

Evaluasi Layanan Konseling Individu dengan Teknik Terapi SEFT Berbasis Model Discrepancy di Unit Layanan Bimbingan dan Konseling (ULBK)

Oleh: Diana Septi Purnama, Mitta Kurniasari, Budi Astuti

ABSTRAK

Layanan bimbingan dan konseling adalah upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam membantu memecahkan masalahnya secara mandiri. Penelitian ini menggunakan model evaluasi *discrepancy* untuk mengevaluasi konseling individu yang dilakukan oleh konselor di Unit Layanan Bimbingan dan Konseling. Konseling individu bermakna konseling yang diselenggarakan oleh konselor kepada konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi. Konseling individu berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dan konseli yang membahas berbagai masalah yang dialami. Sesuai dengan fungsinya layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu konseli dalam menyelesaikan masalahnya baik masalah internal maupun eksternal. Unit Layanan Bimbingan dan Konseling (ULBK) UNY menjadi salah satu unit yang melakukan konseling individual untuk mahasiswa. Salah satu pendekatan yang dipakai dalam memberikan konseling individu adalah pendekatan teknik terapi SEFT. Untuk melihat keberhasilan layanan konseling individual yang dilakukan oleh ULBK perlu dilakukan evaluasi. Evaluasi yang dilakukan dengan menggunakan model *discrepancy*. Hasil penelitian menunjukkan ada perubahan kondisi pikiran dan perasaan yang lebih baik setelah mendapatkan layanan konseling individu. Hasil tersebut membuktikan bahwa terapi SEFT efektif untuk membantu dalam menyelesaikan masalah. Penelitian ini dapat memberikan masukan dan rekomendasi bagi Lembaga konseling dan psikologi yang memiliki peran yang sama dengan ULBK untuk dapat menggunakan terapi yang sama.

Kata Kunci: *evaluasi, konseling individu, model discrepancy, terapi seft*