

KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN EKSISTENSIAL-HUMANISTIK UNTUK MELATIH PENYESUAIAN DIRI MELALUI RANDAI DARI MINANGKABAU [GROUP COUNSELING USING AN EXISTENTIAL-HUMANISTIC APPROACH TO DEVELOP SELF-ADJUSTMENT COMBINED WITH THE EXPRESSIVE ARTS TECHNIQUES OF RANDAI OF MINANGKABAU]

Afra Hasna

Universitas Negeri Semarang, Semarang, Jawa Tengah
afrahasna790@gmail.com

Abstract

Group counseling is a group therapeutic activity to help the counselee identify problems, find alternatives using problem-solving and decision-making, and then act. The existential-humanistic approach in group counseling aims at influencing the counselee to focus on human nature, including the ability to be self-aware, self-determined, and responsible. For clients that need help with self-adjustment, counseling can be combined with the expressive arts techniques of Randai (a folk theatre tradition of the Minangkabau ethnic group in West Sumatra). The application of Randai can be done at the working stage. Using Randai, clients can be trained to be cautious, compact, cooperative, diligent, and optimistic.

Keywords: group counseling, existential-humanistic approach, adjustment, *randai*.

Abstrak

Konseling kelompok merupakan kegiatan terapeutik berkelompok guna membantu konseli mengidentifikasi, menemukan alternatif pemecahan masalah dan pengambilan keputusan dan mewujudkannya. Pendekatan eksistensial-humanistik dalam konseling kelompok bertujuan mempengaruhi konseli berfokus pada sifat manusia mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas menentukan nasib sendiri, dan bertanggungjawab. Dalam praktik konseling dikolaborasikan dengan kegiatan randai dari Minangkabau sebagai upaya melatih penyesuaian diri. Penerapan randai dilaksanakan pada tahap kerja (working stage). Dalam randai, klien dilatih bersikap hati-hati, kompak, kerjasama, tekun dan optimis.

Kata Kunci: konseling kelompok, pendekatan eksistensial-humanistik, penyesuaian diri, randai

Pendahuluan

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, pada pasal 3 menyebutkan bahwa Layanan Bimbingan dan Konseling memiliki tujuan membantu Konseli mencapai perkembangan optimal dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, belajar, sosial, dan karir.

Setiap orang/ klien memiliki tugas perkembangannya masing-masing dan pada masa perkembangan tersebut tidak hanya dituntut untuk memenuhi kemampuan pada aspek akademis saja, tetapi juga aspek perkembangan pribadi, sosial, kematangan intelektual serta sistem nilai. Dalam aspek perkembangan sosial terjadi interaksi antara individu satu dengan individu yang lainnya yang didalamnya saling mempengaruhi antara satu dengan yang lainnya. Aspek perkembangan sosial dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah penyesuaian diri. Secara alamiah manusia telah dibekali kemampuan untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Sebagai makhluk sosial manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dan mengendalikan diri sesuai situasi di lingkungan.

Namun, pada kenyataannya tidak selamanya individu akan berhasil dalam penyesuaian diri, karena terkadang mereka mengalami rintangan-rintangan tertentu yang bersumber dalam diri (keterbatasan) maupun dari luar (lingkungan) yang dapat mempengaruhi seseorang menarik diri dan penyesuaian diri menjadi terhalang. Perilaku-perilaku individu yang memiliki penyesuaian diri yang rendah yaitu diantaranya mereka yang lebih memilih melakukan aktivitas sendiri dari pada bersama dengan teman-teman sebayanya, terdapat klien yang hanya bergaul dengan teman satu kelompoknya saja, klien yang tidak menyapa saat berpapasan dengan orang di sekitarnya, serta terdapat siswa yang pasif saat diskusi. Oleh sebab itu konselor sangat dibutuhkan dalam rangka membantu menyelesaikan permasalahan tersebut.

