

**MERAMU MODEL KONSELING TRAUMATIS
TERINTEGRASI YANG MANJUR
Prof. Dr. Mochamad Nursalim, M.Si.**

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Yang saya hormati:

Rektor Universitas Negeri Surabaya

Ketua, Sekretaris dan Anggota Senat Akademik Universitas Negeri Surabaya,

Ketua, Sekretaris, dan Anggota Wali Amanah Universitas Negeri Surabaya,

Wakil Rektor selingkung Universitas Negeri Surabaya

Ketua, Sekretaris dan Anggota Komisi Guru Besar Universitas Negeri Surabaya

Dekan dan Direktur Selingkung Universitas Negeri Surabaya

Wakil Dekan dan Wakil Direktur Selingkung Universitas Negeri Surabaya

Ketua Lembaga dan Kepala Badan Selingkung Universitas Negeri Surabaya

Para Dosen, Mahasiswa, dan Tenaga Kependidikan Universitas Negeri Surabaya

Para Undangan dan Hadirin yang mulia.

Alhamdulillah-Robbilalamien

Saya bersyukur kehadirat Allah Subhanahu Wa-Ta'ala karena saya telah diberi-Nya kenikmatan dan rizki yang melimpah, keluarga yang baik dan menyenangkan, bekerja pada Perguruan Tinggi kebanggaan dengan *tagline* "Unesa satu langkah di Depan", pemimpin-pemimpin dan teman-kerja yang baik hati dan selalu menyemangati; teman-teman belajar yaitu para mahasiswa yang sukses. Terlebih, saya telah diberi oleh Allah Subhanahu Wa-Ta'ala jabatan fungsional tertinggi Guru Besar dengan angka kredit sebesar 1.070,60 yang pada hari ini dalam proses pengukuhan.

Pada hari yang mulia ini, saya bersyukur dan sangat berbahagia dapat berbicara di depan para guru besar, para pakar, dan para tamu terhormat. Sebagai seorang konselor, saya sangat menyadari betapa pentingnya peran konseling bagi perkembangan individu. Konseling bukan hanya membantu individu untuk mengatasi masalah, tetapi

juga membantu mereka untuk memahami diri mereka sendiri, membangun rasa percaya diri, dan membantu mereka untuk mencapai potensi yang sebenarnya.

Oleh karena itu, saya sangat bersyukur dan bangga bisa menjadi bagian dari kelompok para pakar konseling. Saya bertekad untuk terus meningkatkan kualitas layanan konseling saya, dan juga memperluas wawasan dan pemahaman saya akan bidang ini.

Sebagai guru besar, saya juga bertekad untuk membantu memajukan bidang konseling. Saya akan berusaha untuk meningkatkan kualitas pendidikan konseling, mempromosikan hasil penelitian terbaru dalam bidang konseling, dan juga membantu untuk memperluas akses layanan konseling bagi masyarakat luas. Serta meningkatkan *income generating* Unesa melalui layanan konseling yang profesional.

Dengan semua ini, saya berharap dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi bidang konseling dan masyarakat secara umum. Saya berharap dapat bekerja sama dengan para guru besar dan pakar lain dalam bidang ini untuk memajukan konseling sebagai profesi dan memberikan layanan yang terbaik bagi masyarakat.

Hadirin yang saya hormati

Perkenankan saya menyajikan tulisan yang merupakan *best practice* pelaksanaan konseling yang saya lakukan dengan judul “Meramu Model Konseling Traumatis Terintegrasi yang Manjur”. Konseling traumatis terintegrasi ini dinamakan konseling SESCOB (*Spiritual Ego State Cognitive Behavioral*). Konseling SESCOB adalah sebuah pendekatan konseling yang menggabungkan tiga konsep utama yaitu spiritualitas, *ego state*, dan *cognitive behavioral*. Pendekatan ini mengasumsikan bahwa individu memiliki beberapa *ego state* yang berbeda yang masing-masing mempengaruhi perilaku, pikiran, dan emosi seseorang. Selain itu, SESCOB juga mempertimbangkan dimensi spiritual dan kepercayaan seseorang dalam mengatasi masalah dan tantangan hidup.

Dalam konseling SESCOB, konselor bekerja dengan klien untuk mengidentifikasi *ego state* yang berkontribusi pada masalah atau konflik yang dialami. Selanjutnya, konselor dan klien bekerja sama untuk memperkuat *ego state* yang lebih positif dan membantu klien untuk mengelola *ego state* yang negatif.

Pendekatan SESCIB juga mendorong klien untuk mempertimbangkan dimensi spiritual dalam hidup mereka dan memanfaatkan keyakinan dan nilai-nilai mereka untuk mengatasi masalah dan tantangan. Konselor SESCIB juga menggunakan teknik kognitif-behavioral untuk membantu klien mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat.

Latar Belakang Pengembangan Konseling Traumatis Integratif SESCIB (*Spiritual Ego State Cognitive Behavioral*)

Jauh sebelum menyelesaikan S3 sekitar tahun 2019, penulis berangan-angan dapat menemukan dan melaksanakan proses konseling yang efektif dan efisien serta manjur untuk membantu menangani masalah konseli/klien. Setelah pencarian yang cukup panjang, melalui pengkajian berbagai literatur, mulai menggali, mengkaji, merangkai, berlatih. Maka pilihan penulis tertarik mempraktekkan konseling integratif secara ringkas/*Brief Integrative Counseling*.

Pilihan penulis menggunakan pendekatan eklektik dan integratif dipicu oleh kegagalan dalam membantu konseli ketika hanya menggunakan satu teori tunggal untuk menyelesaikan masalah konseli. Dalam faktanya, tidak ada satu teori tunggal yang cukup komprehensif untuk menjelaskan kompleksitas perilaku manusia, termasuk di dalamnya kesulitan atau permasalahan konseli. Apa yang menjadi alasan bagi pengembangan pendekatan eklektik dan integratif tampak masuk akal khususnya jika kita menyadari bahwa masalah konseli dapat bervariasi menurut berbagai dimensi dan latar belakangnya, seperti: pemicu munculnya masalah, kedalaman masalah, tipe konseli, budaya, etnis, kepribadian, jenis kelamin, usia dan taraf perkembangan, sistem sosial, dsb. Konseling seharusnya memperhatikan variasi dari aspek yang ada pada setiap konseli yang pada dasarnya unik. Namun pada kenyataannya setiap teori konseling selalu memiliki keterbatasan, bahkan termasuk di dalamnya konseling yang dirancang di era *postmodern*. Karena tidak ada satu teori yang memiliki kebenaran mutlak, dan karena tidak ada satu metode konseling yang selalu efektif untuk menangani berbagai macam populasi dan masalah konseli, maka para ahli dan praktisi menembus batas teori dan mengembangkan pendekatan eklektik atau integratif (Kelly, 1988, 1991; Lazarus, 1966, Corey, 2015).

Setelah mempraktekkan *Integrative brief counseling* dengan banyak klien, pada akhirnya penulis menemukan formula yang memiliki kemanjuran (*efficacy*) yang handal. Berbagai masalah telah berhasil dipecahkan melalui *integrative brief counseling* mulai dari adiksi (kecanduan), *school refusal* (mogok sekolah), *vaginismus*, kecemasan, traumatik, phobia, depresi, indigo, *empowerment*, *sibling rivalry*, sakit getah bening, sakit asam lambung, korban *bullying*, *panic attack*, PTSD, penyintas covid-19 dan sebagainya. Yang menarik, saat masyarakat tahu kemanjuran konseling integratif, banyak konseli yang datang ke tempat praktek dengan berbagai masalah, bahkan masalah sering kesurupan, kerasukan jin, korban pesugihan dan hal-hal yang berbau mistis. Tentu penulis tidak akan menangani masalah, di luar kewenangan dan keahlian penulis.

Ketika melakukan praktek konseling, penulis sering berhadapan dengan masalah yang berat, yang pelik, yang membutuhkan curahan emosi dan tenaga untuk membantu memecahkan permasalahan konseli. Sering kali masalah yang disodorkan oleh konseli sesuatu yang baru dan unik, seperti skenario dalam sinetron televisi, penulis tersadar bahwa itu semua sebagai cara Allah menaikkan level penulis menjadi *helper* dan konselor profesional. Prosesnya tentu saja tidak mudah, kadang-kadang berat dan menegangkan, tetapi Allah ingin melihat bagaimana cara kami memandang persoalan itu, bagaimana kami mengkaji masalah tersebut dan bagaimana kami berusaha sekuat tenaga membantu mencari pemecahan masalah.

Berbagai masalah konseli yang dalam kategori berat dan dalam yang disodorkan kepada penulis, akan menjadi wahana yang luar biasa untuk terus belajar, dan sebenarnya penulis sedang diminta untuk memantaskan diri menjadi individu yang layak menangani masalah dan menjadi konselor yang profesional. Di sinilah sebenarnya penulis diminta untuk selalu ingat pada pencipta, memohon pengampunan, mawas diri, ikhlas, optimis, tawakkal, pasrah dan sabar. Penulis percaya bahwa Allah telah menyiapkan sebuah skenario yang terbaik, bahwa dibalik kesulitan itu pasti ada kemudahan.

Untuk mengkontruksi dan mempraktekkan *Integrative brief counseling*, penulis telah membekali diri baik secara akademik yaitu dengan mengikuti kuliah di S1 bimbingan dan Konseling di IKIP Negeri Surabaya, S2 Psikologi UGM dan S3 Bimbingan dan Konseling UM, serta berbagai pelatihan diantaranya pelatihan teori konseling *Person Center*, konseling kognitif behavioral, pelatihan

konseling postmodern, pelatihan hipnoterapy, pelatihan NLP, pelatihan sertifikasi tes psikologi dan sebagainya. Selain itu, penulis juga mengkaji berbagai literatur untuk memperkaya wawasan tentang masalah konseling dan psikoterapi. Hasil kajian oleh penulis ditindaklanjuti dengan penelitian penerapan kombinasi strategi konseling untuk membantu mengatasi permasalahan konseli, diantaranya kombinasi *Cognitive Restructuring dan Desensitization Systematic*, kombinasi *Modeling dan Desensitization Systematic*, kombinasi *Ego State Therapy (EST) and Systemic Desensitization (SD)*.

Penulis juga telah berusaha menuangkan gagasan yang berkaitan dengan konseling melalui buku yang berjudul; Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling, Ketrampilan Dasar Konseling, Asesmen Masalah dalam Konseling, Strategi dan Intervensi Konseling, Konseling Traumatis, Pengembangan Profesi Bimbingan Konseling, serta Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling, Strategi Konseling dari berbagai orientasi teoritik, Resiliensi Workbook, Konseling Integratif Intervensi terhadap Korban *Bullying*.

