja yang menunjukkan hasil yang baik dalam proses konseling *online*. Namun, selain menunjukkan hasil yang baik, dari meta analisis yang dilakukan oleh Norwood et al. (2018) didapati hasil lain yang mana aliansi kerja yang terbangun dalam konseling *online* lebih rendah dibandingkan dengan konseling yang dilakukan tatap muka secara langsung. Selain itu didapati hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahon et al., (2015) yang didapati hasil tidak ada hubungan antara aliansi kerja dan kesiapan konseli

untuk berubah. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan kajian lebih lanjut berkaitan dengan pengaruh aliansi kerja dalam layanan konseling individual yang dilakukan secara *online*.

Berkaitan dengan penelitian ini, peneliti memilih kecemasan matematika sebagai variabel dependen. Hal ini didasarkan pada hasil pra penelitian peneliti di sebuah sekolah kejuruan, dan didapati lebih dari 50% siswa mengalami kecemasan matematika dengan kategori sedang hingga tinggi.

Secara umum kecemasan didefinisikan sebagai reaksi terhadap ancaman yang tidak menentu (Yusuf, 2011). Gejala kecemasan meliputi perubahan pada aspek fisik, seperti pernafasan, berkeringat dingin, dan detak jantung meningkat. Sedangkan kecemasan matematika didefinisikan sebagai perasaan tegang, gelisah, atau bahkan takut yang mengganggu kegiatan menggunakan angka dan pemecahan masalah matematika. Ketegangan ini berasal dari kegugupan tentang penggunaan alat-alat yang diperlukan dalam kelas matematika (tes, pekerjaan rumah, atau pembelajaran di kelas), atau gugup harus menggunakan angka dalam tugas sehari-hari seperti mengerjakan tugas yang melibatkan rumus-rumus dan angka (Purnomo & Loekmono, 2020).

METODE

Dalam kajian ini, peneliti menggunakan metode eksperimen subjek tunggal. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kecemasan matematika yang diadaptasi peneliti dari (Hopko et al., 2003). Selain menggunakan skala kecemasan matematika, peneliti juga mengadaptasi inventori aliansi kerja yang dibuat oleh (Munder et al., 2010). Sebelum digunakan untuk mengambil data, kedua instrumen penelitian telah melalui tahap adaptasi sesuai dengan ketentuan adaptasi instrumen menurut (Helminen et al., 1999). Setelah diadaptasi dalam bahasa Indonesia, peneliti melakukan uji coba instrumen untuk mengukur reliabilitas instrumen dan *corrected item total correlation*. Berdasarkan hasil uji coba didapati nilai reliabilitas skala kecemasan matematika sebesar 0,810 dan reliabilitas inventori aliansi kerja sebesar 0,813. Sedangkan untuk *corrected item total correlation* skala kecemasan matematika bergerak dari angka 0,322 s/d 0,690; *corrected item total correlation* inventori aliansi kerja bergerak dari angka 0,311 s/d 0,674. Menurut Azwar (Purnomo & Loekmono, 2020) skor Cronbach Alpha yang berada dikisaran angka 0,8 dapat dikatakan memiliki reliabilitas yang bagus. Sedangkan untuk validitas item instrumen, apabila memperoleh skor *corrected item total correlation* minimal 0,3 dikatakan valid.

Individu yang menjadi subjek penelitian adalah siswi kelas XI SMK jurusan pemasaran yang mengalami kecemasan matematika. Prosedur penentuan subjek, diawali dengan

melakukan pengukuran kepada 2 kelas tingkat 11 jurusan pemasaran, kemudian peneliti menentukan siswa yang memiliki tingkat kecemasan kategori tinggi. Setelah didapati siswa yang mengalami kecemasan matematika kategori tinggi, peneliti melakukan tes ulang kepada siswa yang memiliki kategori tinggi setiap Minggu selama 3 kali berturut-turut untuk memastikan kestabilan kecemasan matematika yang dialami oleh subjek penelitian. Setelah itu, peneliti melakukan uji beda hasil tes ulang tersebut, sebagai acuan untuk melanjutkan tahap perlakuan kepada subjek penelitian.