Kegiatan konseling sering berjalan monoton dan terpaku pada teknik tertentu. Kreatifitas seorang konselor dalam hal ini sangatlah dibutuhkan untuk menunjang efektifitas konseling. Dengan bermodalkan media yang memungkinkan, konselor bisa merancang strategi yang tepat untuk melakukan konseling, baik konseling individu maupun kelompok. Dalam keilmuan konseling pun sebenarnya telah dikenal pendekatan eklektik. Sebuah teknik pendekatan yang mengkolaborasikan beberapa teknik untuk disesuaikan dengan situasi yang sedang dihadapi. Pasalnya, masalah dan situasi di lapangan senantiasa dinamis dan tidak monoton. Teknik seperti ini dalam istilah lain disebut juga dengan *Creative Synthesis Analytic* (CSR). Tulisan ini membahas salah satu teknik dalam CSR yang menggabungkan praktik konseling kelompok yang dikolaborasikan dengan kegiatan randai dari Minangkabau sebagai upaya melatih penyesuaian diri.

Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/ konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga peserta didik/ konseli dapat mengatasi masalah. Tujuan konseling kelompok adalah memfasilitasi konseli melakukan perubahan perilaku, mengkonstruksi pikiran, mengembangkan kemampuan mengatasi situasi kehidupan, membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya dan berkomitmen untuk mewujudkan keputusan dengan penuh tanggungjawab dalam

kehidupannya dengan memanfaatkan kekuatan (situasi) kelompok. (Kemendikbud, 2016, hal. 50).

Pada pelaksanaan konseling kelompok ada beberapa langkah yang harus dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor, yaitu:

1. Pra Konseling

Pada pra konseling yang pertama dilakukan adalah pembentukan kelompok (*forming*). Anggota kelompok pada konseling kelompok terdiri dari 2-8 konseli yang memiliki masalah relatif sama.

2. Pelaksanaan Konseling

Pelaksanaan konseling kelompok dilakukan melalui tahap-tahap berikut.

- a. Tahap Awal (*beginning stage*).

Tahap ini merupakan salah satu tahap kunci yang akan mempengaruhi keberhasilan proses konseling kelompok. Jika anggota kelompok sudah saling percaya dan terbuka maka kegiatan dapat dilanjutkan pada tahap berikutnya.

- b. Tahap Transisi (*transition stage*)

Tugas utama guru bimbingan dan konseling atau konselor pada tahap ini adalah mendorong konseli dan menantang mereka untuk menangani konflik yang muncul di dalam kelompok dan menangani resistensi dan kecemasan yang muncul dalam diri konseli sendiri.

- c. Tahap kerja (*working stage*).

Kegiatan guru bimbingan dan konseling atau konselor pada tahap ini adalah mengelola dan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memfasilitasi pemecahan masalah setiap anggota kelompok.

- d. Tahap Pengakhiran (*terminating stage*)

Kegiatan guru bimbingan dan konseling atau konselor pada tahap pengakhiran (*terminating stage*) yaitu memfasilitasi

para anggota kelompok melakukan refleksi dan berbagi pengalaman tentang apa yang telah dipelajari melalui kegiatan kelompok, bagaimana melakukan perubahan, dan merencanakan serta bagaimana memanfaatkan apa-apa yang telah dipelajari.

3. Pasca Konseling Kelompok

Setelah seluruh rangkaian kegiatan konseling kelompok dilakukan, kegiatan guru bimbingan dan konseling atau konselor yaitu mengevaluasi perubahan yang dicapai dan menetapkan tindak lanjut kegiatan yang dibutuhkan secara individual jika diperlukan setiap anggota kelompok sehingga masalah konseli betul-betul terentaskan dan menyusun laporan konseling kelompok.

Terapi Eksistensial humanistik

Terapi Eksistensial humanistik adalah terapi yang sesuai dalam memberikan bantuan kepada klien. Karena teori ini mencakup pengakuan eksistensialisme terhadap kekacauan, keniscayaan, keputusan manusia kedalam dunia tempat dia bertanggung jawab atas dirinya.

