

**MELAKUKAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN CARA PROFESIONAL**



Disampaikan oleh

Dra. Zulhaini. S.
Dosen PPB FIP UNIMED

**PADA SEMINAR NASIONAL TENTANG EKSISTENSI
PROFESIONALISME DAN SERTIFIKASI KONSELOR**

Tgl. 05 Februari 2008. Di R. VIP Gedung Serba Guna

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

MEDAN

2008



JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN (PPB)
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN (UNIMED)



SERTIFIKAT

Nomor: 02/PAN.SMN/PPB/2008

Diberikan kepada:

Dra. Zulhaini

Atas Partisipasinya Dalam Seminar Nasional Tentang Eksistensi Profesionalisme dan Sertifikasi Konselor
Tanggal 05 Pebruari 2008 di Ruang VIP Gedung Serba Guna Universitas Negeri Medan

Sebagai: Pemakalah

Character Building
UNIMED

Medan, 05 Pebruari 2008

Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Medan
Dekan,

Dr. Ibrahim Gultom, M.Pd
NIP. 131 571 763

Panitia Pelaksana
Ketua,
PANITIA
SEMINAR NASIONAL
PPB. FIP. UNIMED

Dr. Abdul Munir, M.Pd.
NIP. 131 570 401

MELAKUKAN KONSELING KELOMPOK DENGAN CARA PROFESIONAL

I. PENDAHULUAN

Tuntutan bekerja dengan cara profesional sudah bergeming dimana-mana. Sepertinya dimana ada manusia disitu dituntut harus bekerja dengan cara yang profesional tidak terkecuali bagi konselor disekolah yang memiliki strategi penyelesaian masalah individu melalui Konseling kelompokpun perlu dilakukan dengan cara profesional.

Realisasi cara kerja konselor melakukan bimbingan kelompok dengan cara profesional adalah dengan cara dapat menjelaskan pengertian, tujuan dilakukannya bimbingan kelompok, dapat melakukan bimbingan kelompok dengan langkah-langkah yang beraturan yang sudah merupakan rambu-rambu pelaksanaan bimbingan kelompok. Penguasaan situasi dan kondisi pelaksanaan bimbingan kelompok perlu dipelajari dengan penuh keserupaan guna pencapaian tujuan menghindarkan klien dari KES-T untuk mengupayakannya (klien) menjadi KES. Semua proses itu menuntut kinerja yang profesional bukan "amatiran" selayaknya dapat dilakukan semua orang tanpa pelatihan dan pendidikan khusus.

Kinerja konselor dalam melaksanakan konseling kelompok belum diyakini khalayak ramai, termasuk belum dinilai klien yang dikenai konseling kelompok sebagai upaya penyelesaian masalah yang "the best". Dapat diyakini bahwa belum semua konselor paham bagaimana karakteristik/rambu-rambu pelaksanaan bimbingan. Kelompok yang menurut para ahli dianggap "efektif", "efisien" membantu menyelesaikan masalah individu. Konon dilapangan, banyak konselor dilapangan menyamakan Bimbingan kelompok dengan Diskusi kelompok. Mengapa hal ini demikian terjadi? Jawabnya mungkin disebabkan karena:

Disampaikan pada seminar Nasional tentang Eksistensi Profesionalisme dan Sertifikasi Konselor

Tgl. 05 Februari 2008 di R. VIP. Gedung Serbaguna UNIMED oleh Dra. Zulhaini. S.

- Lamanya tidak mendapat inservice training yng bernuansa konseling.
- Ketidak pedulian terhadap kemajuan/perkembangan keilmuan di Zaman Modern ini.
- Tidak ada orang yang menggerakkan peralihan wawasan masa lalu dengan wawasan yng harus disesuaikan dengan tuntutan masa-masa.kini.