Selama proses perlakuan berlangsung dan 3 Minggu pasca perlakuan, peneliti terus memantau tingkat kecemasan matematika subjek dan memantau tingkat aliansi kerja yang terbangun menggunakan instrumen penelitian dan juga wawancara. Untuk teknik analisis data, peneliti menggunakan regresi linear sederhana untuk mengukur pengaruh aliansi kerja terhadap penurunan tingkat kecemasan matematika subjek penelitian. Analisis regresi linear menggunakan bantuan aplikasi *Statistic Product and Service Solution* (SPSS) versi 16.0 *for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil eksperimen yang dilakukan didapati hasil pengukuran tingkat aliansi kerja sebagai berikut:

Tabel 1. Pengukuran Tingkat Aliansi Kerja

Nama	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3	Sesi 4	Sesi 5	Sesi 6	Sesi 7
Skor Subjek (Ros)	51	56	56	59	60	60	60
Kategori :							
Tinggi : 44-60.							
Sedang : 28-43.							
Rendah : 12-27.							

Tabel 1. menyajikan skor pengukuran tingkat aliansi kerja yang terbentuk dalam proses konseling *online*. Pada tabel tersebut didapati skor aliansi kerja sesi 1 hingga 7 berada di angka 51-60. Skor tersebut masuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, didapati temuan aliansi kerja yang terbangun antara konselor dan konseli dalam konseling online adalah tinggi. Sedangkan untuk hasil penurunan gangguan psikis konseli setelah diberikan perlakuan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Pengukuran Gangguan Kecemasan Matematika Subjek

Nama	Pra tes 1	Pra tes 2	Pra tes 3	Sesi 1	Sesi 2	Sesi 3	Sesi 4	Sesi 5	Sesi 6	Sesi 7	Post 1	Post 2	Post 3
Subjek 2 (Ros)	27	27	23	23	24	23	20	16	13	12	13	13	13
Kategori: Rendah= 9-12 Agak rendah = 13-17 Sedang= 18-22 Agak tinggi = 23-27 Tinggi = 28>													

Tabel 2 menyajikan skor kecemasan matematika yang dialami subjek penelitian, dari tahap pra tes hingga tahap pos tes. Berdasarkan tabel 2, didapati gambaran skor kecemasan matematika subjek yang mengalami tren penurunan sejak menerima perlakuan dari sesi 1 hingga sesi ke 7.

Tabel 3. Analisis Pengaruh Aliansi Kerja Terhadap Penurunan Kecemasan Matematika

R	R Square
.756 ^a	.572

Tabel 3 menyajikan hasil analisis pengaruh aliansi kerja terhadap penurunan kecemasan matematika. Berdasarkan tabel 3, didapati nilai R sebesar 0.756 yang berarti keeratan hubungan antara aliansi kerja masuk kategori kuat (Riduwan, 2005) dan R^2 sebesar 0.572 yang berarti aliansi kerja memberikan pengaruh sebesar 57,2% terhadap penurunan kecemasan matematika subjek. Berdasarkan hasil pada tabel 3. Didapati aliansi kerja dalam proses konseling *online* memberikan sumbangsih terhadap penurunan kecemasan matematika subjek penelitian >50%.

Merujuk kembali pada kompetensi yang harus dikuasai oleh guru BK, yang meliputi kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, kompetensi pedagogi, dan kompetensi profesional (Rini et al., 2016), maka upaya konselor mengembangkan kompetensi sosial, akan berdampak pada kualitas aliansi kerja yang terbangun saat memberikan layanan konseling, dan hal ini akan berpengaruh pada keberhasilan layanan konseling yang diberikan pada konseli.