Tentu banyak yang bertanya apa itu *Integrative brief counseling*? *Integrative brief counseling* merupakan suatu proses konseling yang memadukan berbagai pendekatan dalam konseling diantaranya Psikoanalisa, *cognitive behavioral*, *gestalt*, spiritual, *postmodern* dan sebagainya, yang bertujuan menangani permasalahan konseli secara komprehensif dan mempercepat proses pemecahan suatu masalah, serta meningkatkan kemanjuran intervensi konseling. Tujuan utama dari pengembangan *Integrative brief counseling* adalah mengkonstruksi peristiwa masa lalu secara lebih positif, dan mengajari memberanikan diri menghadapi masa kini dan masa yang akan datang, yang terbingkai dalam spiritualitas.

Ditinjau dari keilmuan konseling dan psikoterapi, walaupun jenis konseling ini termasuk singkat dan ringkas, namun konseling ini telah memenuhi langkah-langkah konseling pada umumnya yaitu dimulai dengan pembinaan hubungan, asesmen pemasalahan, perumusan tujuan konseling, pemilihan dan penerapan strategi konseling, monitoring perubahan perilaku konseli dan terminasi. Yang menarik, pada konseling ini ada tahap berdoa dan berserah diri pada tuhan. Bila dibandingkan dengan dengan pendekatan konseling yang telah mapan seperti psikoanalisa yang membutuhkan 24 – 36 sesi pertemuan atau *cognitive behavioral* yang membutuhkan 12 – 16 sesi konseling, tentu *Integrative brief counseling* sangat efisien

dalam segi waktu dan menarik untuk dipelajari dan dipraktekkan lebih lanjut. Untuk tingkat kemanjurannya juga sangat andal, dan perlu penelitian lebih lanjut kemanjuran *Integrative brief counseling* ini dibandingkan pendekatan konseling yang lain.

Perjalanan dan pengalaman penulis dalam mengkontruksi dan mempraktekkan konseling integratif yang singkat, ini diinspirasi oleh beberapa ahli diantaranya Paul Wachtel (1990) yang telah melakukan penggabungan secara integratif antara pendekatan psikodinamik dan pendekatan perilaku, tokoh lainnya adalah Emmerson (2003) yang telah mengembangkan ego state konseling yang manjur untuk menangani trauma. Sementara itu konseling integratif ini dapat digunakan untuk memecahkan berbagai permasalahan konseli.

Peramuan model konseling ini mengadopsi model peramuan digunakan oleh Mappiare dalam meramu model konseling berbasis budaya (Mappiare, 2017) digunakan patokan “5-R” yaitu cara praktik “merumuskan-ulang” atau *Reformulating*, mengerangka-ulang atau *Reframing*, menamai-ulang atau *Relabeling*, dalam posisi peninjau-ulang atau *Revisionist*, dan pembaharu atau *Reconstructionist*.

Untuk meramu model konseling ini, sebagaimana dilakukan oleh para ahli konseling eklektik dan lainnya dengan cara meramu dalam bentuk suatu akronim, yang oleh Charles D. Bortle (2013) mengistilahkan cara seperti ini sebagai “mnemonic acronym”. Dalam konseling atau terapi, sejak lama tersohor akronim “BASIC-ID” ~ akronim dari *Behavior, Affection, Sensation, Imagery, Cognition, Interpersonal Relationships, Drugs/Died* ~ dari Multimodal oleh Arnold Lazarus, sehingga dikutip dalam banyak sumber konseling (Cormier, dan Cormier, 1985: Osipow, Walsh, dan Tosi, 1984). Pada bagian lain, Gerard Egan menawarkan akronim “SOLER” sebagai proses menunjukkan perhatian secara pisik, suatu *microskills* untuk menjadi “the Skilled Helper”. SOLER berarti *face the client Squarely, adopt an Open, Lean towards the other (client), maintain good Eye contact, try to be relatively Relaxed* (Egan, 1984).

Landasan Pengembangan Konseling Integratif SESCOB

Pengembangan konseling SESCOB secara utuh dilandasi oleh landasan filosofis. Menurut Suriasumantri (1999) menyatakan bahwa landasan filosofis meliputi landasan *ontologis*, landasan *epistemologis*, dan landasan *aksiologis*. Landasan *ontologis* bisa digunakan untuk merunut spesifikasi obyek atau hakekat apa yang dikaji, landasan *epistemologis* digunakan untuk merunut prosedur,

cara, dan sarana yang mesti dipakai untuk mendapatkan pengetahuan yang benar, serta landasan aksiologis bisa digunakan untuk merunut keterkaitan nilai kegunaan suatu ilmu dan juga relasinya dengan masalah tanggung jawab moral.

Dilihat dari landasan *ontologis*, konseling SESCOB memiliki obyek kajian, baik obyek kajian materialnya ataupun obyek formalnya. Obyek material konseling SESCOB berkaitan dengan apa yang menjadi sasaran atau bidang kajian, sedangkan obyek formalnya berkaitan dengan sudut pandang yang digunakan dalam melihat bidang kajiannya tersebut. Berdasarkan landasan *ontologis* tersebut dapat dikatakan bahwa bidang kajian atau obyek material konseling SESCOB yaitu manusia khususnya seseorang yang pernah mengalami peristiwa traumatis, yang pada akhirnya mengalami PTSD/ *Post Traumatic Stress Disorder*.

Sedangkan obyek formal konseling SESCOB berupa kegiatan pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada seseorang yang mengalami masalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis agar ia mampu merekonstruksi peristiwa masa lalu secara lebih positif dan membangkitkan keberanian konseli menghadapi kenyataan saat ini dan yang akan datang secara lebih adaptif, dalam bingkai spiritual.

Bila dirunut obyek material konseling integratif SESCOB ini dilandasi oleh integrasi tiga pendekatan yaitu pendekatan psikodinamik dan *cognitive behavioral*, dan spiritual. Psikodinamik yang termasuk dalam kategori kognitif afektif ini berpendapat bahwa di dalam membantu konseli mengembangkan gagasan dan konsep baru – atau dengan kata lain wawasan (*insight*) – tentang diri dan situasi yang dialaminya. Sudut pandang yang digunakan untuk memahami kepribadian ialah bahwa setiap individu memiliki cerita dan riwayat tentang dirinya, kehidupannya, dan hubungan yang dialaminya, dimana riwayat itu menjadi pusat dari seluruh pengalaman dan penafsiran individu terhadap peristiwa yang dialaminya. Sigmund Freud memandang bahwa kepribadian manusia mengandung tiga sub sistem utama, yaitu id, ego dan superego. Id berorientasi pada tujuan-tujuan pengurangan ketegangan untuk mengembalikan organisme pada keseimbangan. Super ego ialah sistem yang merefleksikan sanksi moral masyarakat. Ego adalah sub sistem kepribadian yang rasional, yang menjadi pengendali antara tuntutan Id yang instinktif dan tuntutan superego. Dengan kata lain ego bersifat rasional serta menjalankan fungsi-fungsi kognitif dan

penyesuaian di dalam menyelesaikan konflik, mengatasi kecemasan dan mengembangkan kepribadian.

Konsep tentang ego ini yang selanjutnya dikembangkan oleh para *neofreudianisme*. Orang yang pertama kali memperkenalkan istilah ego state adalah Paul Federn, seorang psikoterapis yang belajar psikoanalisis langsung pada Sigmund Freud (Barabasz, dkk., 2011). Federn berpendapat bahwa kepribadian seseorang terdiri dari bagian-bagian (*parts*) dan disebut *ego state*. Ketika individu melakukan dan merasakannya, maka ini disebut dengan *ego identity*. Eloardo Weiss (Barabasz, dkk., 2011) yang merupakan murid dari Federn mendalami konsep *ego state* dalam kepribadian. Tetapi baik Federn maupun Weiss tidak menggunakan konsep *ego state* dalam proses terapinya dan masih menggunakan psikoanalisis dalam melakukan konseling dan terapi. Seorang psikolog berkebangsaan Amerika yang bernama Jhon G. Watkins yang belajar psikoanalisis dari Weiss mengembangkan konsep *ego state* menjadi lebih mudah dipahami. Watkins menggunakan konsep *ego state* dalam terapi dan melakukan eksperimen dengan menggunakan bagian kepribadian (*subpersonality*) yang bermasalah dan berhasil membantu korban-korban trauma perang dunia kedua. Pada tahun 1970, J.G. Watkins dan H. H. Watkins mengembangkan konseling *ego state*. Konseling *ego state* beranggapan bahwa *ego state* merupakan bagian dari kepribadian yang memiliki kondisi perasaan yang setara, logika, keterampilan dan terus berkembang (Hartman & Zimberoff, 2003). Pelaksanaan konseling *ego state* dengan cara menemukan *ego state* yang terluka (*vaded*) akibat trauma kemudian mencari *ego state* lain yang dapat menenangkan atau membantunya sehingga menjadi lebih produktif dan saling melindungi (Watkins & Watkins, 1997; Emmerson, 2003; Forgas & Knipe, 2008).

Agar proses konseling dapat secara komprehensif dan tuntas dalam membantu konseli bermasalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis, maka proses konseling dan psikoterapi tidak cukup hanya konseli mendapat *insight* terhadap diri dan yang dialami, serta *ego state* yang terluka dapat menjadi tenang, perlu ada upaya membekali konseli dengan kemampuan menciptakan makna tentang gejala, situasi, dan peristiwa dalam hidup mereka, serta keyakinan tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia. Dilanjutkan dengan membekali konseli dengan keterampilan membuat respon terhadap lingkungan supaya konseli lebih adaptif. Konsep yang terakhir tersebut dimiliki oleh pendekatan *cognitive-behavior*.

Untuk itu selain konseling *ego state*, Pendekatan ini juga mengintegrasikannya dengan pendekatan *cognitive-behavior*. Pendekatan *cognitive-behavior* memandang manusia bukan hanya dibentuk tetapi juga pembentuk lingkungannya. Mereka mengakui keterlibatan proses-proses kognitif dan pemaknaan subyektif dalam menjembatani efek peristiwa stimulus pada perilaku/respon, dan memberikan kebebasan pada konseli untuk mengambil tanggung jawab bagi perilakunya sendiri. Mereka memegang asumsi bahwa, jika konseli diberikan keterampilan untuk untuk mengubah diri, maka mereka akan memiliki kemampuan untuk meningkatkan hidup mereka sendiri dengan cara mengubah satu atau lebih faktor-faktor yang mempengaruhi perilakunya. Dapat dikatakan, kecenderungan terakhir dalam *cognitive-behavior* diarahkan pada pengembangan prosedur yang secara aktual dapat memberikan kontrol dan keterampilan pada konseli dan dengan demikian meningkatkan kebebasan konseli untuk membuat pilihan, khususnya pilihan untuk membuat respon terhadap lingkungan.