Sedangkan menurut Winkel (1987), Terapi Eksistensial Humanistik adalah Konseling yang menekankan implikasi-implikasi dan falsafah hidup dalam menghayati makna kehidupan manusia di bumi ini. Konseling Eksistensial Humanistik berfokus pada situasi kehidupan manusia di alam semesta, yang mencakup tanggung jawab pribadi, kecemasan sebagai unsur dasar dalam kehidupan batin. Usaha untuk menemukan makna diri kehidupan manusia, keberadaan dalam komunikasi dengan manusia lain, kematian serta kecenderungan untuk mengembangkan dirinya semaksimal mungkin.

Pandangan tentang Manusia menurut terapi Eksistensial Humanistik

Terapi eksistensial humanistik berfokus pada kondisi manusia. Pendekatan ini terutama adalah suatu sikap yang menekankan pada pemahaman atas manusia alih-alih suatu sistem tehnik-tehnik yang digunakan untuk mempengaruhi klien. eksistensial humanistik berasumsi bahwa manusia pada dasarnya memiliki potensipotensi yang baik minimal lebih banyak baiknya dari pada buruknya. Terapi eksistensial humanistik memusatkan perhatian untuk menelaah kualitas-kualitas

insani, yakni sifat-sifat dan kemampuan khusus manusia yang terpateri pada eksistensial manusia, seperti kemampuan abstraksi, daya analisis dan sintesis, imajinasi, kreatifitas, kebebasan sikap etis dan rasa estetika.

Menurut teori dari Albert Ellis (1955) yang berhubungan dengan eksistensi manusia. Ia menyatakan bahwa manusia bukanlah makhluk yang sepenuhnya ditentukan secara biologis dan didorong oleh naluri-naluri. Ia melihat sebagai individu sebagai unik dan memiliki kekuatan untuk menghadapi keterbatasan-keterbatasan untuk merubah pandangan-pandangan dan nilai-nilai dasar dan untuk mengatasi kecenderungan-kecenderungan menolak diri-sendiri. Manusia mempunyai kesanggupan untuk mengkonfrontasikan sistem-sistem nilainya sendiri dan menindoktrinasi diri dengan keyakinan-keyakinan, gagasan-gagasan dan nilai yang berbeda, sehingga akibatnya, mereka akan bertingkah laku yang berbeda dengan cara mereka bertingkah laku dimasa lalu. Jadi karena berfikir dan bertindak sampai menjadikan dirinya bertambah, mereka bukan korban-korban pengondisian masa lalu yang positif.

Berdasar pendapat Ellis di atas, maka dapat diambil pengertian, bahwa setiap individu mempunyai kemampuan untuk merubah dirinya dari hal-hal yang diterimanya. Manusia mempunyai kesanggupan untuk mempertahankan perasaannya sendiri dan dapat memberikan ajaran kembali kepada dirinya melalui keyakinan, pendapat, dan hal-hal yang penting lainnya.

Tujuan Eksistensial humanistik

Tujuan mendasar Eksistensial humanistik adalah membantu individu menemukan nilai, makna, dan tujuan dalam hidup manusia sendiri. Juga diarahkan untuk membantu klien agar menjadi lebih sadar bahwa mereka memiliki kebebasan untuk memilih dan bertindak, dan kemudian membantu mereka membuat pilihan hidup yang memungkinkannya dapat mengaktualisasikan diri dan mencapai kehidupan yang bermakna.

Menurut Maslow (1968) landasan yang terbentuk dalam praktek konseling, yaitu:

- a. Kesadaran diri

Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, sesuatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berfikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kesadaran untuk memilih alternatif-alternatif yakni memutuskan secara bebas didalam kerangka pembatasnya adalah suatu aspek yang esensial pada manusia kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab. Para ekstensialis menekan manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya.

b. Kebebasan, tanggung jawab, dan kecemasan

Kesadaran atas kebebasan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kecemasan eksistensial bisa diakibatkan atas keterbatasannya dan atas kemungkinan yang tak terhindarkan untuk mati. Kesadaran atas kematian memiliki arti penting bagi kehidupan individu sekarang, sebab kesasaran tersebut menghadapkan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensipotensinya. Dosa ekstensial yang juga merupakan bagian kondisi manusia adalah akibat dari kegagalan individu untuk benar-benar menjadi sesuatu sesuai dengan kemampuan.

