

# Penguatan Pemahaman Ekspresi Budaya dalam Proses Konseling

Masnurrima Heriansyah  
[Masnurrima@fkip.unmul.ac.id](mailto:Masnurrima@fkip.unmul.ac.id)  
Universitas Mulawarman

## ABSTRACT

*Proses konseling merupakan pertemuan antara konselor dan konseli yang memiliki latar belakang budaya berbeda. Pemahaman terhadap latar belakang budaya konseli menjadi hal yang mutlak di miliki oleh konselor. Latar belakang budaya terlihat dari ekspresi budaya yang di tunjukan oleh konseli. Ekspresi budaya yang ditunjukan oleh konseli meliputi komunikasi verbal dan bahasa non-verbal. Penguatan pemahaman terhadap ekspresi budaya perlu di tingkatkan dalam mewujudkan proses konseling yang optimal. Ekspresi budaya meliputi proxemics, kinesics, chronemics, paralanguage, silence, haptics, clothing and physical appearance, olfactics dan oculesics.*

Kata kunci: ekspresi budaya, konseling.

*Published by Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia, 27-29 April 2019*

## PENDAHULUAN

Konseling merupakan proses pertemuan antara konselor dan konseli yang memiliki latar belakang budaya yang berbeda. Konselor sebagai individu yang memberikan bantuan kepada konseli harus memahami budaya yang di tampilkan oleh konseli. Hawkins (2012) mengatakan bahwa budaya adalah suatu kompleks yang meliputi pengetahuan, keyakinan, seni, moral, adat-istiadat serta kemampuan dan kebiasaan lain yang dimiliki manusia sebagai bagian masyarakat. Kompleksitas pemahaman terhadap budaya harus menjadi perhatian bagi konselor karena akan berpengaruh terhadap proses konseling. Konseling pada hakikatnya adalah sebuah hubungan (Gibson dan Mitchell, 2011). Dalam membangun sebuah hubungan konseling, konselor harus mampu memahami dirinya sendiri dan orang lain yaitu konseli.

Pemahaman paling utama dalam diri individu adalah pemahaman terhadap budayanya, karena individu dalam proses berpikir, perasaan dan tindakan dipengaruhi oleh budaya mereka. Oleh sebab itu di Indonesia konseling yang dilaksanakan adalah konseling multibudaya. Konselor di Indonesia harus mempunyai wawasan dan pemahaman terhadap budaya konseli sehingga layanan konseling yang diberikan dapat terlaksana dengan efektif dan tidak menimbulkan penolakan

atau kesalahpahaman. Menurut Supriadi (2001) perilaku budaya yang terlibat dalam relasi konseling mempengaruhi efektivitas konseling.

Keanekaragaman budaya di Indonesia merupakan bagian unik dan budaya dalam konteksnya tidak hanya dipandang sebagai sebuah tradisi tetapi lebih luas dari itu yaitu keseluruhan diri individu merupakan budaya, sehingga untuk bisa memahami individu harus diperlukan pemahaman budayanya. Konseling sebagai sebuah proses banyak melibatkan unsur budaya di dalamnya khususnya berkaitan dengan komunikasi verbal maupun non-verbal.

Komunikasi verbal di ekspresikan melalui kata dan bahasa sedang komunikasi non-verbal di ekspresikan melalui gerak tubuh, ekspresi wajah, nada suara, penggunaan sentuhan, makna diam, cara berpakaian dan sebagainya. Menurut Gibson dan Mitchell (2011) komunikasi verbal sebagai *the processes of exchanging meaning though the of words* dan bahasa non-verbal sebagai *the process of exchanging meaning througgh all means that are not verbal*.

Komunikasi verbal maupun non-verbal di dalam proses konseling digunakan untuk melakukan interaksi konseling dan di dalam komunikasi verbal dan non-verbal terdapat muatan budaya. Konselor ketika melakukan konseling lebih banyak terfokus kepada komunikasi verbal dan kurang begitu memperhatikan ekspresi non

verbal. Padahal konteks ekspresi non-verbal lebih banyak bermuatan budaya di dalamnya dan pemahaman terhadap muatan budaya konseli berpengaruh terhadap proses konseling. Menurut freedman (Supriadi, 2001) pemahaman terhadap bahasa non-verbal dalam proses konseling bisa menjadi kesalahan komunikasi atau justru memperlancar dalam prosesnya.

