AL-DYAS
Jurnal Inovasi dan Pengabdian kepada Masyarakat

p-ISSN : 2964-4992
e-ISSN : 2964-4984

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/aldyas.v3i2.2940

OPTIMALISASI LAYANAN TEKNIK METAFORA DALAM BIMBINGAN DAN KONSELING MELALUI PENDEKATAN KELOMPOK

Optimizing Metaphorical Technical Services in Guidance and Counseling Through a Group Approach

Bakhrudin All Habsy[1], Salsabila[2], Sankara Pramahadi Chueyra[3], Sofia Aminatuz Zuhriyah[4], Zizamatus Sholihah[5]
Universitas Negeri Surabaya
bakhrudinhabsy@unesa.ac.id; salsabila23235@mhs.unesa.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 27, 2024	May 1, 2024	May 4, 2024	May 7, 2024

Abstract

Group counseling with a metaphorical approach has been a topic of interest in psychology and counseling literature. This approach utilizes metaphors or analogies to help understand and address problems in a more creative and open way. This study aims to explore the effectiveness of group counseling guidance with a metaphorical approach in improving participants' psychological well-being. The research method used used the literature study method, with regard to data collection methods Library, reading and recording and processing research materials. The results showed that the metaphorical approach in group counseling guidance can provide space for a deeper understanding of individual problems, facilitate creativity in finding solutions, and enhance connections between group participants.

Keywords: *Approach, Metaphor, Group Counseling*

Abstrak: Bimbingan konseling kelompok dengan teknik metafora telah menjadi topik yang menarik dalam literatur psikologi dan konseling. Teknik ini memanfaatkan metafora atau analogi untuk membantu memahami dan mengatasi masalah dengan cara yang lebih kreatif dan terbuka. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas bimbingan konseling kelompok dengan teknik metafora dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta. Metode penelitian yang digunakan menggunakan metode studi literatur, berkenan dengan metode pengumpulan data Pustaka,

Jurnal Al-DYAS is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik metafora dalam bimbingan konseling kelompok dapat memberikan ruang untuk pemahaman yang lebih dalam tentang masalah individu, memfasilitasi kreativitas dalam menemukan solusi, dan meningkatkan koneksi antara peserta kelompok.

Kata Kunci : Teknik, Metafora, Konseling Kelompok

PENDAHULUAN

Manusia seringkali dihadapkan pada berbagai tantangan dan kompleksitas yang tidak selalu dapat diatasi secara mandiri. Terutama di era modern ini, di mana perkembangan teknologi, informasi, dan berbagai dinamika sosial menuntut adaptasi yang cepat. Namun, tidak semua individu mampu mengatasi semua masalah itu sendirian karena adanya keterbatasan kognitif, emosional, dan sosial (Brown & Lee, 2019). Oleh karena itu, bimbingan kelompok memiliki peran penting sebagai sarana untuk memberikan dukungan serta memfasilitasi perkembangan individu (Smith, 2020).

Bimbingan kelompok merupakan suatu pendekatan yang dirancang khusus untuk membantu individu menemukan potensi mereka dan menghadapi berbagai masalah yang dihadapi (Gladding, 2015). Dalam bimbingan ini, individu ditempatkan dalam suatu kelompok yang dipandu oleh seorang konselor terlatih, baik dalam kelompok kecil maupun besar. Fokus dari proses ini adalah pada pengembangan potensi individu serta penyelesaian masalah dalam konteks kelompok. Konselor berperan sebagai fasilitator yang memandu dan mendorong interaksi antar anggota kelompok untuk mencapai tujuan bersama (Corey, 2015)..

Winkel dan Hastuti (2004) mengemukakan bahwa Bimbingan kelompok dapat diterapkan ketika jumlah individu yang memerlukan bantuan melebihi kapasitas satu orang. Jumlah ini dapat dibagi menjadi kelompok kecil, menengah, atau bahkan besar. Natawidjaya (1987) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan pemberian layanan bantuan yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan individu, serta mencegah dan menangani konflik dengan baik. Sementara itu, Rusmana (2009) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu proses bantuan kepada individu melalui interaksi dalam kelompok. Dalam proses ini, setiap anggota kelompok didorong untuk aktif belajar dan berbagi pengalaman guna meningkatkan wawasan, sikap, dan keterampilan mereka.