c. Penciptaan makna

Manusia itu unik dalam arti bahwa ia berusaha untuk menentukan tujuan hidup dan menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan. Menjadi manusia juga berarti menfghadapi kesendirian. Walaupun pada hakikatnya sendirian, manusia memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan sesamanya dalam suatu cara yang bermakna, sebab manusia adalah mahluk rasional. Kegagalan dalam menciptakan hubungan yang bermakna bisa menimbulkan kondisi-kondisi isolasi dipersonalisasi, alineasi, kerasingan, dan kesepian. Manusia juga berusaha untuk mengaktualkan diri yakni mengungkapkan potensi-potensi manusiawinya. Sampai tahap tertentu, jika tidak mampu mengaktualkan diri, ia bisa menjadi "sakit".

Ciri-ciri Eksistensial humanistik

Adapun ciri-ciri dari terapi Eksistensial humanistik adalah sebagai berikut:

1. Eksistensialisme bukanlah suatu aliran melainkan suatu gerakan yang memusatkan penyelidikannya manusia sebagai pribadi individual dan sebagai ada dalam dunia (tanda sambung menunjukkan ketakterpisahan antara manusia dan dunia).
2. Adanya dalil-dalil yang melandasi, yaitu
 - a. Setiap manusia unik dalam kehidupan batinnya, dalam mempersepsi dan mengevaluasi dunia, dan dalam bereaksi terhadap dunia
 - b. Manusia sebagai pribadi tidak bisa dimengerti ddalam kerangka fungsi-fungsi atau unsur-unsur yang membentuknya.
 - c. Bekerja semata-mata dalam kerangka kerja stimulus respons dan memusatkan perhatian pada fungsi-fungsi seperti penginderaan, persepsi, belajar, dorongan-dorongan, kebiasaan-kebiasaan, dan tingkah laku emosional tidak akan mampu
 - d. memberikan sumbangan yang berarti kepada pemahaman manusia
3. Berusaha melengkapi, bukan menyingkirkan dan menggantikan orientasi-orientasi yang ada dalam psikologi
4. Sasaran eksistensial adalah mengembangkan konsep yang komprehensif tentang manusia dan memahami manusia dalam keseluruhan realitas eksistensialnya, misalnya pada kesadaran, perasaan-perasaan, suasana-suasana perasaan, dan pengalaman-pengalaman pribadi individual yang berkaitan dengan keberadaan individualnya dalam dunia dan diantara sesamanya. Tujuan utamanya adalah menemukan kekuatan dasar, tema, atau tendensi dari kehidupan manusia, yang dapat dijadikan kunci kearah memahami manusia.
5. Tema-temanya adalah hubungan antar manusia, kebebasan, dan tanggung jawab, skala nilai-nilai individual, makna hidup, penderitaan, keputusan, kecemasan dan kematian.

Tujuan layanan konseling kelompok pendekatan Eksistensial humanistik

Konseling kelompok ditujukan untuk memecahkan masalah klien serta mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Prayitno (2004) menjelaskan tujuan konseling kelompok, adalah sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum kegiatan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi atau berkomunikasi seseorang sering terganggu perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan tidak terkendali serta tidak efektif.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus, konseling kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif.

Penggunaan Layanan konseling kelompok dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik dalam meningkatkan Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu perilaku yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan kita sehari-hari, baik dalam situasi lingkungan baru maupun dalam bermasyarakat. Meskipun tidak membahayakan tapi penyesuaian diri yang rendah juga dapat merugikan kehidupan kita. Agar individu dapat menyatu dan diterima dalam kelompok maka individu harus mampu menyesuaikan diri (Hurlock, 1999).