Penguatan terhadap ekspresi budaya khususnya bahasa non-verbal harus ditingkatkan oleh konselor karena Indonesia memiliki beranekaragam budaya yang banyak sekali dan setiap daerah memiliki ke khasannya. Penguatan ekspresi budaya dapat memberikan khasanah bagi konselor terhadap setiap kata ataupun tindakan yang dilakukan dalam proses konseling. Selain itu penguatan ekspresi budaya akan memberikan bingkai pelaksanaan konseling karena konselor Indonesia adalah konselor multibudaya.

Permasalahan terjadi dalam proses konseling banyak melibatkan unsur budaya seperti pemahaman terhadap nada suara seorang konseli, makna memberikan penguatan dengan sentuhan, gerak tubuh ketika konseling serta makna diam dari seorang konseli. Permasalahan ini dapat di minimalisir dengan memperkuat pemahaman dan wawasan konselor tentang ekspresi budaya yang di miliki masing-masing daerah khususnya terhadap daerah konselor di tempatkan atau bekerja.

Oleh sebab itu berdasarkan dari konsep dan permasalahan, artikel ini mengangkat judul penguatan pemahaman ekspresi budaya dalam proses konseling. Sehingga layanan konseling yang diberikan dapat secara efektif diterapkan dalam membantu penyelesaian masalah konseli.

## **PEMBAHASAN**

### **Ekspresi Budaya**

Ekspresi budaya dalam proses konseling melekat pada ungkapan yang disampaikan melalui pikiran, perasaan dan tindakan. Proses yang diungkapkan oleh seorang konseli memiliki nilai-nilai budaya yang melekat di dalam identitas dirinya. Sedangkan budaya menurut Liliweri (2004) merupakan pandangan hidup dari sekelompok orang dalam bentuk perilaku, kepercayaan, nilai, dan symbol-simbol yang mereka terima tanpa sadar yang semuanya diwariskan melalui proses komunikasi dari satu generasi ke generasi berikutnya. Sedangkan menurut Ihromi (2006) budaya adalah seluruh cara kehidupan dari masyarakat yang mana pun dan tidak hanya mengenai sebagian dari cara

hidup itu yaitu bagian yang oleh masyarakat dianggap lebih tinggi atau lebih diinginkan.

Sehingga ekspresi budaya merupakan ungkapan mengenai pandangan hidup seseorang yang terimplementasi dari ucapan, perasaan dan perilaku yang ditampilkan dan merupakan keunikan serta kekhasan individu tersebut.

### **Ekspresi Budaya dalam Konseling**

Konseling merupakan proses membantu seorang individu (konseli) yang memiliki masalah dan menemukan solusi dari masalahnya tersebut. Konseling menurut Walgito (2005) adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara, dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Prayitno dan Amti (2007) menjelaskan bahwa konseling sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Oleh sebab itu konseling adalah proses membantu yang melibatkan komunikasi. Dalam komunikasi melekat ekspresi budaya di dalamnya baik secara verbal maupun non-verbal.

### *Komunikasi Verbal sebagai Ekspresi Budaya*

Muhammad (2009) menjelaskan bahwa komunikasi verbal adalah komunikasi yang menggunakan simbol-simbol atau kata-kata, baik secara lisan maupun tertulis. Dalam ekspresi budaya komunikasi verbal banyak di implementasikan dalam kata-kata atau lisan. Konselor dalam proses konseling harus memahami bahasa yang dimiliki konseli sehingga kata-kata yang di dengar oleh konselor bisa di respon dan kata-kata yang dikeluarkan oleh konselor bisa di pahami.

Komunikasi setiap individu memiliki perbedaan dan ke khasannya masing-masing sehingga diperlukan penguatan keterampilan-keterampilan komunikasi untuk melakukan pendekatan. Pendekatan komunikasi verbal diperlukan karena pesan dan umpak balik yang sampaikan oleh konselor harus sesuai dengan kondisi konseli. Komunikasi verbal membantu pemahaman konselor terhadap pengelolaan interkaksi seperti dalam memberikan perhatian, motivasi dan mendengarkan.