Pendekatan ini tidak hanya ditujukan untuk mencegah munculnya masalah, tetapi juga untuk mendukung pertumbuhan pribadi melalui kolaborasi dalam kelompok.

Berbagai definisi yang disampaikan oleh para ahli, bimbingan kelompok dapat dijelaskan sebagai proses di mana seorang konselor memberikan bantuan kepada konseli melalui dinamika kelompok. Dalam proses ini, setiap anggota kelompok didorong untuk berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, memperluas wawasan, serta mengembangkan sikap dan keterampilan yang dibutuhkan untuk pengembangan pribadi. Bimbingan kelompok tidak hanya terbatas pada bimbingan langsung, tetapi juga melibatkan penerapan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik metafora. Teknik metafora merupakan alat komunikasi yang efektif dalam konseling (Boyum, 2010), memungkinkan konselor untuk mengakses pemikiran konseli dengan cepat dan efisien (Robert & Kelly, 2010).

Kopp (dalam Chesley, Gillett, & Wagner, 2008) mendefinisikan teknik metafora sebagai cara untuk menyampaikan ide-ide kepada konseli melalui representasi lain, yang memungkinkan konseli untuk memperoleh pemahaman baru. Sementara itu, Miller (dalam Kathryn & David, 2011:267) menggambarkan metafora sebagai penggunaan kata-kata kiasan untuk menyampaikan makna yang tidak langsung, memberikan penjelasan alternatif kepada konseli. Pendapat ini sejalan dengan Mashar (2017), yang menganggap metafora dalam konseling sebagai upaya untuk membangun hubungan antara konselor dan konseli tanpa menyampaikan makna secara langsung, sehingga membantu konseli memahami hal-hal yang kompleks dengan lebih baik.

Menurut Conte (2009), dalam menggunakan teknik metafora, konselor dapat menyampaikan pesan dan membuka penerimaan terhadap ide-ide psikologis pada konseli dengan cara yang disebut sebagai transportasi naratif. Transportasi naratif adalah suatu kondisi di mana emosi konseli terhubung dengan emosi karakter dalam cerita. Penggunaan teknik metafora ini dapat membantu konseli dalam memahami permasalahan yang dihadapi, serta mengurangi kemungkinan penolakan terhadap ide-ide yang diajukan oleh konselor, misalnya saat konseli diminta untuk mempertimbangkan masalah yang dihadapinya. Conte (2009) juga menyatakan bahwa metafora dalam konseling memungkinkan konselor untuk menyampaikan pesan secara efektif dan meningkatkan penerimaan konseli terhadap ide-ide yang disampaikan dalam cerita.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode studi literatur. Studi Literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenan dengan metode pengumpulan data Pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Menurut (Siahaan, Abdiel, & Donal, 2022) Studi literatur dilakukan oleh peneliti setelah menentukan topik penelitian dan ditetapkannya rumusan permasalahan sebelum peneliti terjun ke lapangan untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Studi Literatur bertujuan untuk membantu kita menemukan wawasan, kebenaran, dan juga titik terang dari masalah yang akan diselesaikan.