Ternyata masih ada sebagian klien yang sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Biasanya orang-orang yang memiliki penyesuaian diri rendah inisulit untuk diterima di lingkungannya karena banyak diantaranya siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah memiliki ego tinggi yang mengakibatkan mereka merasa paling benar dan secara tidak langsung mereka akan sulit untuk menerima pendapat/

masuk dari orang lain, dan juga banyak diantara mereka lebih memilih melakukan aktivitas sendiri dari pada harus bersama dengan teman-teman sebayanya. Penyesuaian diri rendah akan sangat tampak sekali pada anak-anak yang baru memasuki tempat baru dengan suasana yang baru pula. Penyesuaian diri yang rendah biasanya terjadi karena kurang dapat menerima keadaan yang ada, harga diri yang rendah (*minder*), dan kurangnya pola asuh orang tua. Oleh sebab itulah, rendahnya penyesuaian diri harus segera diatasi agar dapat menciptakan suasana yang aman dan nyaman dalam berinteraksi.

Tentunya diperlukan suatu cara untuk meningkatkan penyesuaian diri. Klien pada usia remaja, banyak ditemukan masalah yang serupa, sehingga cara yang tepat digunakan untuk meningkatkan penyesuaian diri pada siswa adalah melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok pendekatan eksistensial humanistik terdapat suatu keadaan yang membangun suasana menjadi lebih aktif dan lebih bersahabat, keadaan itu adalah dinamika kelompok. Dengan adanya dinamika kelompok itulah klien menyesuaikan diri dan memperoleh banyak keuntungan. Keuntungan itu diperoleh dengan cara klien berperan aktif dan terlibat dalam pemecahan permasalahan yang sedang dibahas dalam kelompok. Keterlibatan itu dapat dilihat dari keterlibatan klien dalam memberikan tanggapan, masukan serta ide-ide mengenai permasalahan yang dibahas. Dengan demikian di dalam layanan konseling kelompok tercipta interaksi antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya. Dengan demikian, kegiatan yang diharapkan dapat meningkatkan penyesuaian diri klien melalui layanan konseling kelompok pendekatan eksistensial humanistik.

Randai

Beragam pendapat yang dikembangkan di lingkungan masyarakat tentang asal kata dan pengertian randai. Munculnya keragaman pendapat tersebut karena tidak seorangpun agaknya yang pasti tau tentang asal dan pengertian kata itu, sehingga orang-orang mamberikan pengertian yang berbeda sesuai dengan persepsi dan interprestasinya terhadap wujud kesenian tersebut.

Beberapa pendapat yang berkembang dewasa ini tentang asal dan pengertian kata randai, antara lain dikemukakan oleh Chairul Harun yang

mengatakan bahwa randai berasal dari kata andai atau handai. Keduanya mempunyai arti berbicara dengan intim menggunakan ibarat, kias, pantun, serta petatah dan petitih. Penutur dialog dalam pertunjukan randai oleh pemain-pemainnya mengambil pengandaian atau perumpamaan kepada cerminan kehidupan dalam masyarakat (1992, hal. 72).

Pendapat lain menyatakan bahwa randai berasal dari kata rantai, melihat formasi pemain yang terbentuk dalam pertunjukannya. Waktu penampilan randai pemain-pemainnya selalu dalam posisi melingkar bagaikan merantai, satu sama lain saling berhubungan atau terkait dalam melakukan gerakan-gerakan (Achmad, et al., 1980, hal. 38).

Sumber lain mengatakan randai berasal dari bahasa Arab yaitu *rayan-li-da-l* yang sangat dekat dengan kata *da-i* ahli dakwah dari gerakan tarekat Naqsyabandiyah (Umar Kayam, 1984, hal. 57). Sehubungan dengan pendapat itu Yusuf Rahman mengatakan bahwa, kata *hep....ta...* yang dipergunakan sebagai aba-aba dalam permainan galombang randai berasal dari teknik pengaturan pernafasan untuk membangkitkan tenaga dalam pada permainan silat di lingkungan penganut aliran Naqsyabandiyah. Waktu melakukan sentakan atau tekanan pada rongga perut untuk menahan nafas, spontanitas keluar kata *hep...* apabila nafas ditahan kekuatan terhimpun dalam tubuh, waktu menghembuskan nafas sambil mengeluarkan kekuatan yang terhimpun dalam tubuh terlontar kata *ta....* Selain itu dalam aliran silat di lingkungan tarekat Naqsyabandiyah gerakan-gerakannya diberi nama sesuai dengan konfigurasi kaligrafis Arab tegak Alif, duduk Dhal, langkah Ba, dan lain sebagainya, Gerakan-gerakan galombang randai pada dasarnya bersumber pada gerakan-gerakan silat yang erat hubungannya dengan konfigurasi kaligrafis dari gerakan-gerakan ritual kaum Naqsyabandiyah tersebut (Umar Kayam, 1984, hal. 57).