Selain itu pemahaman dalam komunikasi verbal membantu konselor dalam melakukan proses empati sehingga dapat memberikan bahasa

yang tepat dalam penyampaian. Ekspresi budaya dalam komunikasi verbal juga membantu penyusunan kata-kata yang tepat dalam konseling sehingga dapat mempengaruhi kondisi konseli. Perubahan pada diri konseli dapat dilakukan salah satunya melalui kata-kata yang tepat.

Menurut Chen (Adhiputra, 2013) di dalam komunikasi terdapat empat pendekatan yang harus di pahami yaitu 1) Kekuatan pribadi, 2) Keterampilan-keterampilan komunikasi, 3) Penyesuaian psikologis dan 4) Kesadaran budaya. Pemahaman terhadap ekspresi budaya komunikasi verbal menjadi hal yang mutlak harus dimiliki oleh konselor untuk dapat menggunakan kata-kata dan bahasa dalam proses konseling sehingga konseling dapat berjalan secara optimal.

#### *Komunikasi Non-verbal sebagai Ekspresi Budaya*

Muatan yang pengaruhnya begitu besar dalam proses konseling selain komunikasi verbal adalah komunikasi non-verbal. Komunikasi non-verbal merupakan komunikasi yang di dalamnya banyak di ekspresikan dalam bentuk gerak tubuh contohnya 1) Apabila tidak percaya dengan sesuatu individu akan menggerakkan alis ke atas, 2) Mengerakan tubuh kekanan atau kekiri ketika sudah merasa kebosanan atau ketidak nyamanan 3) Memegang dahi kalau lupa. Hal tersebut tanpa disadari banyak di pengaruhi oleh muatan budaya didalamnya.

Menurut Adhiputra (2013) pesan non-verbal dalam suatu budaya akan diperlihatkan saling berhubungan dengan faktor budaya antara lain: 1) Perilaku non-verbal sebagai isyarat, 2) Komunikasi non-verbal sebagai komunikasi intensional, 3) Mengetahui budaya melalui pesan non-verbal, 4) Misinterpretasi non-verbal sebagai rintangan, 5) Kode-kode non-verbal, 6) Perspektif budaya interkultural, 7) Mengenal budaya melalui bahasa.

Dalam proses konseling perilaku non-verbal sebagai suatu isyarat terlihat dari ekspresi individu ketika melakukan sesuatu seperti memberikan senyuman, kerut dahi bahkan makna diamnya. Selain itu non-verbal memberikan kode-kode pesan dan apabila tidak dipahami akan menjadi rintangan atau kendala seperti: 1) *Proxemics* adalah cara kita menggunakan ruang tertentu dan ruang pribadi contohnya masalah kasta di India, di Perancis antrian yang lebih dulu di layani, 2) *Kinesics* adalah perilaku seperti petunjuk, gerakan tubuh, ekspresi muka dan kontak mata, 3) *Chronemics* adalah bagaimana kita merasa dan menggunakan waktu, 4) *Paralanguage* adalah mengacu pada bunyi, bersiul

dan unsur-unsur lain yang diproduksi oleh mulut dan suara, 5) *Silence* adalah dapat digunakan untuk mengkomunikasikan arti yang berbeda sering tergantung budaya, 6) *Haptics* adalah komunikasi melalui sentuhan. 7) *Clothing and physical appearance* adalah sungguh-sungguh dapat mengkomunikasikan arti, 8) *Olfactics* adalah komunikasi untuk pembauan. 9) *Oculusics* adalah komunikasi dengan menggunakan mata.

Komunikasi non-verbal memberikan banyak variatif pemahaman dalam memahami budaya individu. Dalam konteks konseling lintas budaya merupakan pemahaman awal bagi konselor sehingga dapat melakukan proses konseling dengan tepat dan tanpa kendala.