No	Data Teks	Sumber Data Keterangan Kode Data
1.	Definisi Teknik Metafora	Hasrul Wahid (2018), Efektifitas konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk healing stories untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMA. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling 1 (1)*
2.	Alasan Menggunakan Teknik Metafora	Jemiparera, N. (2019). Penerapan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Kelas X SMK Negeri 8 Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya, 10 No 1* *Kaesti, M. R. E., Aiwani, A., Nate, M. P., Hasanah, B. U., Munir, A. F., & Fahira, I. C. (2023). Keefektifan Teknik Metafora Konseling Realita dalam Mereduksi Self-Blaming Siswa Akibat Korban Body Shaming. Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora, 1(2).* Sulistyaningsih, R., Mashar, R., & Yuhenita, N. N. (2018). Efektivitas Teknik Metafora Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan*, *10*(1).
3.	Kompetensi Guru BK dalam Komunikasi Teknik Metafora	MacArthur, F., & Alejo-González, R. (2024). Beyond idioms, the use of metaphor in ELF academic settings: A comprehensive review. Journal of Pragmatics, 219, 48–57 Okoli, C., Schabram, K. (2010). A Guide to Conducting a Systematic Literature Review of Information Systems Research . Sprouts: Working Papers on Information Systems, 10
4.	Peran dan Manfaat Teknik Metafora	Azni Nurul Fauzia, Tiara Agustine (2023). Penggunaan Metafora dalam Bimbingan dan Konseling di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas. QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan 7 (2), 62-67 Wantaritati, Y. I., Rahman, D. H., & Utami, N. W. (2022). Pengembangan Panduan Konseling Realitas dengan Teknik Metafora untuk Menurunkan Perilaku Menyontek Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *2*(7), 661-672
5.	Cara Penggunaan Teknik Metafora	Lynch, H. L., & Fisher-Ari, T. R. (2017). Metaphor as pedagogy in teacher education. Teaching and Teacher Education, 66, 195–203. Marcovitz, D. E., Maruti, S., Kast, K. A., & Suzuki, J. (2021). The Use of Therapeutic Metaphor on an Addiction Consult Service. Journal of the Academy of Consultation-Liaison Psychiatry, 62(1), 102–108.

6.	Contoh Penarapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Metafora	Jemiparera, N. (2019). Penerapan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Kelas X SMK Negeri 8 Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya, 10 No 1* Sulistyaningsih, R., Mashar, R., & Yuhenita, N. N. (2018). Efektivitas Teknik Metafora Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan*, *10*(1).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Definisi Teknik Metafora

Pada perkembangan konseling saat ini, beragam teknik yang bisa digunakan dalam proses konseling sebagai strategi untuk menangani masalah konseli. Salah satu teknik yang dikenal dalam konseling saat ini ialah teknik metafora. Dalam prespektif konseling, teknik metafora telah digunakan sejak zaman Freud dan Jung (Robert & Kelly, 2010). Secara umum, teknik metafora didefinisikan sebagai teknik berbicara tentang satu hal yang dinyatakan dalam hal lain (Tompkins, dalam Chapman, 2009), atau pengalihan makna dari suatu unsur ke unsur yang lain. Sedangkan Kopp (dalam Chesley, Gillett, & Wagner, 2008) mendefinisikan teknik metafora sebagai suatu cara berbicara di mana satu hal diekspresikan dalam hal lain, dengan cara tersebut sekumpulan orang dapat memperoleh keterangan baru pada karakter yang sedang dijelaskan. Kopp, 1971 menggunakan istilah berbicara untuk membatasi penggunaan metafora hanya pada aspek ekspresi verbal (Chesley, Gillett, & Wagner,2008).

Teknik metafora adalah cara berkomunikasi yang ampuh untuk perubahan konseli (Boyum, 2010). Teknik metafora merupakan alat terapeutik yang memungkinkan konselor untuk mengakses dunia konseptual konseli dengan cepat dan efektif (Robert & Kelly, 2010). Selain itu teknik metafora juga menawarkan alat komunikasi bagi konselor untuk membawa kondisi bagi pengembangan dan perubahan masalah konseli (Wickman, Daniels, White, & Fesmire, 1999). Teknik metafora dapat bermanfaat untuk membantu menstruktur dan memfasilitasi komunikasi dan interaksi antara konselor dan konseli dan untuk menghubungkan perubahan mendasar yang terjadi dalam proses konseling (Lyddon, Clay, & Sparks, 2001). Dengan demikian, teknik metafora adalah sarana yang baik untuk berkomunikasi maupun perubahan dalam proses konseling (Muram & DiGiuseppe, 1990).