Poerwadarminta (1983) antara lain mengatakan kata randai mempunyai beberapa pengertian. Pertama, randai atau merandai artinya mengarang di air, di rumput dan sebagainya. Kedua, randai bahasa Minangkabau sejenis tarian yang dilakukan oleh beberapa orang berderet melengkung, bernyanyi dan bertepuk tangan, sedangkan kata barandai dan randai kiasan terhadap bentuk berangkai berturut-turut. Pengertian kata randai tidak ada hubungannya dengan kata andai, handai dan *riyan-li-da-i* yang terdapat dalam randai yang berbentuk teater, tetapi lebih

menjurus kepada randai yang berbentuk tarian. Sehubungan dengan pengertian tersebut Mursal Esten mengutip Darwis menegaskan, randai sebelumnya adalah nama suatu bentuk seni tari Minangkabau yang gerakan-gerakannya seperti pencak silat, dimainkan oleh beberapa orang dalam formasi melingkar (1983, hal. 112).

Proses Pembentukan Randai

Unsur tari, yang berfungsi sebagai pelengkap nyanyian yang didengarkan gerak-geriknya selaras dengan alunan bunyi dan gerak tarinya diambil dari gerakan seni beladiri silat silat atau bisa disebut dengan silek di daerah Minangkabau. Unsur dendang (seni suara), dibawakan dalam setiap adegan dalam Randai, dimainkan dengan beberapa orang lakon yaitu 12 sampai 20 orang. Unsur sastra, yang berupa cerita yang dibawakan dalam randai, bersumber dari kaba atau cerita rakyat Minangkabau, disampaikan dalam bahasa Minangkabau. Cerita dalam pertunjukan randai memegang peranan penting karena cerita merupakan inti pertunjukan, sehingga unsur-unsur lain dalam pertunjukan randai menyesuaikan dengan jalan cerita yang ada. Semua gerakan randai dituntun oleh aba-aba salah seorang di antaranya, yang disebut dengan janang. Unsur kerawitan (Musik tradisional) yang melengkapi permainan randai, alat musik yang sering digunakan adalah: (Saluang, Talempong dan Pupuik batang padi).

Konsep Pengembangan dan Pembinaan Randai

Pembicaraan tentang konsep pengembangan randai pada bagian ini hanya difokuskan pada konsep pengembangan kualitas. Para pakar randai telah menyepakati bahwa randai yang berbentuk taeter rakyat Minangkabau mempunyai unsur pokok yaitu; cerita, dialog dan akting, gurindam, galombang. Keempat unsur pokok tersebut boleh dikembangkan, tetapi tidak boleh ditiadakan. Salah satu saja diantara unsur pokok tersebut ditiadakan, maka akan lahir kesenian yang tak dapat dikatakan kesenian randai lagi. Sehubungan dengan pendapat ini, maka konsep atau gagasan untuk pengembangan randai, bisa dilakukan dari pengembangan unsur pokok randai dan juga pengembangan unsur pendukung lainnya. Pengembangan cerita randai dapat dilakukan dengan cara menyusun atau mengarang cerita baru.

Ada tiga bentuk gaya sastra yang dipergunakan dalam naskah atau cerita randai. Pertama, berbentuk pantun berkait yang diistilahkan oleh sebagian masyarakat “pantun tikam jajak”. Sastra yang bergaya pantun berkait mempunyai ciri; meskipun baris pertama dan baris kedua terlihat sebagai sampiran, namun ungkapan tersebut mengandung makna yang relevan atau berhubungan dengan isi cerita. Selain itu baris pertama pada pantun berikut merupakan kelanjutan ungkapan atau ada hubungannya dengan ungkapan sastra pada baris keempat dalam pantun sebelumnya. Kedua, berbentuk pantun lepas, yaitu baris pertama dan baris kedua merupakan sampiran lepas, makna kata atau kalimatnya tidak berhubungan dengan isi cerita. Ketiga, tidak berbentuk pantun, tetapi berbentuk rangkaian kata yang mengandung makna tertentu. Gaya ini tidak terikat dengan ketentuan pantun yang bersajakan A-B A-B atau A-A bagaikan syair.