Melalui model konseling ini dirumuskan perilaku spesifik yang ingin diubah menjadi tujuan konseling, selain menggunakan kekuatan *ego* untuk mendamaikan *ego* yang lain, konseling ini juga mendefinisikan respon-respon yang hendak dikembangkan dengan disertai prosedur pengembangan yang jelas. Dalam perkembangan selanjutnya, penulis meyakini bahwa perubahan terapeutik yang terjadi yaitu kesembuhan dan perkembangan dirinya difasilitasi oleh keyakinan akan petunjuk dan cinta kasih-Nya (Yusuf, 2007:27). Saat keyakinan ini muncul, penulis belajar dan berikhtiar, mencari dan mencari, serta pada akhirnya menemukan doa yang sejalan dan mendukung proses konseling dan dapat menambah keyakinan konselor dan konseli, serta keluarga konseli.

Berdasarkan kajian aspek *ontologis* di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling integratif SESCOB merupakan kegiatan pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada konseli yang mengalami masalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis, agar ia mampu merekonstruksi peristiwa masa lalu secara lebih positif dan membangkitkan keberanian menghadapi kenyataan saat ini dan yang akan datang secara lebih adaptif, dalam bingkai spiritual.

Dilihat dari landasan *Epistimologis*, Pengembangan konseling SESCOB ini didasarkan pada:

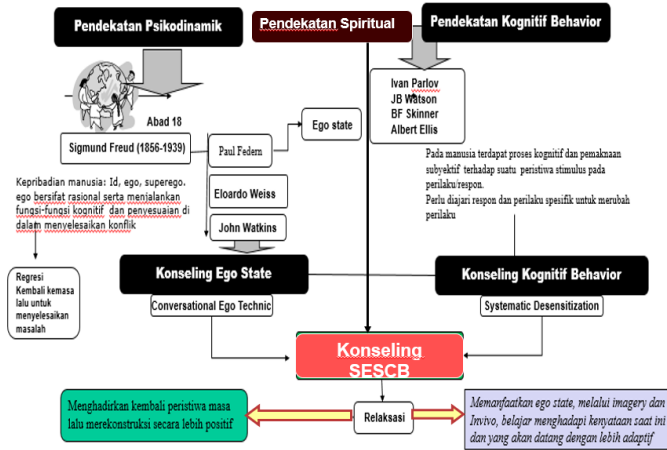
- a. Penelusuran terhadap bahan rujukan dan hasil penelitian, hal ini dilakukan agar model konseling yang dikembangkan manjur dan efektif untuk membantu konseli bermasalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis. Atas dasar kondisi tersebut di atas dilakukan penelusuran terhadap berbagai literatur mengenai intervensi yang manjur dan efektif dalam menangani permasalahan konseli. Hasil penelusuran tersebut menemukan bahwa intervensi yang manjur dan efektif, biasanya menggabungkan dua strategi yang esensial, misalnya desensitisasi sistematis dan manajemen kontingensi, atau desensitisasi dengan teknik yang lain misalnya, *in vivo exposure, social skills training, the therapeutic contract, contingency management, and coping skills* (Bragado, 2006; Coronado, 2000; Espada & Méndez, 2002; Méndez & Macia, 1998; Inglés, dkk, 2015). Berdasarkan hasil kajian di atas, dikembangkan suatu intervensi konseling terhadap masalah konseli yang dipicu oleh trauma, dengan memadukan tiga intervensi yaitu konseling *ego state*, konseling *cognitive behavioral* dan konseling spiritual. Pengintegrasian tiga jenis intervensi ini, pernah dilakukan oleh para ahli terdahulu diantaranya adalah Konseling perilaku-psikodinamik integratif merupakan penggabungan secara integratif antara pendekatan psikodinamik dan pendekatan perilaku. Model ini dikembangkan oleh Paul Wachtel (1977, 1987, 1990). Wachtel telah mengidentifikasi beberapa kesamaan atau kecocokan antara teori psikodinamik dengan teori perilaku dan memiliki keyakinan bahwa integrasi dari kedua teori tersebut akan memberikan suatu modalitas perlakuan yang sangat berdaya guna (*powerful*), alih-alih jika masing-masing teori digunakan secara sendiri-sendiri. Tokoh yang lain, Iglesias (2013), telah melakukan penelitian model penggabungan hipnosis dengan desensitisasi sistematis untuk mengurangi fobia spesifik, Ventis (2001) telah menggabungkan antara desensitisasi sistematis dan humor untuk mengurangi ketakutan, Poorgholami & Fatehi (2014), meneliti kombinasi dari desensitisasi sistematis dan *Study-Skills Training* untuk mengurangi kecemasan pada ujian, Rajiah (2014) yang mengkombinasikan antara strategi *psychoeducation* and desensitisasi sistematis untuk mengurangi kecemasan pada tes. Pengkombinasian ini mengikuti pola pengkombinasian yang telah

dilakukan oleh Ventis, W. L. (2001) telah menggabungkan antara desensitisasi sistematis dan humor, model kombinasi yang dilakukan Ventis, mirip dengan yang dilakukan oleh Iglesias yaitu humor dijadikan bagian menyatu dari desensitisasi sistematis. Unsur yang dikombinasikan pada konseling SESCOB meliputi; tahap konseling, asesmen masalah, strategi konseling. Unsur yang penting dalam pengkombinasian ini adalah pengkombinasian dalam strategi atau teknik konseling. Ada dua strategi utama yang dikombinasikan yaitu strategi konseling *Conversational Ego Technic* dan *Systematic Desensitization*. Dua strategi konseling ini memiliki satu cara yang sama yang merupakan bagian dari dua strategi tersebut. Cara tersebut adalah relaksasi yang dalam. Melalui relaksasi kedua elemen utama dari strategi tersebut dapat dipadukan. Sementara itu, konseling Spiritual, membingkai secara keseluruhan terhadap pelaksanaan konseling yang dilakukan. Berdasarkan pengintegrasian tiga intervensi yaitu konseling *ego state*, konseling *cognitive behavioral* dan konseling spiritual, diperoleh jenis intervensi konseling baru yang disebut SESCOB.

- b. Metode konsepsi ilmu/pengetahuan atau model dan (perilaku) manusia dengan gaya postmodern, yang pada dasarnya bersifat kritik, diadopsi dalam meramu model konseling SESCOB. Upaya meramu model konseling SESCOB ini adalah wujud praksis Postmodern yang konstruksionis. Sebagaimana metode konsepsi ilmu yang digunakan Mappiare (2011) dalam mengembangkan konseling KIPAS, maka metode konsepsi ilmu yang digunakan dalam mengembangkan SESCOB digunakan patokan “5-R” yaitu cara praktik “merumuskan-ulang” atau *Reformulating*, mengerangka-ulang atau *Reframing*, menamai-ulang atau *Relabeling*, dalam posisi peninjau-ulang atau *Revisionist*, dan pembaharu atau *Reconstructionist* (Mappiare, 2017).
- c. Sementara metode yang digunakan dalam menemukan fakta, istilah, konsep, dan proposisi untuk meramu model konseling ini adalah *heuristik*, *heuristic*, dari bahasa Yunani “*heuriskein*” berarti mencari-temukan sendiri, *self discoveries* dan melibatkan proses-proses diri (Moustakas, 1994). Pada dasarnya, Riset *Heuristik* menyangkut pemaduan perjalanan hidup pribadi, testimoni (pengakuan) dan analisis (McLeod, 2003). Subjek terteliti sekaligus peneliti dapat melaporkan pengalaman pribadi~berbentuk testimoni ~ pengalaman riil atau ‘*confessional tales*’, pengalaman reflektif kesan pribadi atau ‘*impressionist tales*’,

ataupun pengalaman dengan narasi kritik atau '*critical tales*' (Vanderstoep, dan Johnston, 2009). Pada praktek konseling yang dilakukan oleh peneliti, peneliti membantu konseli bermasalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis dengan menggunakan tiga intervensi konseling dari tiga pendekatan yang berbeda, yaitu konseling *ego state* yang berasal dari pendekatan psikodinamis dan konseling *cognitive behavioral* serta konseling spiritual. Berdasarkan kajian terhadap testimoni, pengalaman riil dan pengalaman reflektif kesan pribadi, maka tersusunlah model konseling SESCOB, yang diharapkan secara praktis dapat digunakan oleh konselor sekolah dalam membantu konseli bermasalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis. Dilihat dari landasan aksiologis, nilai kegunaan konseling SESCOB memberikan bantuan kepada seorang konseli yang bermasalah agar dapat terselesaikan masalahnya, sehingga konseli dapat berkembang secara optimal. Secara khusus bantuan diberikan kepada konseli yang memiliki pengalaman traumatis yang mengganggu kehidupannya. Melalui bantuan tersebut diharapkan konseli mampu menghilangkan bayangan traumatis, merekonstruksi *ego state* yang terluka dapat kembali pulih, tenang, meningkatkan pemaafan, produktif, menginterpretasikan peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya dengan cara yang lebih rasional dan adaptif, serta membentuk perilaku yang lebih adaptif dengan menerapkan prinsip-prinsip belajar atau pembiasaan. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dan utuh di bawah ini disajikan alur berfikir pengembangan konseling SESCOB pada Gambar 1.

Alur Berfikir Pengembangan Konseling SESC



Gambar 1. Alur berfikir Pengembangan konseling SESC

Tahap-tahap Konseling SESC

Berdasarkan kajian yang mendalam terhadap hasil-hasil penelitian sebelumnya didapati dua intervensi konseling yang manjur menyelesaikan berbagai masalah yaitu *Konseling Spiritual Ego State Cognitive Behavioral* (Barabasz, 2013; Corey, 2015; Erford, 2015). Pengembangan intervensi konseling ini dimaksudkan untuk membantu menyelesaikan permasalahan konseli secara komprehensif. Pada satu sisi konseli perlu dibantu mengatasi trauma yang pernah dialami, dan di sisi yang lain konseli dilatih dan dibangkitkan keberanian untuk mengatasi rasa takut terhadap stimulus yang terkait peristiwa traumatis baik melalui imajiner maupun secara *in vivo*.