Tidak dapat dipungkiri, bahwa kualitas aliansi kerja akan berdampak besar pada efektivitas layanan BK secara keseluruhan. Menurut Mamat (Wayan et al., 2020) program bimbingan akan berjalan dengan efektif jika didukung oleh semua pihak, termasuk konseli selaku penerima layanan. Agar hal tersebut dapat tercapai maka pembentukan aliansi kerja dalam setiap kegiatan layanan perlu dilakukan dengan cermat. Hasil meta analisis yang dilakukan oleh (Fuertes et al., 2017) menunjukkan aliansi kerja memiliki hubungan positif dengan kepatuhan pasien, kepuasan, dan hasil pemulihan pasien.

Dalam mengembangkan aliansi kerja konseling perlu mempertimbangkan beberapa

aspek, seperti: 1) Kesepakatan mengenai tujuan yang hendak dicapai; 2) Tugas yang perlu dilakukan konseli; 3) Ikatan yang terjalin dalam proses konseling (Arbor, 1979). Ketiga hal tersebut menurut Edward Bordin (Arbor, 1979) menjadi aspek-aspek yang menopang terbentuknya aliansi kerja dalam proses konseling atau psikoterapi.

Dalam pelaksanaan perlakuan yang dilakukan dalam penelitian ini, peneliti memperhatikan aspek-aspek yang dijelaskan oleh Bordin (Arbor, 1979). Peneliti mengawali perlakuan dengan membangun kesepakatan mengenai proses eksperimen atau perlakuan yang akan dilaksanakan. Kemudian peneliti menjelaskan dan membuat kesepakatan mengenai rangkaian kegiatan serta tugas yang akan dilakukan subjek penelitian selama proses eksperimen berlangsung. Selain itu, peneliti membangun ikatan terapeutik pada proses eksperimen. Pada tiap akhir sesi perlakuan, peneliti mengukur tingkat aliansi kerja yang terbangun serta tingkat kecemasan matematika yang dialami oleh subjek penelitian. Hal tersebut dijadikan evaluasi bagi peneliti dalam memberikan perlakuan pada sesi selanjutnya, dan penelitian ini menunjukkan hasil aliansi kerja selama proses perlakuan memiliki hubungan kategori kuat dengan penurunan kecemasan matematika subjek penelitian, selain itu aliansi kerja yang terbangun selama perlakuan memberikan sumbangsih pengaruh 57,2% terhadap penurunan gangguan kecemasan matematika subjek penelitian.

Hasil yang peneliti temukan dalam penelitian ini sejalan dengan hasil temuan dari beberapa penelitian terdahulu seperti: Whiston et al., (2016) yang menunjukkan bahwa dalam proses konseling karier aliansi kerja berkontribusi pada hasil akhir proses konseling yang dilakukan. Klemperer et al., (2017) melakukan penelitian yang membandingkan pengaruh mediator aliansi kerja dan empati dalam proses konseling singkat melalui telepon. Didapati aliansi kerja menjadi variabel mediator yang berperan signifikan dalam proses konseling singkat melalui telepon.

SIMPULAN

Perkembangan teknologi telah berdampak besar dalam proses layanan BK, khususnya konseling. Pelaksanaan konseling dapat dilakukan dengan cara tatap muka maupun bersemuka. Salah satu aspek penting dalam konseling yaitu aliansi kerja, memainkan peran yang penting dalam proses konseling yang dijalankan. Dengan terbentuknya aliansi kerja yang baik, akan membantu tercapainya tujuan layanan konseling yang diberikan. Dalam penelitian ini, didapati temuan aliansi kerja memiliki hubungan yang kuat dengan penurunan kecemasan matematika subjek penelitian, selain itu aliansi kerja memberikan sumbangsih yang signifikan terhadap penurunan gangguan tersebut pada subjek. Saran untuk penelitian di masa yang akan datang,