Anggapan lain mengapa konselor melakukan bimbingan kelompok dengan cara apa adanya (tidak mengikuti koridor yang terlalu dianjurkan para ahli), mungkin karena anggapan :

- ❖ Faktanya sudah menjadi konselor
- ❖ Bagaimana kualitas pelaksanaan bimbingan kelompok nyatanya terpakai.
- ❖ Klien tidak berdaya harus menerima keberadaan konselor.
- ❖ Masyarakat tidak punya pikiran.
- ❖ Lingkungan sejawat sama saja.
- ❖ Punya pengakuan formal : Ijazah, Akta, SK, Pengkat/Jabatan.
- ❖ Profesi konselor sama saja dengan pekerja lainnya.

Seharusnya konselor tidak beranggapan seperti hal diatas tetapi beranggapan seperti uraian di bawah ini:

- ❖ Beruntung menjadi guru, karenanya harus dijalankan secara profesional.
- ❖ Hingga saat ini memang terpakai, tetapi kompetisi makin ketat dan makin mengglobal, maka kualitas harus ditingkatkan terus.
- ❖ Individu makin kritis dan diam-diam menilai kita maka perbaikilah citra diri kita.
- ❖ Masyarakat makin banyak pilihan, termasuk pilihan lebih baik konsultasi dengan psikolog maka kita harus menjadi orang yang dibutuhkan.
- ❖ Harus lebih baik dari yang lain, tuntutan makin tinggi, maka jadilah yang terbaik.
- ❖ Meskipun diakui secara formal, tetapi belum tentu diakui secara informal. Alangkah baiknya jika siswa, sejawat dan masyarakat dapat memberikan pengakuan dan penghargaan yang tulus karena prestasi kita, bukan karena gelar, pangkat dan jabatan.

- ❖ Profesi konselor berbeda dari profesi lain, maka kita harus berubah sesuai tuntutan profesi kita.

Berdasarkan uraian diatas, tidak ada tawaran, konselor harus melakukan konseling kelompok dengan cara profesional. Bagaimana melakukannya akan diuraikan pada bagian pembahasan.

II. PEMBAHASAN

A. Pengertian Konseling Kelompok.

Carry (1985.6) mengartikan konseling kelompok bertujuan sebagai pencegahan dan penyembuhan. Biasanya konseling kelompok mempunyai tujuan khusus, bisa berupa pencegahan dan pengembangan. Masalah pendidikan, jabatan, sosial, atau pribadi. Kelompok terlibat dalam proses interpersonal yang menekankan pemikiran-pemikiran yang sadar, perasaan dan perilaku.

Dapat dikemukakan bahwa konseling kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada individu-individu dengan menggunakan dinamika kelompok, yang merupakan kehidupan interaksi diantara anggota-anggota kelompok.

Gazda (1967) yang diuraikan oleh Rachman Natawidjaja (1987) mendefinisikan

Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi, yang dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling memperdulikan diantara anggota-anggotanya. Dalam konseling kelompok dapat ditingkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan tertentu untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.

B. Manfaat Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan upaya dalam membantu individu untuk memberi kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya selalu bersifat pencegahan, konseling kelompok juga bersifat penyembuhan. Jadi dapat dikatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan yang diberikan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhan individu.

Corey (1985.7) mengemukakan bahwa ada sejumlah keuntungan konseling kelompok sebagai alat untuk membantu orang dalam mengubah sikap, kepercayaan kepada diri sendiri dan orang lain, perasaan dan perilakunya.

C. **Konseling Kelompok Menurut Pendekatan Perilaku**

Konseling kelompok menurut pendekatan perilaku dapat dijadikan dengan melaksanakan kegiatan konselor yang profesional.

Krumboltz dan Thorezen (1976:337) mengemukakan bahwa: pendekatan perilaku lebih populer dalam konseling kelompok. Kepopuleran ini antara lain karena pendekatan-pendekatan terhadap upaya melatih atau mengajar klien dalam hal keterampilan pengelolaan diri yang dapat digunakan untuk mengontrol kehidupannya, untuk menangani masalah masa kini dan masa datang secara efektif dan untuk mampu berfungsi dengan baik tanpa terapi yang berkelanjutan.