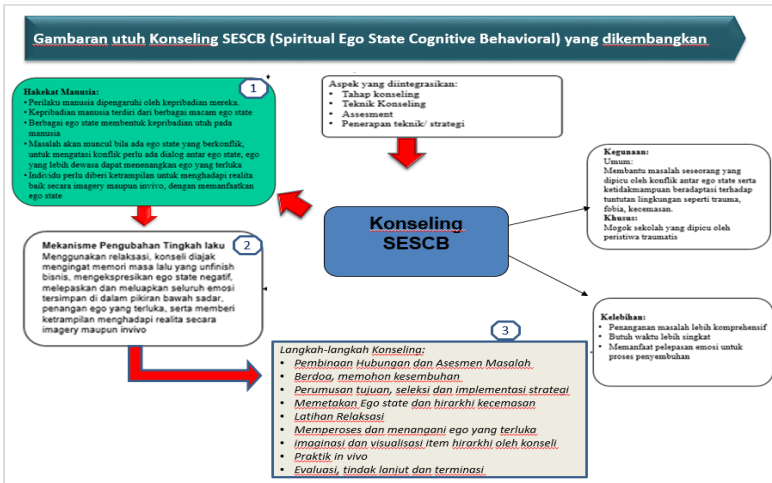
Pada intinya, konseling SESC sebagai intervensi konseling yang berusaha mengkontruksi secara positif kenangan traumatis dan meningkatkan keberanian konseli menghadapi realita saat ini dan yang akan datang. Langkah-langkah pelaksanaan konseling SESC ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Langkah-langkah konseling SESCOB

TAHAP/ LANGKAH	ISI KEGIATAN
Langkah 1 : Pembinaan Hubungan (<i>Rapport</i>) dan Asesmen Masalah	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor melakukan kegiatan diantaranya adalah membangun suatu iklim konseling yang kondusif, menggunakan ketrampilan <i>attending</i> dan <i>active listening</i> dan memberi gambaran yang tepat tentang konseling yang saat ini dilaksanakan. 2) Konseli mulai mengkomunikasikan permasalahan yang dihadapi kepada konselor, sementara konselor menampilkan perilaku pendampingan dengan menggunakan ketrampilan dasar konseling diantaranya adalah paraprasi, klarifikasi, refleksi perasaan, probe dan sebagainya
Langkah 2: Mengajak konseli berdoa bersama	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor bersama konseli merumuskan doa yang dipanjatkan pada tuhan, inti dari doa ini adalah memohon pada tuhan supaya konseli diberi ilmu yang bermanfaat, rizki yang melimpah, dan kesembuhan dari berbagai macam penyakit, serta memohon keberkahan hidup.
Langkah 3: Perumusan tujuan, Implementasi strategi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor bersama konseli merumuskan tujuan yang ingin dicapai. Bila konseli belum bisa merumuskan tujuan dengan baik, konselor membantu merumuskan tujuan. 2) Konselor memberi penjelasan alasan (<i>rasional</i>) penggunaan strategi 3) Serta konselor memberi penjelasan singkat tentang strategi.
Langkah 4: Memetakan <i>ego state</i> dan penyusunan hirarkhi kecemasan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor memberi kesempatan kepada konseli untuk memetakan <i>ego state</i>. 2) Konselor memberi kesempatan konseli untuk memberi nama <i>ego state</i> yang terluka, contohnya; konseli memberi nama “si penakut dan si pemarah”. 3) Konselor membantu / meminta konseli untuk menjelaskan fungsi <i>ego state</i> 4) Konselor bersama konseli memetakan <i>ego</i> yang lebih dewasa yang mampu memberi nasehat dan memberi solusi pada <i>ego</i> yang terluka. conth nasehatnya “ jangan takut, tenanglah, semua ada jalan keluarnya”. 5) Konseli bersama konselor menyusun hirarkhi kecemasan.
Langkah 5: Latihan relaksasi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor telah menyiapkan perangkat yang mendukung latihan relaksasi yaitu musik instrumental serta suasana ruang yang memadai. 2) Konselor bersama konseli mengidentifikasi suasana menyenangkan yang membuat relaks. 3) Konselor melatih konseli melakukan latihan relaksasi otot, relaksasi kesadaran indra dan relaksasi mendalam.

TAHAP/ LANGKAH	ISI KEGIATAN
Langkah 6: Memproses dan menangani <i>ego</i> yang terluka	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor meminta konseli untuk melakukan relaksasi. 2) Konselor meminta konseli untuk mengekspresi ego state yang memunculkan pengalaman traumatis (mengalami kembali kejadian traumatis masa lalu. 3) Konselor membantu / meminta konseli untuk melakukan pelepasan dari ego state negatif yang masih melekat. Serta meminta konseli memaafkan masa lalu. 4) Konselor membantu / meminta konseli memanggil ego state yang lebih dewasa (mature) dan mau mengasuh (nurturing) ego state yang terluka.
Langkah 7: imajinasi dan visualisasi item hirarkhi oleh konseli	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor meminta konseli untuk melakukan relaksasi 2) Konselor mengintruksikan pada konseli untuk memberikan tanda (dapat) dengan menunjukkan jari , jika ia masih merasa tegang/ cemas. 3) Konselor memperlihatkan item /adegan pertama pada hirarkhi dan meminta konseli membayangkan adegan tersebut selama lima sampai sepuluh detik dan kemudian menghentikannya. 4) Konselor dengan segera mengarahkan perhatian konseli pada perasaan relaksasi yang dialami. Untuk memperkuat perasaan relaksasi tersebut konselor meminta konseli untuk memvisualisasikan adegan kendali atau memanggil ego yang dapat memberi nasehat atau memberi solusi pada ego yang cemas.
Langkah 8: Praktik in vivo	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor menginstruksikan konseli untuk mempraktekkan relaksasi untuk setiap item hirarkhi yang telah berhasil ia berhasil ia atasi dalam situasi sebenarnya di lapangan
Langkah 9: Evaluasi dan terminasi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Konselor menilai proses konseling melalui laporan dari konseli sendiri, observasi konselor, dan laporan dari pihak lain. 2) Konselor menghentikan program bantuan

Gambaran utuh konseling SESCOB (Spiritual Ego State Cognitive Behavioral) yang dikembangkan ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Gambaran utuh konseling SESC (*Spiritual Ego State Cognitive Behavioral*) yang dikembangkan

Memanfaatkan Teknik-Teknik Konseling SESC untuk Self-Healing.

Healing berasal dari bahasa Inggris yang jika diartikan menurut kamus besar bahasa Inggris terjemahan Indonesia mengacu pada arti penyembuhan. Lingkup penyembuhan dari kata healing sendiri sebenarnya cukup besar. Arti healing juga dapat dikaitkan dengan penyembuhan jiwa, perasaan, batin, maupun pikiran. Oleh karena itu, muncul istilah self healing atau jika diartikan adalah penyembuhan diri.

Self healing ialah sebuah proses penyembuhan luka batin yang bisa mengganggu kondisi emosi, kognisi dan perilaku seseorang. Tak bisa dipungkiri jika setiap orang memiliki sebuah luka, salah satunya adalah luka batin. Proses terjadinya luka batin ini bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti perasaan gagal melakukan sesuatu atau meraih sesuatu. Selain itu, luka batin pada diri seseorang sebenarnya memiliki jangkauan waktu yang berbeda-beda bagi setiap orang yang mengalaminya. Secara umum, luka batin bisa saja terjadi dalam kurun waktu yang cukup lama. Meski begitu, ada beberapa cara untuk menyembuhkan luka batin ini.

Sangat penting bagi tiap individu memiliki kemampuan *self healing*, agar ia resilien dalam menghadapi kenyataan hidup. Hal ini dikarenakan sering kali kenyataan hidup tidak sesuai dengan

keinginan, bahkan menyakitkan hati. Sakit hati, luka batin, “luka tak berdarah”, “njanget” akan berakibat munculnya kerugian psikologis, isolasi sosial, kerugian finansial, mobilitas berkurang, self-censorship yang berlebihan, mengalami ketakutan, kecemasan, depresi, menarik diri dari kehidupan publik. menarik diri dari kehidupan keluarga dan teman, hingga mencoba bunuh diri.

Sebelum munculnya berbagai akibat dari luka batin, seseorang dapat melakukan *self healing*. Tiap individu punya potensi melakukan *self healing*. Kemampuan *self healing* seseorang akan berpengaruh pada tingkat resiliensinya.

Teknik-teknik yang ada pada konseling integratif yang telah dipaparkan di depan, akan mempermudah seseorang melakukan *self healing*. Beberapa teknik itu diantaranya; Relaksasi, *conversation ego state*, pemaafan, berdoa dan memohon sehat wal afiat dan kesembuhan. Di bawah ini diuraikan teknik-teknik pada konseling integratif SESCOB yang dapat digunakan untuk self healing.

1) Relaksasi Mendalam

Adalah teknik yang dapat membuat pikiran dan tubuh menjadi rileks melalui pengaturan cara bernafas, pengendoran diri secara fisik dan psikis, yang disertai pengucapan kata sugestif secara ritmis dan kepasrahan kepada tuhan yang maha kuasa. Pada teknik relaksasi ada kegiatan inspirasi panjang (menghirup udara secara mendalam) dan fase ekspirasi (menghembuskan udara). Inspirasi panjang, nantinya akan menstimulasi secara perlahan-lahan reseptor regang paru.

Keadaan ini memberikan sinyal yang kemudian dikirim ke *medulla oblongata* yang akan memberikan informasi tentang peningkatan aliran darah. Informasi ini akan diteruskan ke batang otak, akibatnya saraf *parasympathic* mengalami peningkatan aktivitas dan saraf *sympathic* mengalami penurunan aktivitas pada *chemoreceptor*. Perasaan rileks akan diteruskan ke *hipotalamus* untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) dan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) mengaktifkan *anterior pituitary* untuk mensekresi *encephalin* dan *endorphin* yang berperan sebagai *neurotransmitter* yang mempengaruhi suasana hati sehingga menjadi rileks dan senang.

Di samping itu, pada *anterior pituitary* sekresi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH) menurun, kemudian *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH) mengontrol *adrenal cortex* untuk mengendalikan sekresi kortisol. Menurunnya kadar

Adrenocorticotrophic Hormone (ACTH) dan kortisol menyebabkan stres dan ketegangan menurun.

Langkah-langkah relaksasi adalah sebagai berikut. (1) Ambil posisi yang dirasakan paling nyaman. (2) Kendurkan otot-otot serileks mungkin, mulai dari kaki, betis, paha, perut, dan lanjutkan ke semua otot tubuh. Tangan dan lengan diulurkan kemudian lemaskan dan biarkan terkulai wajar. Usahakan agar tetap rileks. (3) Mulai dengan bernapas yang lambat dan wajar, ambil nafas dari hidung dan keluarkan lewat mulut, (4) Pejamkan mata secara perlahan, Katakan dalam hati “ hai mata aku ikhlas kau terpejam, hai tubuh aku ikhlas kau beristirahat, semakin rileks, semakin tenang. Pada saat menarik napas disertai dengan mengucapkan kalimat sesuai keyakinan dan pilihan pasien di dalam hati dan setelah mengeluarkan napas, ucapkan kembali kalimat sesuai keyakinan dan pilihan anda di dalam hati. Sambil terus melakukan langkah nomor 5 ini, lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah. (5) Teruskan selama 10 menit, bila sudah selesai bukalah mata perlahan-lahan.

2) Teknik *Conversation ego*

Ego state merupakan sebuah sistem perilaku, pengalaman dan kepribadian yang terorganisir terdiri dari bagian-bagian (parts) terpisah yang saling terhubung. Ego State saling berkomunikasi satu dengan yang lain. Bila ada ego state yang terluka (vaded) akibat sesuatu peristiwa, ego state lain akan menenangkan atau membantunya sehingga menjadi lebih produktif dan saling melindungi. Sebaliknya bila ego yang lain tak mampu menenangkan maka akan timbul berbagai penyakit psikis dan fisik.