Metafora biasanya berbentuk analogi, kiasan, perumpamaan, atau cerita yang dirancang untuk mengajarkan konsep-konsep baru dan mendorong pemahaman konseli yang lebih besar (Gordon, 1978). Selain itu, Zeig (Roberts, 1978) telah mengemukakan bahwa metafora dapat berbentuk anekdot, fabel, dongeng, cerita, perumpamaan, dan alegori yang bisa digunakan dalam pendekatan terapeutik apapun selama tahap dan proses perlakuan. Bentuk metafora tersebut dapat menggunakan media; penyampaian verbal (Chesley, Gillett, & Wagner, 2008). Media buku (biblioteherapy), drama, video (videotherapy), permainan (playtherapy), atau humor. Semua alat-alat dan teknik tersebut dapat membantu konselor untuk memfasilitasi konseli mengidentifikasi masalah, dan sebagai konsekuensinya, langkah-langkah tersebut akan mengarah pada penyelesaian masalah (Burns, 2007).

Teknik metafora pada umumnya sebagai tranfer makna yang mendeskripsikan suatu ide ataupun persoalan yang konkrit yang mudah dipahami, metafora juga termasuk kata kias yang mengungkapkan suatu hal dengan pengertian lain. Metafora juga memiliki pola hubungan yang dikarakteristikan sebagai evolusi dari berbagai organisme yang hidup. Penggunaan cerita metafora membantu membuat jembatan hubungan pribadi antara anak dan konselor, serta membantu anak merasa nyaman dalam berkomunikasi.

2. Alasan Menggunakan Teknik Metafora

Miler (dalam Kathryn & David, 2011:267) menyatakan metafora adalah kata kiasan yang mengandung perbandingan yang implisi. Berdasarkan penelitian dalam jurnal Jemiparera, N., & Pratiwi, T. I. (2019). Yang berjudul *"Penerapan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Siswa Kelas X Smkn 8 Surabaya"* menyebutkan bahwa pendekatan Kelompok dengan menerapkan teknik metafora dapat membantu menyelesaikan masalah individu tentang kecemasan berkomunikasi atau pada setting masalah lainnya. Selain itu metafora juga dapat membantu menstruktur dan memfasilitasi komunikasi dan interaksi yang terjadi antara konselor dan konseli serta untuk menghubungkan perubahan mendasar yang terjadi dalam proses konseling. (Lyddon, Clay, & Sparks, 2001).

Metafora Konseling Realita dalam Mereduksi Self-Blaming Siswa Akibat Korban Body Shaming" menyebutkan bahwa teknik metafora juga cukup efektif digunakan dalam meningkatkan kepercayaan diri pada individu, meningkatkan harga diri, dan

meningkatkan emosional. Sehingga pendekatan konseling dengan menggunakan teknik metafora mampu untuk mengurangi masalah tiap individu.

Teknik metafora menjadi alasan digunakan oleh konselor karena teknik metafora dapat membantu menyelesaikan masalah individu tentang kecemasan berkomunikasi atau pada setting lainnya, dan dapat digunakan dalam meningkatkan kepercayaan diri, meningkatkan harga diri, serta meningkatkan kestabilan emosionalnya.

3. Kompetensi Guru BK dalam Komunikasi Teknik Metafora

Teknik metafora sebagai sebuah pendekatan simbolik yaitu yang menghubungkan antara pengalaman dan garis besar kompetensi yang perlu dimiliki adalah memahami kaitan antara simbolik dan pengalaman, pemahaman struktur teknik metafora yang dapat dibedakan menjadi dua domain, yaitu domain target dan domain sumber.

a. Domain target ini mengacu konsep yang dijelaskan melalui teknik metafora
b. Domain sumber adalah sebuah topik konkrit yang dihubungkan pada domain target.

Dengan menggabungkan dua domain tersebut dalam ekspresi metaforis, pemahaman tentang domain target dapat dicapai dengan baik. Deskripsi melalui hubungan antar domain disebut sebagai peta konseptual (Tay, 20212).

