

BK KELOMPOK

Diana Septi Purnama

Email: dianaseptipurnama@uny.ac.id

TAHAP AWAL KEGIATAN KELOMPOK

A. Pendahuluan

Pekerjaan konselor kelompok sudah dimulai jauh sebelum pertemuan kelompok yang pertama kali. Kesuksesan kelompok tergantung dari efektifitas kinerja konselor dalam menjalankan tugas sebelum konseling, yang perlu diperhatikan dalam membentuk kelompok adalah, komposisi, pengaturan, dan persiapan.

B. Tahapan Perkembangan Kelompok

Tiap kelompok memiliki karakter unik, interaksi satu sama lain diantara anggota terjadi secara kompleks, dan membuat pengembangan individu secara cepat. Anggota menunjukkan diri melalui hubungan antar pribadi, masing-masing menciptakan mikrokosmos sosialnya sendiri; apabila dipimpin oleh konselor secara efektif, masing-masing anggota akan mulai meneliti gaya hubungan antar pribadinya yang pada akhirnya akan mencoba perilaku baru.

Konseli dan konselor biasanya mengantisipasi pertemuan awal dengan perasaan takut yang ekstrim. Beberapa konselor memilih untuk mulai pertemuan dengan statemen pengantar yang singkat sekitar tujuan dan metode dari kelompok. Konselort akan memberi waktu agar para anggota memperkenalkan diri, biasanya dalam beberapa menit biasanya konseli akan memulai menceritakan kenapa ia memerlukan konseling.

1. Tahap Pertama : Orientasi, Keraguan dalam Keikutsertaan, Mencari Makna, Ketergantungan.

Dua tugas bagi para anggota kelompok baru:

- a. Mereka harus menentukan metode dalam meraih tugas utama, yaitu tujuan mereka bergabung dalam kelompok;
- b. Mereka harus melakukan hubungan sosial dalam kelompok agar tercipta suasana nyaman supaya tugas utama tercapai dan mendapatkan kepuasan tambahan berupa kesenangan dari keanggotaan dalam kelompok.

Konseli-konseli umumnya menyampaikan permasalahan yang berhubungan dengan pasangan, anak-anak, pemberi kerja; kelompok kemudian berusaha memberi beberapa solusi praktis.

2. Tahap Kedua: Konflik, Kekuasaan, Pemberontakan.

Jika perhatian inti suatu kelompok adalah tentang "di dalam atau di luar," yang kemudian "di atas atau di bawah" Kelompok bergeser dari penerimaan menjadi persetujuan, komitmen bagi kelompok. Karakteristik konflik pada tahap ini adalah antara para anggota atau antara para anggota dengan pemimpin. Masing-masing anggota mencoba menentukan besarnya prakarsa dan kekuasaan yang diinginkannya; dan berangsur-angsur mengendalikan hirarki, suatu tingkatan sosial muncul.

Komentar-komentar negatif dan kritik antar anggota semakin sering; para anggota sering kali merasakan berhak melakukan analisa dan menilai orang lain. Perjuangan untuk mengendalikan menjadi bagian dari infrastruktur tiap kelompok: selalu muncul, kadang-kadang tenang, kadang-kadang membara, kadang-kadang berapi-api. Jika ada anggota yang berkeinginan kuat untuk mendominasi, pengendalian menjadi tema utama pada awal pertemuan.

Munculnya permusuhan terhadap konselor tidak bisa dihindari dalam perjalanan kehidupan suatu kelompok. Permusuhan terhadap pemimpin berasal dari sumbernya yang tidak realistis, yang ditunjukkan oleh konseli yang diam-diam mengilhami konselor. Harapan-harapan mereka begitu banyak sehingga mereka berisiko dikecewakan oleh konselort. Konselor kelompok menolak untuk mengisi peran otoritas tradisional karena mereka tidak memimpin dengan cara yang biasa; mereka tidak menyediakan jawaban dan solusi; mereka menghimbau kelompok untuk mengeksplorasi dan memanfaatkan sumber daya yang ada.

Sumber lain dari kemarahan terhadap pemimpin adalah karena pada awalnya tiap anggota berharap mendapat perhatian khusus dari pemimpin, namun kemudian masing-masing anggota mulai menyadari bahwa konselor tidak lebih tertarik padanya atau pada siapapun dalam kelompok. Tahap ini sering menyulitkan dan secara pribadi tidak menyenangkan bagi konselort kelompok. Untuk kenyamanan konselor, konselor harus belajar untuk membedakan antara serangan atas dirinya dan serangan pada peranan konselort dalam kelompok.