3) Pemaafan

Pemaafan juga adalah proses melepaskan rasa nyeri, kemarahan, dan dendam yang disebabkan oleh pelaku, disertai dengan rasa tulus ikhlas dan berusaha menggantikan dengan hal-hal yang positif, serta memperlakukan orang yang menyakitinya dengan penuh kasih sayang.

Pemaafan bermanfaat meningkatkan ketahanan dan kesehatan fisik, menjadikan hidup lebih tenang, tidak mudah marah, tersinggung dan membangun hubungan baik dengan orang lain.

4) Doa

Merupakan kegiatan memohon kepada Allah/ Tuhan Yang Maha Kuasa terhadap sesuatu hal. Keberserahan diri dan keikhlasan

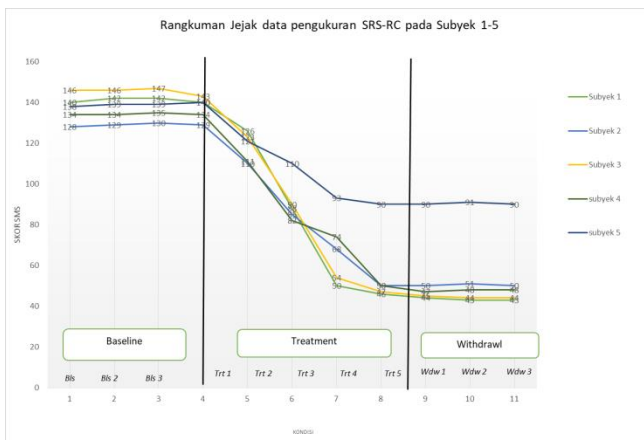
mempengaruhi terkabul atau tidaknya doa yang kita panjatkan. Kita harus meyakini bahwa doa merupakan bentuk kebutuhan kepada Allah. Setiap pemanjatan doa harus disertai dengan keyakinan bahwa doa tersebut akan dikabulkan oleh Allah. Doa yang sering dipanjatkan bila seseorang menghadapi masalah adalah sebagai berikut “ Ya, Allah. Berilah aku ilmu yang bermanfaat, rizqi yang melimpah dan kesembuhan dari berbagai penyakit”.

Kemajuan Konseling Integratif SESCOB (*Spiritual Ego State Cognitive Behavioral*).

Setelah tersusun model konseling SESCOB, maka dilakukan intervensi terhadap konseli yang bermasalah, terutama konseli yang memiliki masalah yang dipicu oleh pengalaman traumatis. Di bawah ini di bahas beberapa *base evidence* kemajuan SESCOB untuk membantu memecahkan masalah konseli.

1. Kemajuan Konseling SESCOB (*Spiritual Ego State Cognitive Behavioral*) untuk menangani mogok sekolah (*school refusal*) kronis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling SESCOB dapat menurunkan skor mogok sekolah secara signifikan seperti yang ditunjukkan pada Gambar 3.



Gambar 3. Rangkuman Jejak Data Subyek 1 sampai subyek 5 dengan menggunakan instrumen SRS-RC

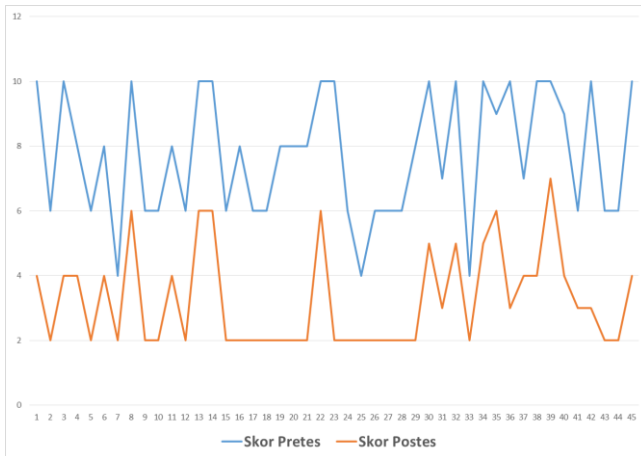
Berdasarkan Gambar 3, secara visual, menunjukkan bahwa kelima subyek pada saat pengukuran baseline terlihat stabil tinggi, setelah diberi intervensi dengan menggunakan konseling SESCOB menunjukkan tren skor menurun, skor menurun mulai tampak pada pengukuran treatment 1 dan berlanjut turun pada treatment selanjutnya. Penurunan secara signifikan terjadi setelah treatment yang kelima, dan skor ini relatif stabil sampai withdrawal yang ketiga. Hal ini juga menunjukkan bahwa terjadi perubahan yang signifikan dari waktu ke waktu selama treatment, menunjukkan penurunan yang signifikan penurunan perilaku mogok sekolah. Pada subyek 5 menunjukkan penurunan skor, namun masih membutuhkan penanganan lebih lanjut karena agar terjadi penurunan skor lebih rendah lagi.

Hasil intervensi terhadap siswa yang mogok sekolah dengan menggunakan konseling SESCOB, diuji dengan menggunakan statistic *Non Parametric The Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test*. Berdasarkan perhitungan diketahui bahwa tanda Negatif (-) berjumlah 5 yang bertindak sebagai N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel binomial dengan ketentuan $N = 5$ dan $x = 0$ (z), maka diperoleh p (kemungkinan harga di bawah $H_0 = 0,0313$). Bila dalam ketentuan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga $0,0313 < 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga hipotesis yang berbunyi ada perbedaan antara skor pretes mogok sekolah dengan skor postes mogok sekolah dapat diterima. Dilihat dari rerata pretes sebesar 137,2 dan rerata postes sebesar 55, serta rerata selisih antara pretes dan postes sebesar 82,2, maka dapat disimpulkan terdapat penurunan yang signifikan pada perilaku mogok sekolah siswa setelah diberi konseling SESCOB.

2. Menguji keefektifan konseling SESCOB untuk mengurangi Stres Pascatrauma (PTSD) pada penyintas bencana gempa dan likuifaksi di Sigi dan Donggala, Palu, Sulawesi Tengah.

Berdasarkan data yang saya kumpulkan terhadap 45 orang (yang terdiri satu kelas di Donggala dan satu di Sigi), terdapat 89% peserta yang mengalami trauma terhadap peristiwa gempa, tsunami dan likuifaksi, menurut responden trauma pada bencana tersebut muncul dalam bentuk perilaku seperti ketakutan mendengar suara gemuruh,

ketakutan mendengar suara truk dan pesawat yang lewat, ketakutan pada suara yang datang tiba-tiba, seperti ketakutan pada suara kucing atau tikus di plafon rumah. Responden yang lain juga menuturkan bahwa mereka takut pada gempa susulan, takut masuk rumah, takut masuk kamar mandi, bahkan kalau masuk ke rumah atau kamar mandi menggunakan helm, takut saat menjelang magrib karena kejadian gempa dan liquifaksi pada saat menjelang maghrib, dan suasana mendung dan suara halilintar. Ada juga yang mengatakan bahwa mereka takut tidur di spring bed apalagi kalau berdua, seolah seperti terjadi gempa. Beberapa orang mengaku mereka belum bisa menerima kenyataan ini karena mereka menyaksikan anaknya meninggal tertimpa pilar rumah yang roboh dan menyaksikan rumahnya yang pindah tempat karena peristiwa liquifaksi. Sementara peserta yang lain, sekitar 11% mengalami trauma pada peristiwa yang lain diantaranya trauma pada kompor gas, trauma pada ayam, trauma pada alat pengukur tensi, trauma pada darah dan sebagainya, dan trauma tersebut semakin parah setelah terjadinya gempa dan liquifaksi.



Gambar 4. Skor pretes dan postes peserta setelah mendapat konseling SESCOB

Berdasarkan Gambar 4, menunjukkan bahwa ke 45 peserta mengalami penurunan skor trauma setelah mendapat konseling SESCOB, penurunan itu bervariasi terdapat 49% peserta yang mengalami penurunan sebesar 4 poin, 20% peserta mengalami penurunan sebesar 6 poin, 9 % peserta mengalami penurunan 5 poin

dan 3 poin, 7% peserta mengalami penurunan sebesar 2 poin serta 2% peserta yang mengalami penurunan skor sebesar 8 poin.

Hasil di atas menunjukkan bahwa konseling SESCOB yang diberikan pada konseli, efektif menurunkan tingkat trauma pada penyintas gempa dan liquifaksi di Sigi dan Donggala. Semoga model konseling SESCOB yang saya kembangkan ini, bermanfaat dalam menurunkan stres pascatrauma (PTSD) pada penyintas bencana di tempat yang lain. Aamiin.

3. Menguji keefektifan konseling SESCOB untuk mengurangi stres pascatrauma dan meningkatkan sikap optimisme pada penyintas Covid-19

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efikasi konseling Integratif dalam menurunkan PTSD pada penyintas covid-19. Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen dengan desain *pretest-posttest control group design*. Subyek penelitian ini adalah 40 orang penyintas covid-19.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling SESCOB untuk Menurunkan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) dan Meningkatkan Optimisme pada Penyintas Covid-19. Rancangan penelitian ini adalah pendekatan eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. digunakan IES-R (*The Impact of Even Scale-Revised*) untuk mengukur derajat PTSD dan skala *Life Orientation Test-Revised* (LOT-R) untuk mengukur optimisme. Data dianalisis anava satu jalur.

Berdasarkan analisis data dan diskusi disimpulkan 1) terdapat perbedaan tingkat PTSD secara sangat signifikan antara kelompok subyek yang diberi konseling CB, konseling ES, konseling SESCOB, dan kelompok kontrol. Juga ditemukan bahwa konseling CB, konseling ES, konseling Integratif SESCOB, lebih dapat menurunkan PTSD dari pada kelompok kontrol, 2) konseling Integratif SESCOB lebih efektif di banding konseling CB, dan konseling ES serta kelompok kontrol dalam menurunkan skor PTSD pada penyintas Covid-19, 3) pada kelompok yang diberi konseling CB, konseling ES, serta konseling integratif SESCOB terdapat peningkatan tingkat optimisme yang lebih besar dibanding dengan kelompok kontrol, 4) pada konseling *ego state* dan konseling integratif SESCOB, sama-sama efektif dalam meningkatkan optimisme penyintas Covid-19. Ini berarti konseling *ego state* dan konseling integratif SESCOB, secara sendiri-

sendiri atau bersama, dapat secara efektif untuk meningkatkan optimisme pada penyintas covid-19.

Untuk melaporkan hasil analisis deskriptif diambil dari data skor PTSD, baik skor sebelum perlakuan dan skor sesudah perlakuan. Skor PTSD tersebut ditranformasikan dalam bentuk grafik yang dilengkapi dengan data yang diperoleh dari laporan diri subyek saat pertemuan konseling. Gambar 5 menunjukkan skor PTSD subyek penelitian pada ukuran sebelum dan sesudah perlakuan.