Langkah-langkah yang harus diambil oleh guru bk dalam memperhatikan, menegaskan, menguraikan, dan membuat relevansi konseptualisasi teknik metafora yang diprakarsai oleh peserta didik. Secara lebih detail Tay (2012) menjelaskan kompetensi yang dibutuhkan oleh Guru bk meliputi:

1 **Analisis:** membantu peserta didik menganalisis pengalamannya secara objektif, peserta didik dapat diajak untuk menggunakan metafora dalam mengekspresikan pikiran dan perasaannya.
2 **Memperhatikan, Mengeksplorasi dan Memperluas Teknik metafora:** disini guru bk harus memperhatikan dan memvalidasi metafora yang diekspresikan oleh peserta didik.
3 **Menghubungkan dan Menerapkan teknik metafora ke pada situasi seperti Ini:** Selama proses elaborasi, seorang guru bk tidak boleh tergesa-gesa untuk segera mengidentifikasi bagaimana rincian yang baru diperkenalkan harus

ditafsirkan dalam konteks kehidupan peserta didik tersebut (yaitu, domain target). Dalam situasi menghubungkan dengan pengalaman saat ini, sebenarnya peserta didik yang menghubungkan gambaran teknik metafora yang diperluas dengan kehidupannya saat ini.

4. Peran dan Manfaat Teknik Metafora

Peran Teknik Metafora dan Manfaatnya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling dalam proses layanan bimbingan dan konseling dibutuhkan sebagai upaya membangun relasi yang membantu dan memberdayakan peserta didik. Melalui teknik metafora peserta didik lebih dapat percaya diri mengomunikasikan kebutuhan dan berdaya (Sulistyaningsih, dkk, 2018). Komunikasi metafora sebagai strategi komunikasi dalam berbagai studi literatur dianggap efektif untuk membantu peserta didik mengekspresikan perasaan. Metafora umum digunakan dalam berbagai pendekatan psikoterapi karena dalam proses layanan hal yang biasanya dibahas adalah sesuatu hal yang abstrak dan subjektif (McMullen, 2008; Tay, 2018). Teknik metafora dapat membantu peserta didik untuk mendapatkan pemahaman yang lebih bermakna, kreatif (Lynch & Ari, 2017).

Para profesional dan peneliti kesehatan mental umumnya setuju bahwa teknik metafora dapat memberikan cara alternatif dalam berekspresi dan memahami, atau bahkan meningkatkan hubungan terapeutik antara konselor dan konseli. (Kopp dan Craw, 1998; Lyddonetal., 2001; Tay, 2018) Adanya peningkatan hubungan terapeutik karena teknik metafora memberikan dasar untuk meningkatkan rasa empati yang penting antara konselor dan konseli; yaitu. pemahaman berdasarkan pengalaman dan bukan sekedar pemahaman konseptual mengenai situasi orang lain (Tay, 2016).

5. Cara Penggunaan Teknik Metafora

Terdapat beberapa teknik dalam proses konseling yaitu dapat dilakukan melalui menulis, wawancara, menggambar dan lainnya, oleh karena itu metafora merupakan salah satu pendekatan simbolik untuk mengetahui kesamaan antara pengalaman, pikiran, emosi, tindakan atau objek (Evans, 2010; Wagener 2017). Sedangkan proses metafora dalam layanan bimbingan dan konseling khususnya pada layanan konseling tersebut dapat dipetakan melalui tiga tahapan (Wagener, 2017), yaitu:

a. **Exploration:** dalam mengeksplorasi metafora yang dihasilkan oleh peserta didik, guru bk perlu mengetahui jenis metafora yang digunakan serta memastikan bahwa metafora tersebut berkaitan dengan apa yang ingin diatasi oleh peserta didik. Sebuah perhatian khusus diberikan agar tercipta metafora konselor yang kompleks dan tidak konvensional, karena metafora tersebut mungkin menunjukkan area yang menantang, membingungkan, atau sulit secara emosional bagi peserta didik.
b. **Insight:** tahap insight dalam konseling melibatkan perluasan kesadaran peserta didik untuk mengenali pola, efek pikiran, emosi, perilaku, dan kemungkinan. Metafora yang tidak konvensional, metafora kompleks, atau kelompok metafora mungkin lebih sering terjadi selama tahap insight ketika peserta didik mengembangkan kesadaran baru.
c. **Action:** pada tahap action konselor difokuskan pada perubahan perilaku dan sering kali didasarkan pada apa yang telah dipelajari dalam tahap exploration dan insight. Metafora yang dihasilkan peserta didik pada tahap ini mungkin akan menjadi lebih sederhana dan konvensional, walaupun metafora mereka juga cenderung diubah dari metafora pada awal konseling.