3. Tahap Ketiga: Pengembangan dan Keterpaduan

Tahapan ini sebagai tahap perkembangan suatu kelompok yang merupakan pengembangan dari keterpaduan kelompok. Banyak ungkapan dengan arti serupa untuk menguraikan tahap ini:

kesadaran kelompok; "semanagat mencapai tujuan; konsesus kelompok, kooperasi, dan dukungan timbal balik; pengintegrasian kelompok dan saling menguntungkan;" kesatuan kesadaran; persaingan eksternal; dukungan dan kebebasan untuk komunikasi dan penetapan keakraban dan kepercayaan antara teman sebaya. Selama dalam tahap ini ada peningkatan moral, kepercayaan timbal balik, dan keterbukaan diri. Beberapa anggota mengungkapkan alasan "riil" mereka tentang kedatangan mereka untuk perawatan; rahasia-rahasia seksual bisa berbagi bersama; kesalahan masa lalu yang lama terpendam diungkapkan didepan umum.

W.Schutz, yang menandai perhatian konseli pada tahap awal dengan "di dalam atau di luar" dan "di atas atau di bawah", maka tahap yang ketiga mempunyai ciri "dekat atau jauh"; kegelisahan utama bertalian dengan ketidak sukaan atau tidak cukup dekat dengan orang lain.

C. Pandangan Umum

W.Schultz menggambarkan perkembangan kelompok setara dengan proses mempererat baut-baut roda satu demi satu sehingga kencang; lalu proses itu diulangi, untuk masing-masing baut yang sedang dipererat sampai roda dianggap aman. Dengan pola yang serupa, ketika tahapan dari suatu kelompok muncul, kemudian menjadi dominan, lalu menyusut, dan kembali membentuk saat berhadapan dengan isu dengan skala yang lebih besar. Istilah "cyclotherapy" D.Hamburg, mengacu pada proses tentang pengulangan isu-isu yang sama hanya dipandang dari perspektif yang berbeda dan lebih dalam.

D. Pengaruh Konseli Pada Perkembangan Kelompok

Secara umum, keadaan pada awal pertemuan sangat dipengaruhi oleh anggota kelompok yang sakit hubungan antar pribadinya paling "berpengaruh", sebagai contoh, kecenderungan monopoli, eksibisionis, terlalu terbuka, mudah marah, menghakimi, atau kecenderungan tak terkendali untuk mengendalikan.

Studi dropout konseli dari sembilan kelompok rawat jalan, ditemukan bahwa dalam lima kelompok konselinya memiliki karakteristik perilaku melarikan diri dari kelompok konseling pada 12 pertemuan pertama. Konseli-konseli ini secara dinamis berbeda satu sama lain tetapi memiliki peran yang serupa dalam kelompok; mereka ribut, mengaktifkan kelompok dengan kemarahan, lalu menghilang. Konselor menggambarkan peran mereka dalam kelompok sebagai "katalisator", "target" "penterjemah berbahaya" atau "satu-satunya yang jujur."

E. Permasalahan Keanggotaan

Awal perkembangan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh permasalahan keanggotaan. Pergantian di dalam keanggotaan, keterlambatan, dan ketidak hadirannya, adalah kehidupan dalam kelompok yang sering mengancam stabilitas dan integritas perkembangannya. Ketidak hadirannya dapat mengalihkan perhatian tugas-tugas dan kekuatan pengembangan kelompok pada permasalahan memelihara keanggotaan. Tugas konselor adalah memperhatikan kehadiran yang tidak beraturan, dan bila perlu dapat menggantikan yang keluar dengan menambahkan anggota baru.

Dalam kelas yang normal, 10 persen sampai 35 persen anggota gugur dalam kelompok pada 12 sampai 20 kali pertemuan awal; jika dua atau lebih anggota gugur, anggota baru biasanya ditambahkan. Secara umum, setelah 20 kali pertemuan konseli yang tetap dalam kelompok, mulai membuat komitmen jangka panjang.

1. Kehadiran dan Ketepatan Waktu

Meskipun konselor mendorong kehadiran dan ketepatan waktu, berbagai kesulitan biasanya muncul pada awal langkah suatu kelompok. Kadang-kadang konselor dihadapkan pada permasalahan izin menjaga bayi, liburan, kesulitan transportasi, bekerja lembur, keluar kota. Sebelum konseling dimulai, banyak konselor menekankan pentingnya kehadiran secara reguler. Konseli-konseli yang mungkin perlu diberi jadwal atau masalah transportasi, mungkin akan lebih baik melakukan konseling individu.