Para ahli berpendapat, dalam pendekatan ini banyak menekankan pendapatnya tentang upaya membantu manusia ke arah pembentukan perilaku pengarah diri dari gaya hidup yang dikelola sendiri. Tujuan itu dicapai dengan menggunakan berbagai teknik berorientasi pada tindakan yang bersifat kognitif dan perilaku. Kebanyakan dari teknik-teknik itu merupakan prosedur yang dapat dipelajari dan dipraktikkan oleh klien sendiri segera setelah mereka meninggalkan suasana konseling kelompok dan menggunakannya untuk memecahkan masalah-masalah antar pribadi, emosional dan yang berkenaan dengan pengambilan keputusan (Krumboltz dan Thorezen, 1976 dikutip Corey 1985).

Menurut Corey (1987: 337), pendekatan perilaku ini menekankan pada perilaku klien disina dan saat ini. Dikemukakan juga bahwa perilaku saat ini seseorang dipengaruhi oleh suasana lingkungan saat ini pula. Hal-hal yang berkenaan dengan pengalaman hidup masa lampau. Konflik-konflik psikologis yang berlangsung lama atau struktur kepribadian individu tidak terlalu dipentingkan dalam pendekatan ini. Yang penting dalam memahami perilaku individu adalah apa yang terjadi dalam kehidupan individu itu pada masa kini. Prosedur-prosedur yang digunakan dalam konseling perilaku pada umumnya dimaksudkan untuk memperbaiki pengendalian diri individu sendiri dengan memperluas ketrampilan, kemampuan dan kemandirian individu yang bersangkutan.

Pendekatan ini memiliki ciri-ciri umum, seperti dikemukakan oleh Berkowitz 1982 (dalam Corey 1985, h. 338) sebagai berikut

1. Memusatkan perhatian kepada pemilihan sasaran perilaku yang akan diubah dan mengkhususkan unsur-unsur yang ingin diubah dari perilaku itu.
2. Mempelajari peristiwa-peristiwa yang dapat diamati didalam lingkungan yang mempertahankan perilaku itu.
3. Mengkhususkan secara jelas perubahan lingkungan dan strategi interensi yang dapat mengubah perilaku.
4. Tetap pada assemen dan penilaian terhadap perilaku dalam kenseling berdasarkan data yang ada.
5. Memperhatikan bagaimana seseorang dapat mempertahankan dan menggeneralisasikan perilaku yang telah diperolehnya didalam konseling kelompok, untuk diterapkan dalam situasi baru dan kehidupan sehari-hari pada jangka waktu lama.

Asumsi pokok pandangan ini adalah bahwa perilaku, kognisi dan perasaan yang dimiliki itu semuanya terbentuk karena dipelajari, oleh karena itu semua dapat diubah dengan suatu proses belajar kembali.

Meskipun perubahan itu disebut kkonseling kelompok, sesungguhnya merupakan suatu pengalaman kependidikan dimana indibidu-individu terlibat dalam proses belajar mengajar. Proses yang dimaksudkan bersifat kependidikan, karena semua individu yang ada di dalam kelompok belajar bagaimana melihat proses belajarnya sendiri, mengembangkan pandangan baru tentang cara belajar, dan mereka didorong untuk mencoba cara-cara yang efektif untuk mengubah perilakunya, kognisinya, dan perasaannya. Banyak teknik yang dapat digunakan berdasarkan orientasi yang sesuai dengan konteks kelompok.