Gambar 5. Skor PTSD konseli sebelum dan sesudah perlakuan

Keterangan:

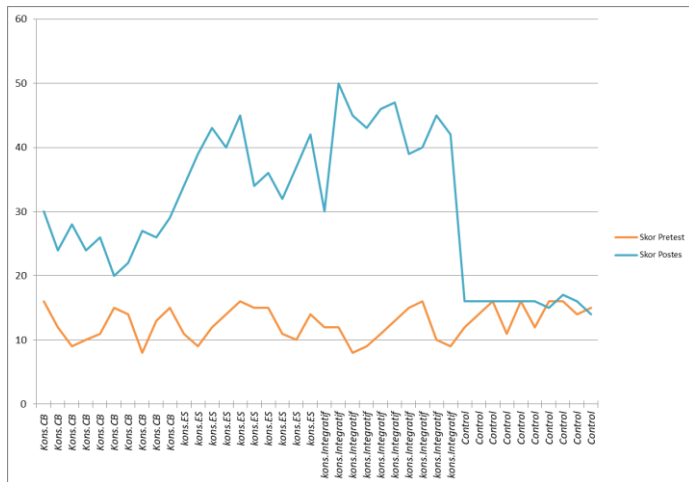
- CB : Konseling *Cognitive Behavior*
- ES : Konseling *Ego-State*
- Integratif : Konseling Integratif SESCOB
- Control : Kelompok kontrol
- (Blue) : Pretes PTSD
- (Green) : Postes PTSD

Berdasarkan grafik skor PTSD klien antara sebelum dan sesudah penerapan konseling integratif di atas menunjukkan bahwa terjadi penurunan skor yang signifikan pada kelompok yang mendapat perlakuan (CB, ES, Integratif SESCOB). Sementara itu, pada kelompok kontrol ada beberapa subyek yang skor PTSD-nya menurun, ada yang tetap, tetapi ada juga yang makin naik.

Bila dilakukan pengklasifikasian berdasarkan grafik di atas didapatkan hasil sebagai berikut. Terdapat 10 subyek yang mendapat perlakuan CB mengalami penurunan PTSD. Pada subyek yang

mendapat perlakuan konseling ego state, terdapat 10 subyek yang mengalami penurunan PTSD. Pada kelompok yang mendapat perlakuan konseling integratif SESCOB, semua subyek mengalami penurunan PTSD. Pada kelompok kontrol, walaupun ada penurunan skor PTSD, tidak terlalu signifikan. Bahkan pada kelompok kontrol, terdapat 3 subyek yang skor postes-nya naik bila dibanding skor pretes PTSD dan 3 subyek yang skor postes dan pretes sama/tetap.

Hasil analisis deskriptif diambil dari data skor optimisme, baik skor sebelum perlakuan dan skor sesudah perlakuan. Skor optimisme tersebut akan ditranformasikan dalam bentuk grafik. Gambar 6 menunjukkan skor optimisme subyek penelitian pada ukuran sebelum dan sesudah perlakuan.



Gambar 6. Skor optimisme konseli sebelum dan sesudah perlakuan

Keterangan:

Kons. CB : Konseling Cognitive Behavior

Kons.Integratif : Konseling Integratif

Control : Kelompok kontrol

— : Pretes optimisme

— : Postes optimisme

Berdasarkan grafik skor optimisme klien antara sebelum dan sesudah penerapan konseling integratif di atas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor yang signifikan pada kelompok yang mendapat perlakuan (CB, ES, Integratif SESCOB). Sementara itu, pada kelompok kontrol ada beberapa subyek yang skor optimismenya

meningkat, ada yang tetap, tetapi ada juga yang makin turun, tetapi kenaikan skor optimisme pada kelompok kontrol tidak signifikan.

Bila dilakukan pengklasifikasian berdasarkan grafik pada Gambar 6 didapatkan hasil sebagai berikut, terdapat 10 subyek yang mendapat perlakuan CB mengalami peningkatan optimisme, pada subyek yang mendapat perlakuan konseling *ego state*, terdapat 10 subyek yang mengalami peningkatan optimisme. Pada kelompok yang mendapat perlakuan konseling integratif SESCOB, semua subyek mengalami peningkatan optimisme. Pada kelompok kontrol, walaupun ada peningkatan skor optimisme, tidak terlalu signifikan. Bahkan pada kelompok kontrol, terdapat 5 subyek yang skor postesnya naik bila dibanding skor pretes optimisme dan 2 subyek yang skor postes dan pretes sama/tetap, serta 3 subyek yang skor optimismenya semakin turun.

4. *Best practice*; kemanjuran konseling SESCOB dalam mengatasi berbagai masalah yang dihadapi konseli

Setelah menemukan formula konseling integratif SESCOB yang manjur dan efisien. Penulis menerapkan konseling SESCOB untuk membantu konseli yang mengalami berbagai permasalahan, sekaligus menguji kemanjuran konseling SESCOB. Terbukti konseling integratif SESCOB juga manjur untuk menangani berbagai masalah konseli diantaranya; 1) adiksi (kecanduan), 2) vaginismus, 3) kecemasan, 4) berbagai macam phobia, 5) depresi, 6) indigo, 7) *empowerment*, 8) *sibling rivalry*, 9) sakit getah bening, 10) sakit asam lambung, 11) korban bullying, 12) sering pingsan, 13) *panic attack*, 14) *self-injury*, 15) *trichotillomania*, 16) korban pelecehan seksual, 17) *grief*/kedukaan, 18) korban penculikan, 19) bipolar, 20) depresi, 21) korban KDRT, dan 22) berbagai macam phobia.

Tentu saja memerlukan pengujian lebih lanjut tentang kemanjuran konseling SESCOB dalam skala individual, kelompok maupun massal. Perlu juga dilakukan deseminasi secara terus menerus kepada para konselor dan pada profesi helper agar model konseling SESCOB yang dikembangkan ini dapat lebih banyak membantu konseli bermasalah yang dipicu oleh peristiwa traumatis. Semoga model konseling SESCOB ini membawa kemaslahatan dan keberkahan bagi semua.

Dengan hati yang tulus saya sampaikan ucapan terima kasih yang sebanyak-banyaknya dan penghargaan yang setinggi-tingginya, khususnya kepada:

1. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia yang telah menyetujui dan mengangkat saya dalam jabatan Guru Besar dalam bidang Konseling Individu.
2. Rektor Universitas Negeri Surabaya, Bapak Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.yang secara khusus memberikan dukungan dan semangat sehingga proses pengusulan guru besar saya berjalan lancar.
3. Para Wakil Rektor Unesa, Prof. Dr. Bambang Yulianto, Drs. Suprpto, M.T., Dr. Agus Hariyanto, M.Pd. dan Prof. Dr. Sujarwanto, M.Pd. yang juga telah mendukung dan mendoakan agar pengusulan guru besar saya berjalan lancar.
4. Ketua dan sekretaris Senat Unesa, Prof. Dr. Haris Supratno, M.Pd dan Prof. Dr. Budi Jatmiko, M.Pd. serta anggota senat Universitas Negeri Surabaya, terutama komisi pengembangan sumber daya manusia yang telah memverifikasi, menyetujui dan merekomendasikan usulan guru besar saya.
5. Ketua dan sekretaris Senat Akademik Unesa, Prof. Dr. Setya Yuwana, M.Pd. dan Prof. Dr. Nining, M.Pd. serta anggota senat akademik Universitas Negeri Surabaya.
6. Para Pembantu Dekan FIP, Dr. Wagino, Dr. Najlatun Naqiyah dan Hariyanto Susilo, S.Pd. M.Pd, beserta para ketua, sekretaris dan ketua laboratorium jurusan selingkung FIP Unesa yang telah mendukung sepenuhnya usulan guru besar saya.
7. Ketua, sekretaris dan ketua laboratorium Jurusan, Dr. Retno Tri Hariastuti, Dr. Elisabeth Cristiana dan Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd. serta rekan-rekan sejawat, dosen jurusan bimbingan dan konseling Universitas Negeri Surabaya yang telah mendoakan, mendukung, memotivasi dan merekomendasikan usulan guru besar saya.
8. Korprodi S-1 Bimbingan dan Konseling FIP Unesa, Evi Winingsih, S.Pd., M.Pd. Korprodi S-2 Bimbingan dan Konseling FIP Unesa, Dr. Najlatun Naqiyah, M.Pd.
9. Kabiro, Dr. Sulaksono beserta kepala bagian hukum dan kepegawaian dan tim PAK Unesa yang telah dengan cermat mengoreksi berkas dan membantu dalam kelancaran proses pengajuan guru besar saya.

10. Prof. Dr. MV Roesminingsih dan Prof. Dr. Budiyanto, M.Pd. yang telah meluangkan waktu untuk mencermati dan memberi penilaian terhadap karya ilmiah sebagai persyaratan pengusulan guru besar saya.

Secara khusus saya sampaikan ucapan terima kasih dari lubuk hati paling dalam kepada:

1. Bapak Maskoep Ibrahim (Alm) dan Ibu Siti (Alm) yang telah merawat, mendidik dan membesarkan saya dengan kasih sayang, bekerja keras untuk membiayai pendidikan saya dan selalu berdoa untuk keberhasilan saya.
2. Kakak-kakakku yang saat ini ada di Rengel, Tuban dan Ponorogo yang selalu memberi dukungan dan mendoakan selalu keberhasilan ku.
3. Wiwik Widayanti, Istri tercinta. Hadirmu telah menyempurnakan hidupku, yang selama ini telah mendampingi, memberi dukungan, dan memotivasi dengan sepenuh hati. Ananda Sherrin Nurlita Widya dan Salma Widya yang turut mendoakan ayahnya selalu sukses.
4. Guru-guru saya di SDN Sumberjo Rengel, SMPN 1 Rengel, SPGN Tuban, dan bapak beserta ibu dosen di S1 Bimbingan dan Konseling IKIP Negeri Surabaya, S2 Psikologi UGM dan S3 Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, yang telah memberi ilmu, mendidik dan membimbing dalam belajar hingga berhasil.
5. Promotor, yaitu Prof. Dr. Nur Hidayah, M.Pd., Co-Promotor, Prof. Dr. Adi Atmoko, M.Si., dan Dr. Carolina Ligya Radjah, M.Kes. yang telah membimbing saya dalam studi dan berkarya.
6. Para pengurus PDABKIN Jatim dan PBABKIN, yang telah memberi dukungan kepada saya.
7. Kolega Dosen dan Tendik di FIP maupun di Unesa, atas kebersamaan dan saling mendukung selama saya mengabdikan dan berkarya di Unesa.
8. Semua orang yang telah dengan tulus ikhlas mendukung, memfasilitasi keberhasilan saya semoga semua amal baik dicatat sebagai amal sholeh dan mendapat balasan yang terbaik dari Allah SWT.