2. Anggota yang Keluar dari Kelompok (*Dropout*)

Ancaman paling utama dalam terpi kelompok adalah dropout, beberapa ahli menyatakan bahwa anggota dropout tidak bisa terelakkan namun perlu sebagai proses penyaringan dalam membangun suatu kelompok yang kompak.

3. Mencegah *Dropout*

Salah satu cara untuk mengurangi tingkat dropout, adalah dengan melakukan persiapan sebelum konseling, yaitu dengan mengantisipasi perhatian dan masalah utama dalam kelompok. Antisipasi ini dengan menjelaskan kepada konseli bahwa, periode kebosanan akan muncul dalam proses konseling.

4. Mengeluarkan konseli dari konseling kelompok

Mengeluarkan Konseli dari Kelompok memerlukan pertimbangan yang matang agar bermanfaat baik bagi konseli maupun kelompok. Begitu diputuskan bahwa konseli tidak efektif, perlu dicoba untuk menghindari rintangan yang mungkin menghalangi ikatan produktifnya dengan kelompok. Jika sudah dilakukan segala cara namun tidak mampu mengubah situasi, masih ada harapan untuk menghasilkan salah satu yang berikut.

- a. Konseli pada akhirnya akan gugur dari kelompok tanpa mendapatkan manfaat;
- b. Konseli itu bisa dirugikan karena keikutsertaannya lebih lanjut dalam kelompok;
- c. Konseli itu pada hakekatnya akan menghalangi kinerja kelompok konseli yang lain.

Ketika konselor mengeluarkan konseli dari kelompok, mungkin akan mendapat reaksi keras dari anggota kelompok yang lain.

Dua penafsiran dari para anggota kelompok bila konselor melakukan tindakan mengeluarkan salah satu konseli:

- a. Menganggap konselor tidak menyukai konseli, marah dan menghendaki konseli keluar dari kelompok.
- b. Konselor dianggap mempertimbangkan kesehatan jiwa konseli dan bertanggung jawab pada kesembuhannya namun tidak mungkin dilakukan dalam kelompok itu.

5. Memindahkan Anggota Kelompok sebagai Pertimbangan Konseling

Ketika salah satu konseli diminta untuk meninggalkan kelompok, konselor perlu memberi semangat dengan cara menjelaskan bahwa kejadian itu bukanlah suatu kegagalan baginya, dan memberinya saran untuk melakukan konseling lain baik secara individu atau masuk menjadi anggota kelompok lain yang mungkin lebih cocok dan lebih dapat membantu dirinya.

6. Penambahan Anggota Baru

Ketika anggota kelompok tinggal 5 atau kurang, konselor perlu memasukkan anggota baru. Ini bisa dilakukan kapan saja selama kelompok berlangsung, tetapi umumnya penambahan dilakukan ketika ada jeda waktu dalam konseling konseli rawat jalan jangka panjang. Pada 12 sampai 20 pertemuan awal (untuk menggantikan konseli dropout pada awal pertemuan) dan setelah kira-kira 12 sampai 18 bulan (untuk menggantikan anggota yang sudah selesai konseling).

7. Pemilihan waktu

Periode paling menguntungkan untuk menambahkan anggota baru adalah selama tahap stagnasi dalam kelompok. Banyak kelompok, terutama mereka yang lebih tua, merasakan

kebutuhan akan rangsangan yang baru, dengan aktif mendorong konselor itu untuk menambahkan para anggota.

8. Respon dari Kelompok

Umumnya anggota baru kurang disukai bahkan terkadang dibenci oleh anggota lama. Namun situasi sebaliknya bisa saja terjadi terutama bila kelompok memang menghendaki adanya anggota baru.

9. Alasan Respon suatu Kelompok

Beberapa pertimbangan suatu respon kelompok yang ambivalen kepada anggota baru, akibat dari rasa kesetia kawan dan keterpaduan dalam kelompok; menganggap setiap perubahan sebagai suatu ancaman kepada keadaan tetap pada suatu saat tertentu. Atau menganggap anggota baru sebagai saingan potensial yang dapat mengalihkan perhatian konselor. Ada juga anggota lain, terutama sekali yang memiliki konflik dalam area kendali dan kekuasaan, akan menganggap anggota baru sebagai suatu ancaman pada posisi mereka dalam hirarki kekuasaannya.

10. Petunjuk konseling

Pengenalan konseli baru jika dilakukan dengan pertimbangan yang matang, mungkin dapat meningkatkan proses konseling bagi para anggota lama yang mungkin bereaksi dengan gaya yang aneh terhadap pendatang baru. Prinsip penting dari konseling kelompok, adalah bahwa setiap stimulus utama yang diperkenalkan kepada kelompok akan menimbulkan bermacam respon dari anggota kelompok.