6. Contoh Penarapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Metafora

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Nita Jemiparera (2018) dalam penerapan Teknik Metafora berbentuk Healing Stories dalam Konseling Kelompok untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi (Communication Apprehension) pada Siswa Kelas X di SMKN 8 Surabaya, kita dapat mengambil contoh prosedur pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk Healing Stories, dalam hal memberikan contoh apa saja yang harus dilaksanakan dalam bimbingan kelompok dengan teknik metafora. Berikut contoh yang dapat digunakan untuk pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik metafora :

Pertemuan	Kegiatan
1) Pembentukan hubungan	Perkenalan, menjelaskan tujuan untuk melakukan bimbingan, dan menetapkan aturan bersama.
2) Menentukan tujuan konseling dan penyampaian cerita yang dipilih konselor	a. Konselor dan konseli menjalin kesepakatan terkait tujuan dan target yang ingin dicapai dalam proses bimbingan. b. Konselor menjelaskan strategi yang akan digunakan untuk membimbing para konseli
3) Penyampaian cerita yang dipilih oleh konselor	a. Konselor memberikan materi yang telah disesuaikan dengan tema yang ditentukan b. Konselor mendorong konseli untuk masuk dalam alur tokoh cerita untuk menemukan jawaban yang sebenarnya c. Konselor meminta konseli untuk merefleksikan materi yang telah disampaikan
4) Latihan penyampaian cerita (pengalaman keberhasilan)	Konseli menyampaikan cerita pengalaman pribadi (pengalaman keberhasilan) yang pernah dilakukan (apabila ada)
5) Konselor meminta para konseli untuk memberikan feedback terhadap materi yang disampaikan	a. Konselor meminta para konseli untuk merencanakan hal – hal yang perlu dilakukan. b. Konselor meminta konseli untuk mengidentifikasi hambatan apa saja yang mungkin terjadi dan manfaat apabila melaksanakan materi tersebut
6) Mengakhiri pertemuan dan memberikan motivasi	a. Konselor meminta konseli untuk merefleksi kegiatan konseling yang dilakukan, menyampaikan pesan dan kesan selama konseling. b. Konselor memberikan post tes. c. Konselor mengakhiri pertemuan dengan konseli

KESIMPULAN

Dari pandangan para peneliti dan ahli konseling yang disampaikan, dapat disimpulkan bahwa teknik metafora memiliki peran yang signifikan dalam proses konseling. Teknik metafora bukan hanya sebagai alat komunikasi yang ampuh, tetapi juga sebagai alat terapeutik yang mempercepat pemahaman konseli dan membantu mereka mengatasi masalah. Teknik metafora membantu mengubah pemikiran konseli, memfasilitasi komunikasi antara konselor dan konseli, serta menghubungkan perubahan dalam proses konseling. Dalam konteks kompetensi guru BK/Konselor, penggunaan metafora sebagai alat efektif untuk menghubungkan pengalaman dengan konsep abstrak menjadi kunci. Guru BK dapat membantu peserta didik memperoleh pemahaman yang mendalam tentang konsep yang diajarkan dengan memahami kaitan antara simbolik dan pengalaman serta struktur metafora.

Teknik metafora juga membantu membangun relasi yang membantu dan memberdayakan peserta didik dalam proses layanan bimbingan dan konseling. Penggunaan metafora membuat peserta didik lebih percaya diri dalam mengomunikasikan kebutuhan dan perasaan mereka, terutama dalam hal-hal yang abstrak dan subjektif. Dalam proses konseling menggunakan metafora, terdapat tiga tahapan utama: eksplorasi, wawasan, dan aksi. Konselor berfokus pada pemahaman jenis metafora yang digunakan oleh peserta didik, mengembangkan kesadaran baru terhadap pola-pola pikiran, emosi, dan perilaku mereka, serta mendorong perubahan perilaku dengan menggunakan pembelajaran dari tahapan sebelumnya.