Wassalamu 'alaikum warohmatullohi wabarokatuh

Daftar Rujukan

- Abramowitz, E., & Lichtenberg, P. 2010. A New Hypnotic Technique For Treating Combat Related Post Traumatic Stress Disorder: A Prospective Open Study. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 58, 316–328.
- Arif, Antonius. 2011. *Ego State Therapy*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Barabasz, Arreed, Marianne Barabasz & Jhon G. Watkins. 2011. Single-Session Manualized Ego State Therapy For Combat Stress Injury, Post Traumatic Stress Disorder, Acuted Stress Disorder, Part 1 : The Theory. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 59, 379-391.
- Carll, Elizabeth K. 2007. *Trauma Psychology Issues In Violence, Disaster, Health, and Illness*. United Kingdom Greenwood Publishing Group, Inc.
- Corey, G. 2001. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, USA: Brooks/Cole Thomson Learning*.
- Emmerson, Gordon. 2003. *Ego State Therapy*. Carmethen, United Kingdom Crown House
- Erford, B.T. 2004. *Professional School Counseling*. Texas: CAPS Press.
- Forgash, Carol & Jim Knipe. 2008. Integrating EMDR and Ego state Therapy for Client with Trauma Disorder. In Carol L. Forgash and Margaret Copeley, *Healing Trauma with EMDR and Ego state Therapy*. (pp. 91-120). New York, NY : Springer Publishing.
- Hartman, David & Diane Zimberoff. 2003. Ego State In Heart-Centered Therapies. *Journal of Heart-Centered Therapies*, Vol. 6, No. 1, pp. 47-92
- Nursalim, M. (2019). The Effectiveness of Brief Ego State Cognitive Behavior Counseling to Reduce PTSD Symptoms in Victims of Natural Disasters in Central Sulawesi. *International Conference on Education and Technology (ICET)*.
- Okawa, Judy B. & Ronda B Hauss. 2007. The Trauma of Politically Motivated Torture. In Elizabeth K. Carll, *Trauma Psychology : Issues In Violence, Disaster, Health, and Illness*. (pp. 33-60) United Kingdom : Greenwood Publishing Group, Inc.

- Philips, Maggie. 2008. Combining Hypnosis with EMDR and Ego State Therapy for Ego Strengthening, In Carol L. Forgash and Margaret Copeley, *Healing Trauma with EMDR and Ego State Therapy*. (pp. 91-120). New York, NY : Springer Publishing
- Shapiro, F. 2001. *Eye movement desensitization and reprocessing*: New York: The Guilford Press.
- Van der Kolk, B. 1994. Psychobiology of Post Traumatic Stress Disorder. In J. Panksepp (Ed.), *Text Book of Biological Psychiatry* (pp. 319–344). New York, NY : Wiley-Liss
- Watkins, Helen Huth. 1993. Ego state Therapy : Overview. *American Journal of Clinical Hypnosis*. Vol. 35, No. 4, pp 232–240.
- Watkins, Jhon G. & Watkins, Helen H. 1997. *Ego state : Theory and Therapy*. New York, NY : Norton & Company.

Curriculum Vitae

I. Identitas

1. Nama Lengkap	: Prof. Dr. Mochamad Nursalim, M. Si
2. N I P/ NIDN	: 19680503 199403 1003/ 0003056807
3. Jabatan	: Guru Besar
4. Pangkat dan Gol. Ruang	: Pembina Utama Muda / IV C
5. Bidang Ilmu	: Konseling Individu
6. Tanggal Lahir	: 3 Mei 1968
7. Tempat Lahir	: Rengel, Tuban, Jawa Timur
8. Jenis Kelamin	: Pria
9. Agama	: Islam
10. Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Surabaya
11. Fakultas/ Jurusan	: FIP/ Bimbingan dan Konseling
12. Jabatan Struktural	: Dekan FIP Unesa 2019-2023
13. Alamat Perguruan Tinggi	: Kampus Unesa Lidah Wetan Surabaya
14. Status Perkawinan	: Kawin
15. Alamat	: Babatan Indah A7 No. 5 Babatan Wiyung Surabaya Jatim
16. Telp/ HP	: 08155208054
17. Alamat email	: mochamadnursalim@unesa.ac.id

II. Pendidikan

No	Tingkat	Pendidikan	Jurusan	Tahun	Tempat
1	SD	SDN	-	1981	Sumberejo
2	SMP	SMPN	-	1984	Rengel
3	SMA	SPGN	Guru SD/ Matematika-IPA	1987	Tuban
4	S1	IKIP Surabaya	Bimbingan Konseling	1992	Surabaya
	S2	UGM	Psikologi	2002	Yogyakarta
	S3	Universitas Negeri Malang	Bimbingan Konseling	2019	Malang

III. Pelatihan Profesional

Tahun	Jenis Pelatihan	Penyelenggara	Jangka waktu
2006	Pelatihan Sertifikasi Tes Bagi Konselor Pend	PPS UM, ABKIN dan IIBKIN	280 Jam
2013	Pelatihan Instruktur Nasional Kurikulum 2013	BPSDMPK_PMP	36 jam
2013	Pelatihan Hipnoterapi (CH, CHt)	IBH	36 jam
2021	<i>Microsoft Certified Educator (MCE)</i>	<i>Microsoft Office Certifications</i>	20 jam

Tahun	Jenis Pelatihan	Penyelenggara	Jangka waktu
2021	Supervisor MSDM	LSP MSDM Profesional BSNP	20 jam

IV. Riwayat Pekerjaan

1. Riwayat Kepangkatan golongan ruang penggajian

No	Pangkat dan Jabatan	Gol Ruang Penggajian	Berlaku terhitung mulai tgl
1	Capteg	IIIa	1 Maret 1994
2	Asisten Ahli Madya	IIIa	30 Sep 1995
3	Asisten Ahli	IIIb	1 Juli 1998
4	Penata Muda	IIIa	1 Maret 1995
5	Penata Muda TK I	IIIb	1 Okt 1998
6	Lektor	IIIb	1 Sept 2001
7	Penata	IIIc	1 Jan 2002
8	Lektor	IIIc	1 Mei 2003
9	Penata TK I	IIIId	1 Mei 2004
10	Lektor Kepala	IIIId	1 Agustus 2006
11	Lektor Kepala	IVa	1 Agustus 2007
12	Lektor Kepala	IVb	1 Agustus 2009
13	Lektor Kepala	IVc	1 Agustus 2011
14	Guru Besar (1070)	IVd	1 Desember 2023

2. Riwayat Jabatan Struktural

No	Jabatan Struktural	Waktu	Institusi
1	Ketua Jurusan Psik. Pend. dan Bimb.	16 Jan 2004-16 Jan 2008	Universitas Negeri Surabaya
2	Ketua Jurusan Psik. Pend. dan Bimb.	16 Jan 2008-16 Jan 2012	Universitas Negeri Surabaya
3	Pembantu Dekan III FIP Unesa	19 Nov 2011-19 Nov 2015	Universitas Negeri Surabaya
4	Sekretaris P2KLBK LP3M Unesa	3 Maret 2016 -3 Maret 2020	Universitas Negeri Surabaya
5	Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan	18 Mar2019-18 Mar 2023	Universitas Negeri Surabaya
6	Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan	1 Feb 2023 – 1 Feb 2027	Universitas Negeri Surabaya

V. Keterangan Organisasi

1. Semasa mengikuti pendidikan di Perguruan Tinggi

No	Nama	Kedudukan	Periode	Tempat	Nama Pimpinan Organisasi
1	HMJ	Sie Penalaran	1988-1989	IKIP Sby	Soepriyanto
2	Sema	Sie Penelitian	1999-1990	IKIP Sby	Zubaidi
3	BPM	Wakil Ketua	1990-1992	IKIP Sby	Moh. Molik
4	UKKI	Sie Pendidikan	1988-1991	IKIP Sby	Moh. Maksum
5	Pramuka	Anggota	1987-1992	IKIP Sby	Suyatno

2. Sesudah selesai pendidikan dan atau selama menjadi pegawai

No	Nama Organisasi	Kedudukan Dalam Org.	Periode	Tempat	Nama Pimpinan Organisasi
1	IPBI	Sie Litbang	1996-1998	Surabaya	Sis Supaat
2	PD ABKIN Jatim	Sie Litbang	2002-2004	Surabaya	Sutijono
3	ISPI	Sekretaris II	1998-2000	Surabaya	Sulaeman J
4	Forum Jurusan BK Ind.	Ketua	2008-2010	Surabaya	Mochamad Nursalim
5	HSBKI	Sekretaris I	2014-2018	Bandung	Furqon
6	PD ABKIN Jatim	Sekretaris	2014-2018	Surabaya	Hartono
7	PB ABKIN	Sie organisasi ,	2018-2022	Yogyakarta	Moh. Farozin
8	PD ABKIN Jatim	Dewan kode etik	2018-2022	Surabaya	Hartono
9	PB ABKIN	Sekretaris	2022-2027	Yogyakarta	Moh. Farozin

VI. Tanda Jasa/Penghargaan

No	Nama Bintang/ Satya Lencana / Penghargaan	Tahun Perolehan	Nama Negara/ Instansi yang memberi
1	Penghargaan EBTA rangking I	1987	SPGN Tuban
2	Penghargaan atas lulus tercepat dan IP tertinggi	1992	IKIP Negeri Surabaya
3	Satya Lencana 10 tahun	2010	Presiden
4	Kaprodi Berprestasi	2011	Universitas Negeri Surabaya
5	Peneliti Berprestasi	2012	Universitas Negeri Surabaya
6	Satya Lencana 20 tahun	2020	Presiden
7	World Scientist and University Rankings	2021, 2022	AD Scientist Index

VII. Karya Ilmiah (Penelitian dan Pengabdian)**1. Judul Penelitian**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (juta)
1	2013	Pengembangan Konseling Resolusi Konflik	DP2M Stranas	100
2	2014	Pengembangan konseling untuk Mengurangi Trauma	Hibah Bersaing	45
3	2018	Pengembangan Model Konseling Integratif	kebijakan FIP	50
4	2019	Pengembangan AMPL Anak Berkebutuhan Khusus	Penelitian strategis	100
5	2019	Pemetaan PAUD Unggulan Muslimat NU se-Mojokerto	Kebijakan FIP	10
6	2019	Kecukupan SDM Pendidik Muslimat NU di Mojokerto	Kebijakan FIP	10
7	2020	Pengembang Roadmap Penelitian FIP Unesa	Pen.strategis unesa	100
8	2020	Pengembangan Model Psikoedukasi secara on line	Kebijakan Unesa	40
9	2020	Penerapan Metode Proyek untuk Mendorong Keaktifan	kebijakan Fakultas	10
10	2021	Pengembang Roadmap PKM FIP	Kebijakan unesa	100
11	2021	Pengembangan Model Mindfulness-(MBSA-8 CR)	Penelitian kolaborasi	80
12	2021	Pengembangan Peraturan rektor Tentang PKM	Kebijakan unesa	50
13	2021	Robot Interaktif Untuk Komunikasi Sosial Anak Autis	kebijakan Fakultas	75
14	2022	Keefektifan Konseling BESSCB Untuk kurangi PTSD	Kompetitif LPPM	50
15	2022	Konseling Integratif Untuk Korban Bullying	Penugasan LPPM	100
16	2022	Penerapan Pembelajaran STEAM Untuk Meningkatkan Literasi Sains Siswa SD	Kompetitif pasca sarjana	25
17	2022	Analisis Survei Lonelines, Kecanduan Internet Dan Interaksi Sosial Remaja	Penelitian Kompetitif FIP	25
18	2022	Evaluasi Kualitas Layanan Konseling Dalam Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa	Kompetitif FIP	25