Menurut Corey (1985, 346) konselor-konselor kelompok yang bekerja berdasarkan pendekatan perilaku mengambil berbagai intervensi yang berasal dari teori belajar sosial, antara lain: penguatan kembali, pemberian contoh, penataan kognisi kembali, disensitisasi latihan penenangan, melatih, dan latihan perilaku. Disamping itu, konselor kelompok perilaku dapat mengembangkan strategi lain yang diambil dari berbagai pandangan, yang penting adalah keefektifannya untuk mencapai tujuan dan dapat dipertanggung jawabkan. Oleh karena itu dalam menerapkan strateginya, para konselor

kelompok selalu mengikuti kemajuan dari kelompoknya melalui pengumpulan data yang terus menerus sebelum, selama dan sesudah intervensinya.

Pendekatan yang diuraikan diatas memberikan penjelasan yang berkelanjutan kepada konselor dan anggota kelompok mengenai kemajuan yang diperoleh dalam kegiatan kelompoknya.

D. Perumusan Rancangan Kegiatan Dan Penerapan Metode-Metode yang Berorientasi Tindakan

Setelah semua anggota menghususkan tujuan maka kelompok bersama konselor membuat rencana kegiatan kelompok untuk memberikan perlakuan dalam mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Dalam kegiatan kelompok yang dirancang untuk bidang masalah tertentupun pemilihan metode perilaku yang tepat masih perlu dipertimbangkan, agar para pesertanya dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Umumnya strategi yang digunakan adalah mendorong para anggota berinteraksi dalam kelompok. Karena teknik-teknik perilaku berorientasi pada tindakan, maka para anggotanya diharapkan melakukan sesuatu bukan hanya memperhatikan secara pasif dan melakukan intropeksi saja. Meskipun wawasan kognitif dan emosional dihargai dalam pendekatan ini, mendengarkan secara aktif dan dapat memahami dengan cara empati dapat dianggap sebagai keterampilan konseling yang penting, akan tetapi anggota kelompok (klien) harus diajak untuk melakukan tindakan khusus bila menginginkan perubahan perilaku klien tersebut.

Penilaian Objektif Terhadap Hasil Dan Balikan

Apabila semua sudah diatur secara khusus, maka hasil konseling kelompok dapat dimulai secara objektif. Sasaran perilaku yang akan diubah sudah ditentukan secara jelas. Tujuan perlakuan telah dirumuskan secara khusus, dan prosedur telah dirinci secara sistematis. Penilaian kemajuan konseling merupakan suatu proses yang berkelanjutan, karena penilaian itu bukan diarahkan kepada hasil konseling saja melainkan juga diarahkan kepada keberhasilan dan keefektifan prosedur dan teknik yang digunakan. Karena itu, setiap kelompok dapat mengetahui keberhasilannya dalam mencapai tujuan perilakunya yang telah ditentukan. Pemberian kepada para anggota secara terus menerus,

merupakan bagian yang penting dalam konseling kelompok berdasarkan pendekatan perilaku yang dimaksud.

Keputusan untuk menggunakan suatu teknik didasarkan atas keberhasilan setiap teknik itu dalam mendatangkan hasil konseling kelompok.

Tahap-Tahap Kegiatan Konseling Kelompok

Ada tiga tahap yang dilaksanakan dalam konseling kelompok perilaku (Corey 1985: 342-352) yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Permulaan
2. Tahap Pelaksanaan: Rencana perlakuan bantuan dan penerapan teknik-teknik konseling kelompok.
 - 2.1. Penguatan kembali.
 - 2.2. Kontak Kontingensi
 - 2.3. Pemberian contoh
 - 2.4. Latihan perilaku
 - 2.5. Melatih
 - 2.6. Penataan kognisi kembali
 - 2.7. Pemecahan masalah

Langkah-langkah pemecahan masalah dapat dilakukan sebagai berikut:

- 2.7.1. Orientasi umum terhadap permasalahan.
- 2.7.2. Menjaga klien untuk bertindak khusus dalam menjelaskan peristiwa eksternal yang mengarah kepada terjadinya masalah dan juga dalam mengungkapkan peristiwa internal.
- 2.7.3. Menyarankan alternatif pemecahan masalah.
- 2.7.4. Klien menentukan pilihannya tentang cara pemecahan masalah yang dianggapnya paling tepat.
- 2.7.5. Setelah pengambilan keputusan, klien didorong untuk mengambil tindakan sesuai dengan keputusannya dan memeriksa kembali keefektifan tindakan-tindakan yang dilakukannya itu.
- 2.8. Suntikan terhadap tekanan perasaan

Prosedur ini dimaksudkan untuk memberikan serangkaian keterampilan pada klien untuk menangani situasi yang menekan dikemudian hari. Prosedur ini terdiri dari 3 tahap, yaitu:

- A. Tahap kependidikan yang memberikan kerangka kerja kepada klien untuk memahami hakekat situasi yang menekan.
 - B. Klien mempraktekkan teknik-teknik khusus untuk menghadapi masalah-masalah bersifat kognitif dan perilaku.
 - C. Klien dibantu berlatih dan menerapkan keterampilan kognisi dan perilaku dalam berbagai situasi yang menekan yang mereka jumpai dalam kehidupan sehari-hari.
- 2.9. Teknik-teknik keterampilan untuk mengatasi keadaan.

Berikut ini merupakan teknik-teknik yang dapat dilakukan untuk mengatasi keadaan yang menekan, seperti latihan penerangan, untuk mengajarkan keterampilan.

Mengatasi keadaan itu dapat dilakukan dengan langkah berikut:

- A. Klien dihadapkan kepada situasi yang dapat menimbulkan kecemasan melalui hayalan atau suatu permainan peranan.
- B. Klien menilai tingkat kecemasan.
- C. Klien menimbulkan kecemasan yang dialaminya dalam situasi itu.
- D. Klien menilai kembali secara rasional mengenai kognisi atau pernyataan dirinya.
- E. Klien mencatat tingkat kecemasan setelah melakukan penilaian kembali secara rasional itu.

Tahap Akhir

Pada tahap ini, konselor terutama berusaha memantau klien-kliennya untuk mengalihkan perubahan yang telah diperoleh klien-klien itu dalam kelompok kepada yang sebenarnya dalam lingkungan sehari-hari. Pada tahap akhir ini, konselor menjadi fasilitator saja lagi. Pada tahap akhir ini, disaat-saat keseluruhan kegiatan kelompok akan berakhir, maka dilakukan assesmen dan penilaian akhir untuk mengetahui keberhasilan akhir dari konseling kelompok itu.

Pada tahap akhir ini dilakukan perencanaan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok yang penting untuk mengetahui sampai dimana perilaku baru itu dapat diterapkan dalam kehidupan sesungguhnya.

Peran dan Fungsi Konselor Selama Konseling Kelompok

Para konselor diharapkan berperan aktif dan direktif dalam kelompoknya dan menerapkan pengetahuannya mengenai prinsip-prinsip perilaku dan keterampilan untuk memecahkan masalah.

Fungsi lain yang juga seyogyanya diterapkan oleh konselor dengan pendekatan perilaku ini menurut Rose (1983) yang dikutip oleh Corey (1985 : 343) konselor bertugas untuk mengajar para anggota kelompok dalam melakukan penilaian diri, menciptakan keeratan hubungan dan mengubah ciri-ciri kelompok, konselor hendaklah peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi dalam kelompok, terutama apabila masalah yang dihadapi para anggota kelompok tampak meningkat. Masalah yang segera ditemukan dan diterima sebagai masalah oleh anggota-anggota kelompok maka masalah itu segera dapat ditangani dengan prosedur pemecahan masalah yang sistematis.

Penutup

Demikianlah uraian tentang upaya yang mungkin dapat dilakukan konselor dalam membantu mengurangi/menyelesaikan masalah yang dihadapi individu (klien). Banyak cara yang dapat dilakukan konselor bekerja dengan cara yang profesional diantaranya adalah melakukan bimbingan kelompok dengan cara yang profesional.