#### **Implementasi Penguatan Ekspresi Budaya dalam Proses Konseling**

Pelaksanaan proses konseling melibatkan komunikasi yang sangat unik dan merupakan alat utama dalam melakukan proses konseling. Komunikasi dilakukan oleh konselor meliputi komunikasi verbal dan non-verbal. Komunikasi verbal adalah penguasaan kata-kata dan bahasa sedangkan komunikasi non-verbal adalah pemahaman terhadap ekspresi gerak tubuh, muka, badan, suara, arti diam dan cara berpakaian.

Pemahaman terhadap komunikasi verbal dan non-verbal mutlak harus dikuasai oleh konselor sehingga dapat melakukan proses konseling dengan efektif dan tanpa kendala. Komunikasi verbal dan non-verbal banyak di pengaruhi unsur budaya di dalamnya dan individu (konseli) akan mengekspresikan budaya itu dalam kehidupannya.

Oleh sebab itu konselor dalam proses konseling harus mampu menguatkan pemahaman budaya dalam aktivitas konseling seperti proses pertemuan awal dalam menciptakan *rapport* sudah ada unsur budaya di dalamnya contohnya menentukan tempat duduk, dalam budaya Indonesia duduk berhadapan langsung sangat membuat kekakuan dan lebih nyaman kalau duduk bersampingan, makna sentuhan harus di pertimbangkan bagi konselor, banyak individu yang berbeda jenis kelamin tidak nyaman untuk di sentuh misalnya dalam bersalaman maupun penguatan-penguatan yang positif yang melibatkan sentuhan. Selain itu ucapan yang di sampaikan oleh konseli harus di lihat dari mana individu itu berasal agar tidak terjadi komunikasi yang salah.

Dalam proses *attending* yang melibatkan kontak mata dan gestur tubuh konselor harus memahami bagaimana kontak mata dan gestur

tubuh yang tepat ketika berhadapan dengan konseli, tidak semua konseli merasa nyaman di tatap terlalu lama dan kadang-kadang menimbulkan ketakutan serta pemahaman konselor terhadap gestur tubuh seperti memegang dahi, menggelengkan kepala dan menggerakkan badan harus menjadi perhatian.

Nada suara di setiap daerah memiliki tingkat berbeda-beda ada yang lembut dan ada yang keras. makna lembut dan keras harus di pahami secara komprehensif sebagai sebuah ekspresi. Selain itu konselor juga memahami makna diam dalam proses konseling, karena makna diam memiliki interpretasi berbeda, apakah makna diam merupakan bentuk persetujuan atau penolakan terhadap sesuatu yang disampaikan atau diinginkan. Oleh sebab itu ketika melakukan proses konseling, konselor harus memahami budaya konseli dimana dia berada agar konseling yang dilakukan dapat berjalan efektif dan tidak terjadi bias budaya.

#### **PENUTUP**

Ekspresi budaya dalam konseling terimplementasi dalam proses komunikasi konseling. Penguatan pemahaman dalam ekspresi budaya harus dilakukan oleh konselor. Ekspresi budaya meliputi komunikasi verbal dan non-verbal yang di dalamnya memiliki muatan budaya yang di ekspresikan melalui kata-kata, bahasa, gerak tubuh, nada suara, makna diam, sentuhan fisik dan cara berpakaian dan berpenampilan. Efektif atau tidaknya layanan konseling tergantung bagaimana memahami ekspresi budaya dari individu.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adhiputra, A.A.N. (2013). *Konseling Lintas Budaya*. Bandung: Graha Ilmu
- Gibson, R.L dan Mitchell, M.H. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hawkins, P. (2012). *Creating a Coaching Culture*. New York: Bell and Bain Ltd.
- Ihromi, T.O. (2006). *Pokok-Pokok Antropologi Budaya*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Liliweri, A. (2004). *Dasar-dasar Komunikasi Antar Budaya*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta
- Muhammad, A. (2009). *Komunikasi Organisasi*. Jakarta: Bumi Aksara
- Prayitno dan Amti, E. (2007). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriadi, D. (2001). *Konseling Lintas Budaya: Isu-Isu dan Relevansinya di Indonesia*. Bandung: UPI.
- Walgito, B. (2005). *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*. Yogyakarta: Andi Offset.