2. Pengalaman Pengabdian

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (juta)
1	2019	Pelatihan Evaluasi diri PAUD Muslimat NU Mojokerto	PNBP	20
2	2019	Pelatihan PAUD Unggulan Muslimat NU Se-Mojokerto	PKM Kebijakan FIP	20
3	2020	Pelatihan Pengembangan APD Untuk Konseling	PKM Pascasarjana	20
4	2020	Pelatihan Pengembangan Alat Kewaspadaan Diri	PKM Kebijakan FIP	5
5	2020	Pelatihan Pembuatan Wastafel Portabel Semi Otomatis	Kebijakan Fakultas	15
6	2021	Pendampingan Pengembangan Materi Layanan BK SMP	Kebijakan Fakultas	10
7	2021	Pelatihan Konseling Adiksi bagi Guru BK Di Probolinggo	PKM Kebijakan FIP	12
8	2021	Pelatihan Konseling Traumatis bagi guru BK di Surabaya	PKM Kebijakan FIP	12
9	2022	Pelatihan Konseling Adiksi bagi Guru BK Di Kab. Tuban	PKM Kebijakan FIP	10
10	2022	Pelatihan penyusunan PTBK dan penulisan artikel	Kebijakan Fakultas.	10

3. Publikasi Artikel dalam Jurnal

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor	Nama Jurnal
1	2018	Pattern Of School Refusal Behavior On Students	Volume 4 Issue 9 2018	European Journal of Education Studies
2	2019	The BESCIB Counseling Model to Decrease School Refusal Behavior	2019	Proceedings of the 3rd ICEI
3	2019	Excessive Internet Use and Its Hours Usage Control among Indonesian & China	2019	Proceedings ICEI 2019
4	2019	The Effectiveness of BESCIB Counseling to Reduce PTSD Symptoms in Victims of Natural Disasters in Central Sulawesi	2019 terindeks Scopis	Proceeding 5th ICET

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor	Nama Jurnal
5	2020	The Effectiveness of a SD Strategy on Reduction of Nomophobia	volume 491	IJCAH 2020)
6	2020	The Traumatic Counseling Model for Reducing PTSD Symptoms	volume 491	IJCAH 2020)
7	2020	EST and SD to Reduce school Refusal among Senior High School Students	Januari 2020 Vol 11 No.01	IJPHRD
8	2021	Development of the psychoeducation model to decrease academic stress	16 (4) 1492-1502	CJES Scopus Q3
9	2021	Penguatan Inovasi Layanan Bk Saat Dan Pasca Pandemi Covid-19	2021	Prosiding PD ABKIN JATIM
10	2021	Meningkatkan Kesadaran Anti-bullying Melalui Bimbingan Kelompok	Volume 8, No, Maret	MODELING: Jurnal Program Studi PGMI
11	2021	Designing Educational Research Roadmap	volume 618	IJCAH 2021
12	2022	Pelatihan Konseling Traumatis untuk Membantu Korban Bullying di SMA	Vol. 3 No. 2 16-25	Amalee Journal
13	2022	Pelatihan Konseling Sideco Untuk Menangani Mogok Sekolah Pada Siswa	1 (1) 38-48	Dedicate Journal
14	2022	Penerapan Neuropsikologi Terhadap Pemecahan Masalah Perilaku Belajar Siswa	6 (4) / 5918 - 5925	JURNAL BASICEDU
15	2022	Spiritual Intelligence Is Directly Proportional To The Improvement Of Social Attitudes	Vol 8, No 1, Juli	Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara
16	2022	Behavioural Cognitive Counseling to Improve Student Discipline	Vol. 6 No. 2, 79-86	IJEC
17	2022	Representation Analysis Of Science Process Skills With A Neuropsychological View	Volume 6 Number 1	Eduotec
18	2022	Digital Literacy On Constructivist Philosophical Aspect	13 (2) 211-216	Media Jurnal Ilmiah Pendidikan
19	2022	Technology As A Product Of Science Based On Philosophy	13 (2) Maret 105	Falasifa
20	2022	Perspectives On The Philosophy Of Education Progressivism In Learning Models	Vol. 13 No 2 Maret	Falasifa
21	2022	The Influence Of Academic supervision On Teacher Performance Based	13 (2) 272-276	Media Jurnal Ilmiah pendidikan,

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor	Nama Jurnal
22	2022	Pengaruh Pemecahan Masalah Terhadap Keterampilan Pengambilan Keputusan	Volume 13, No1, 250-262	Journal Visipena

4. Karya Buku

No	Judul Buku	Tahun	Juml. Hal.	Penerbit
1	Strategi dan Intervensi Konseling	2013	281	PT. Indeks
2	Pengembangan Media BK	2013	164	PT. Indeks
3	Pengembangan Profesi BK	2015	220	PT.Erlangga
4	Psikologi Pendidikan	2017	212	Unesa Press
5	Konseling Traumatis	2018	136	PT. Graha Cipta Media
6	Seberkas Cahaya Bumi Pasigala	2018	369	PT. Graha Cipta Media
7	Psikologi Pendidikan	2019	233	PT Rosdakarya
8	Metode Penelitian Pendidikan	2020	67	CV Bayu mandiri
9	Bimbingan dan Konseling Pribadi dan sosial	2020	112	CV Bimantara Aluuguda
10	Roadmap Penelitian FIP Unesa	2021	56	Unesa University Press
11	Resiliensi Workbook	2021	66	Unesa Press
12	Antologi Neurosains Pendidikan	2022	221	CV Jakad Media Publ.
13	Konseling Integratif, untuk Korban Bullying	2022	184	Penerbit Pena Persada
14	Manajemen Pembelajaran Pada Kur. Prototype	2022	140	Mecca Publishing
15	Strategi Konseling Dari Berbagai Teori, Pendekatan	2022	408	PT. Pena Persada

5. Hak Kekayaan Intelektual

No	Nomor	Jenis Ciptaan	Judul Ciptaan	Tanggal diumumkan
1	EC00202143211,	Buku	Metode Penelitian Pendidikan	5 Desember 2020, di Surabaya
2	EC00202143212,	Buku	Psikologi Pendidikan	10 November 2017, di Surabaya
3	EC00202143213,	Buku	Konseling Traumatis	10 November 2018, di Surabaya
4	EC00202143214,	Buku	Roadmap Penelitian FIP Unesa	12 Januari 2021, di Surabaya

No	Nomor	Jenis Ciptaan	Judul Ciptaan	Tanggal diumumkan
5	EC00201807459,	Buku	Pengembangan Profesi BK	2 Juli 2015, di Surabaya
6.	C00201704428,	Buku	Pengembangan Media BK	1 Januari 2016, di Jakarta
7.	EC00201807453,	Buku	BK di Sekolah Dasar	2 Januari 2011, di Surabaya
8.	C00201704479,	Buku	Strategi dan Intervensi Konsling	1 Januari 2013, di Jakarta


VIII. Pembicara pada Forum Ilmiah

No	Tanggal	Judul Makalah	Nama Kegiatan	Penyelenggara
1.	26 Juni 2020	Beradaptasi Di Era New Normal	Webinar Nasional	Bimbasi FIP Unesa
2.	24 Juli 2020	Psikoedukasi Untuk Mengurangi Stress Akademik Saat Learning From Home	Webinar International	PDABKIN Sumsel
3.	27 Juli 2020	Peran Family Psikoedukasi Untuk Menyiapkan Adaptasi Mental pelajar	Webinar International	IPG IPOH Malaysia
4.	31 Okt 2020	Pengembangan Psikoedukasi pada Anak saat Belajar di Rumah (BDR)	Webinar Nasional	Penerbit Erlangga
5.	3-4 Oktober 2020	Effectiveness of the Traumatic Counseling Model for Reducing PTSD Symptoms	Icracos 2020	Unesa
6.	3-4 Okt 2020	The Effectiveness of a SD Strategy on Reduction of Nomophobia	Icracos 2020	Unesa
7.	3-4 Oktober 2020	Development of The Psychoeducation Model to Decrease Academic Stress	Icei 2020	Unesa
8.	07 Mar 2021	menjaga agar anak tetap termotivasi mengikuti belajar secara online	Webinar Perenting	Sekolah Wijaya Putra
9.	25 Feb 2021	Meningkatkan Ketahanan Psikologi	Webinar Nasional	Unhasy Jombang
10.	22 April 2021	Adiksi: Klasifikasi, Trigger dan Solusi	Seminar Nasional	Unesa

Pengukuhan Guru Besar, 28 Februari 2023

No	Tanggal	Judul Makalah	Nama Kegiatan	Penyelenggara
11.	1 Mei 2021	Kemajuan Konseling BESCIB Untuk Mengurangi PTSD	Semlok Nasional BK	BK FIP Unesa
12	14 April 2021	instrumen-instrumen yang digunakan untuk menilai keberkesanan keluarga	Program Profesionalisme	IPG Kampus Tawau Malaysia
13.	7 April 2021	Pemanfaatan Metode RDI dalam penyelidikan pada saat Pandemi	Webinar International	IPG Kampus IPOH Malaysia
14.	20-26 April 2021	Peran konselor sekolah sebagai profesional helper dengan Teknik SFBT	Pelatihan Kompetensi Guru	MGBK SMA kabupaten Kediri
15.	29 Mei 2021	Penguatan Inovasi layanan BK saat dan pasca pandemi Covid-19	Seminar Nasional BK	PD ABKIN Jawa Timur
16.	2 Okt 2021	Preparing the Educational Research Roadmap	ICEI	FIP Unesa
17	3-4 Okt 2020	The Effectiveness of a SD Strategy on the Reduction of Nomophobia	ICRACOS	Unesa
18	28 Des 2021	Meningkatkan Ketahanan Psikologis	Seminar Nasional	SMAI Trenggalek
19	9 Nov 2021	Implications of the MBKM at the FIP	FIP JIP 2021	FIP UNJ
20	16 Nov 2021	Pelatihan Konseling Traumatis untuk membantu korban Bullying	Seminar Nasional PKM	LPPM Unusa

Surabaya, 28 Februari 2023



Dr. Mochamad Nursalim, M.Si