Semoga bermanfaat bagi pembaca.

THE
Character Building
UNIVERSITY

DAFTAR PUSTAKA

Rose, S. D. (1977) *Grown Therapy a Behavioral a Approach Prenties-Hall.inc.* New Jersey. Englewoodd Cliffs.

Rohman Natawidjaja (1987) *Pendekatan Dalam Penyuluhan Kelompok. I.* Bandung: CV. Diponegoro.



THE
Character Building
UNIVERSITY

➤ **Abdul Haris**

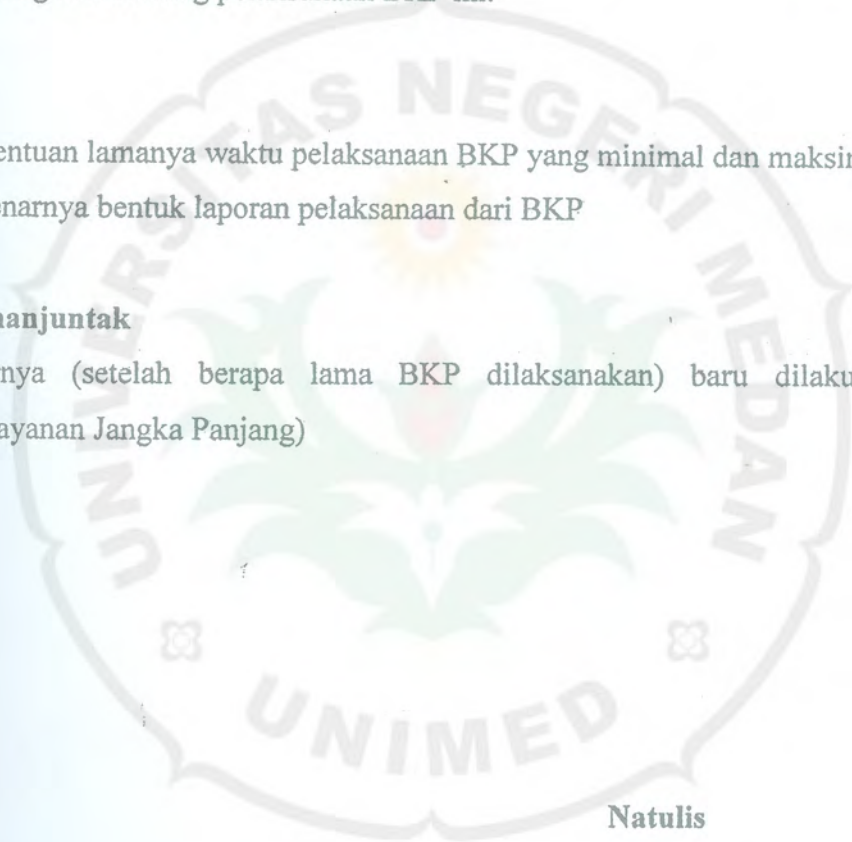
1. Apakah memang banyak pola BKP yang dapat dilakukan karena yang saya ketahui hanya model yang dikembangkan Prof. Prayitno
2. Apakah ada perbedaan-perbedaan langkah-langkah dalam aplikasi BKP atau satu ahli dengan ahli lain diantara beberapa pendapat ahli dunia sebenarnya keunggulannya dari masing-masing ahli tentang pelaksanaan BKP ini.

➤ **Kartini**

1. Apakah ada ketentuan lamanya waktu pelaksanaan BKP yang minimal dan maksimal
2. Bagaimana sebenarnya bentuk laporan pelaksanaan dari BKP

➤ **Roslina Simanjuntak**

1. Kapan sebenarnya (setelah berapa lama BKP dilaksanakan) baru dilakukan LANJAPAN (Layanan Jangka Panjang)



Natulis

THE **RINI ANGGRAINI**
Character Building
UNIVERSITY