Selain dari tiga irama dendang tersebut di atas gurindam bisa mempergunakan berbagai irama dendang yang ada di lingkungan masyarakat tradisional Minangkabau, apakah dendang tersebut diambilkan dari dendang saluang/ rabab, dendang salawat dulang, dendang kesenian indang, dendang kesenian dikie, dan lain sebagainya. Dendang tersebut juga bisa dikembangkan dari aspek tempo dan melodi jika diperlukan oleh cerita randai tertentu. Akan tetapi dalam pengembangan tersebut perlu dipertahankan nuansa ketradisiannya.

Peran Permainan Dalam Bimbingan dan Konseling

Penggunaan media bermain dan *expressive arts* dapat digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan (Paisley & Young, 2006). Play media dan *expressive arts* berfungsi dalam pekerjaan seorang konselor, karena: (1) anak biasanya tidak mempunyai kemampuan verbal untuk bertanya, menolong membantu permasalahannya, bermain salah satu cara berkomunikasi dengan anak dan “*see their world*”; (2) *Expressive arts* dan play media dilihat sebagai salah satu metode membantu anak mengekspresikan perasaannya dan membangun sikap positif bagi dirinya dan temannya; (3) Strategi membangun hubungan digunakan sebagai peningkatan tingkah laku, klarifikasi perasaan; (4) Adanya keterbatasan tipe tingkah laku.

Aplikasi Permainan Randai Dalam Konseling Kelompok Untuk Melatih Penyesuaian Diri

Secara umum ada dua faktor yang menghambat seseorang untuk sulit menyesuaikan diri yaitu faktor dari dalam diri dan faktor dari luar diri. Faktor dari dalam diri antara lain sifat-sifat diri yang kurang baik seperti malas berkomunikasi, cepat bosan di tempat ramai, tidak mampu menyesuaikan diri. Sedangkan salah satu faktor dari luar adalah gangguan dari teman. Penerapan permainan tradisional randai ini dilaksanakan pada saat tahap kerja (*working stage*).

Tata Cara dalam Bermain Randai

Setelah pangka Tuo randai membawa anak randai ketengah lingkaran dipimpin oleh tukang Goreh yaitu pambalok Galombang dengan tepukan bersama sama anak randai, meminta izin dan maaf kepada ninik mamak serta sanak sanak saudara dan penonton yang hadir, salah seorang anak randai membacakan pasambahan dengan rendah hati menyatakan bahwa usia mereka “belum setahun jagung”, pengalaman sangat sedikit “darah balun satampuak pinang” Kemudian diiringi dengan Dendang dimulai dengan dendang “Dayang Daini”.

Setelah dendang pasambahan selesai Randai dibawa berdiri dengan teriakan “Hep...ta” oleh Guru Tuo Silek. Kemudian dilanjutkan dengan Gurindam pengantar beberapa bait atau dendang Simarantang yang isinya: 1) Nama kelompok randai, 2) Kampung asal Randai, tentang tokoh dan kejadian.

Setelah dendang Simarantang selesai maka Tukang Goreh membawa anak randai ketengah lingkaran dengan teriakan tepukan semua anak randai, disaat itu tokoh cerita masuk ditengah lingkaran, anak randai/ galombang duduk berjongkok. Selesai legaran

Selanjutnya kegiatan masuk pada tahap pengakhiran (*terminating stage*) dimana pemimpin konseling kelompok dan anggota membahas permainan yang sudah dilaksanakan (bagaimana perasaan anggota dalam bermain, apa kesulitannya, bagaimana cara untuk memenangkan permainan, karakter apa yang di perlukan, penerapannya dalam belajar).