perlu dilakukan kajian lebih mendalam mengenai karakteristik unik dari aliansi kerja dalam proses konseling *online* untuk mengatasi gangguan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arbor, A. (1979). *The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance* 1. 16, 252–260.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (7 ed.). PT. Refika Aditama.
- Fuertes, J. N., Toporovsky, A., Reyes, M., & Osborne, J. B. (2017). The physician-patient working alliance: Theory, research, and future possibilities. *Patient Education and Counseling*, 100(4), 610–615. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2016.10.018>
- Helminen, S. E., Vehkalahti, M., Ketomäki, T. M., & Murtomaa, H. (1999). Dentists' selection of measures for assessment of oral health risk factors for Finnish young adults. *Acta Odontologica Scandinavica*, 57(4), 225–230. <https://doi.org/10.1080/000163599428823>
- Hopko, D. R., Mahadevan, R., Bare, R. L., & Hunt, M. K. (2003). The Abbreviated Math Anxiety Scale (AMAS): Construction, validity, and reliability. *Assessment*, 10(2), 178–182. <https://doi.org/10.1177/1073191103010002008>
- Klemperer, E. M., Hughes, J. R., Callas, P. W., & Solomon, L. J. (2017). Working alliance and empathy as mediators of brief telephone counseling for cigarette smokers who are not ready to quit. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(1), 130–135. <https://doi.org/10.1037/adb0000243>
- Mahon, M., Laux, J. M., Ritchie, M. H., Piazza, N. J., & Tiamiyu, M. F. (2015). Brief therapy at a university counseling center: Working alliance, readiness to change, and symptom severity. *Journal of College Counseling*, 18(3), 233–243. <https://doi.org/10.1002/jocc.12017>
- Munder, T., Wilmers, F., Leonhart, R., Linster, H. W., & Barth, J. (2010). Working alliance inventory-short revised (WAI-SR): Psychometric properties in outpatients and inpatients. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17(3), 231–239. <https://doi.org/10.1002/cpp.658>
- Norwood, C., Moghaddam, N. G., Malins, S., & Sabin-Farrell, R. (2018). Working alliance and outcome effectiveness in videoconferencing psychotherapy: A systematic review and noninferiority meta-analysis. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 25(6), 797–808. <https://doi.org/10.1002/cpp.2315>
- Purnomo, A. W. A., & Loekmono, J. T. (2021). *Online Counselling: Application of Cognitive Behaviour Therapy and Music Counselling to Reduce Math Anxiety Andreas Wisnu Adi Purnomo, J. T. Loekmono*. 08(1), 115–126. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/7809>
- Purnomo, A. W. A., & Loekmono, J. T. L. (2020). Hubungan religiusitas, depresi, dan kecemasan Matematika Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 121. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.6232>
- Riduwan. (2005). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula* (1 ed.). Alfabeta.
- Rini, D. S., Justitia, D., & Setiawaty, D. (2016). KOMPETENSI KEPERIBADIAN GURU BK (Survei pada Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama dan Sederajat Se-Kecamatan Citeureup). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 27. <https://doi.org/10.21009/insight.051.05>
- Sari, M. P., & Marjo, H. K. (2022). Studi Literatur Kode Etik Konseling Online. *Jurnal Paedagogy*, 9(1), 168. <https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4518>

- Wayan, J. I., Gede, E. S. W. D., & Wayan, B. P. (2020). Kompetensi sosial guru BK/konselor sekolah: Studi deskriptif di SMAN se-kota Denpasar. *Indonesian Journal of Educational Development*, 1(1), 75–81. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3760702>
- Whiston, S. C., Rossier, J., & Barón, P. M. H. (2016). The Working Alliance in Career Counseling: A Systematic Overview. *Journal of Career Assessment*, 24(4), 591–604. <https://doi.org/10.1177/1069072715615849>
- Yusuf, S. (2011). *Mental Hygiene: Terapi Psikospiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas*. (1 ed.). Maestro.