Dengan demikian, penggunaan teknik metafora dalam konseling dapat membantu memperdalam pemahaman peserta didik terhadap diri mereka sendiri dan memfasilitasi perubahan yang diinginkan, serta memperkuat hubungan terapeutik antara konselor dan konseli.

DAFTAR PUSTAKA

Azni Nurul Fauzia, Tiara Agustine (2023). Penggunaan Metafora dalam Bimbingan dan Konseling di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas. QUANTA: *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan 7 (2),* 62-67.

Brown, A., & Lee, C. (2019). Overcoming Cognitive, Emotional, and Social Limitations: The Importance of Group Guidance. International Journal of Counseling, 30(4), 321-335.

Farozin, M., Suherman, U., Triyono, Purwoko, B., Hafina, A., Yustiana, Y. R., Budiman, N., Wahyuni, E., & Sugiyanto. (2016). Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA).

Hasrul Wahid (2018), Efektifitas konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk healing stories untuk meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMA. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling 1 (1).*

Hasrul, H., & Arif, N. M. (2020). Penerapan Teknik Healing Stories Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Nilai Karakter Siswa Sdn 62 Kota Ternate. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *2*(2).

Hia, M. (2023). Analisis Makna Metafora Dalam Album Letto Best Of The Best Ciptaan Noe Letto. *Kohesi: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, *3*(2), 1-12.

Jemiparera, N. (2019). Penerapan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Mengurangi Kecemasan Berkomunikasi Pada Kelas X SMK Negeri 8 Surabaya. *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya, 10 No 1*.

Johnson, R., et al. (2018). Group Guidance: A Tool for Enhancing Individual Development in the Modern Era. Journal of Behavioral Sciences, 18(3), 201-215.

Kaesti, M. R. E., Aiwani, A., Nate, M. P., Hasanah, B. U., Munir, A. F., & Fahira, I. C. (2023). Keefektifan Teknik Metafora Konseling Realita dalam Mereduksi Self-Blaming Siswa Akibat Korban Body Shaming. Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora, 1(2).

Lengelle, R., Meijers, F., & Hughes, D. (2016). Creative writing for life design: Reflexivity, metaphor and change processes through narrative. *Journal of Vocational Behavior, 97,* 60–67.

Lynch, H. L., & Fisher-Ari, T. R. (2017). Metaphor as pedagogy in teacher education. *Teaching and Teacher Education, 66,* 195–203.

Marcovitz, D. E., Maruti, S., Kast, K. A., & Suzuki, J. (2021). The Use of Therapeutic Metaphor on an Addiction Consult Service. *Journal of the Academy of Consultation-Liaison Psychiatry, 62(1),* 102–108.

MacArthur, F., & Alejo-González, R. (2024). Beyond idioms, the use of metaphor in ELFacademic settings: A comprehensive review. *Journal of Pragmatics, 219,* 48–57.

Okoli, C., Schabram, K. (2015). A Guide to Conducting a Systematic Literature Review of Information Systems Research . *Sprouts: Working Papers on Information Systems, 10.*

Septiana, I. (2018). Keefektifan Teknik Metafora Dengan Film Pendek Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Karier Siswa SMK (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).

Smith, J. (2020). The Role of Group Guidance in Supporting Individuals in Modern Society. Journal of Social Psychology, 45(2), 112-125.

Sulistyaningsih, R., Mashar, R., & Yuhenita, N. N. (2018). Efektivitas Teknik Metafora Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Jurnal Pendidikan*, *10*(1).

Wahid, H. (2018). Efektifitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Metafora Berbentuk Healing Stories Untuk Meningkatkan Efikasi Diri Akademik Siswa SMA. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, *1*(1).

Wantaritati, Y. I., Rahman, D. H., & Utami, N. W. (2022). Pengembangan Panduan Konseling Realitas dengan Teknik Metafora untuk Menurunkan Perilaku Menyontek Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *2*(7), 661-672