Dalam permainan tradisional randai para klien dilatih untuk bersikap hati-hati, kompak, kerjasama, tekun dan optimis. Pengulangan permainan juga menjadi hal yang penting. Sebab pada dasarnya

kebiasaan adalah “Pengulangan” Jadi sebagai kesimpulan, semakin permainan ini diulangi maka kebiasaan positif akan muncul berulang-ulang yang pada akhirnya dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Semakin tumbuh dan berkembangnya kebiasaan positif dalam penyesuaian diri, akan memperkecil kemungkinan munculnya kebiasaan negatif sehingga komunikasi akan berjalan dengan efektif.

Kesimpulan

Konseling kelompok adalah layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/ konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga peserta didik/ konseli dapat mengatasi masalah. Tujuan konseling kelompok adalah memfasilitasi konseli melakukan perubahan perilaku, mengkonstruksi pikiran, mengembangkan kemampuan mengatasi situasi kehidupan, membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya dan berkomitmen untuk mewujudkan keputusan dengan penuh tanggungjawab dalam kehidupannya dengan memanfaatkan kekuatan (situasi) kelompok.

Randai merupakan kesenian khas Minangkabau berupa aksi teater atau sandiwara dengan beberapa unsur seni. Unsur seni yang terkandung dalam kesenian Randai adalah seni drama, seni suara, seni tari, seni musik tradisional, dan juga seni beladiri silat. Sumber cerita dalam Randai berasal dari kaba atau cerita rakyat dengan tema budi, pekerti, malu, susila, pendidikan dan menanamkan kesadaran berbangsa.

Secara umum ada dua faktor yang menghambat seseorang untuk sulit menyesuaikan diri yaitu faktor dari dalam diri dan faktor dari luar diri. Faktor dari dalam diri antara lain sifat-sifat diri yang kurang baik seperti malas berkomunikasi, cepat bosan di tempat ramai, tidak mampu menyesuaikan diri. Sedangkan salah satu faktor dari luar adalah gangguan dari teman. Penerapan permainan tradisional randai ini dilaksanakan pada saat tahap kerja (*working stage*).

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, A. K. (1980). *Ungkapan beberapa kesenian: teater, wayang, dan tari*. Jakarta, Indonesia: Direktorat Kesenian, Proyek Pengembangan Kesenian.
- Ellis, A. (1955). New approaches to psychotherapy techniques. *Journal of Clinical Psychology*, 11(3), 207-260.
[https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195507\)11:3<207::aid-jclp2270110302>3.0.co;2-1](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195507)11:3<207::aid-jclp2270110302>3.0.co;2-1)
- Esten, M. (1983). Indonesia dan Minangkabau: Eksistensi dalam perubahan. *Horison*, 18(2).
- Harun, C. (1992). *Kesenian randai di Minangkabau*. Jakarta, Indonesia: Proyek Pembinaan Media Kebudayaan.
- Hurlock, B. E. (1999). *Perkembangan anak jilid 2*. Jakarta, Indonesia: Erlangga.
- Kayam, U. (1984). *Semangat Indonesia: Suatu perjalanan budaya*. Jakarta, Indonesia: PT. Gramedia.
- Kemendikbud (2016). *Panduan operasional penyelenggaraan bimbingan dan konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta, Indonesia.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. New York, NY: Van Nostrand Reinhold.
- Paisley, P. O., & Young, R. E. (2007). What a school administrator needs to know about expressive arts and play media in school counseling. In C. Dykeman (Ed.), *Maximizing school guidance program effectiveness: A guide for school administrators & program directors* (pp. 105-109). CAPS Press.
- Poerwadarminta. (1983). *Kamus umum bahasa Indonesia*. Jakarta, Indonesia: Balai Pustaka.
- Prayitno, P. (2004). *Layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok*. Padang, Indonesia: Universitas Negeri Padang.
- Winkel, W. S. (1987). *Bimbingan dan praktek konseling dan psikoterapi*. Jakarta, Indonesia: PT. Gramedia.