

KONSELING KELOMPOK

<http://kajianpsikologi.guru-indonesia.net>



Latar Belakang

- | Konseling kelompok (salah satu prosedur terapeutik) menjadi metode kelompok yang semakin populer
- | Atkinson (1991), keuntungan kons. kelompok:
 - ✓ menghemat waktu
 - ✓ klien merasa aman dan mendapat dukungan
 - ✓ klien mengalami *vicarious learning*

Lanjutan...

- | Klien memperoleh umpan balik dari klien lain
- | Kons kelompok dapat menurunkan simtom depresi dan memperbaiki mood, serta mengatasi berbagai masalah siswa SLTA

Pengertian Konseling Kelompok

- | Merupakan proses dimana seorang konselor terlibat dalam suatu hub dg sejumlah klien pd waktu yg sama (Shertzer & Stone, 2001)
- | Peran konselor: menciptakan lingkungan yg aman shg para anggota kelompok merasa bebas berbagi masalah pribadi

Tipe Konseling Kelompok

- a. *The common problem group*
- b. *The case-centered group*
- c. *The human potential group*
- d. *The skill-development group*

E. TIPE KONSELING KELOMPOK

Menurut Thomas dan Rudolf (2002) terdapat 4 kategori kelompok yang terbuka:

1. *The common problem group*, kelompok anak-anak yang punya problem yang hampir sama (berat badan, prestasi rendah,, perceraian, dsb)
2. *The case-centered group*, kelompok anak-anak yang memiliki masalah yang berbeda.
3. *The human potensial group*, kelompok memberi kesempatan bagi anak untuk mengembangkan sifat dan kelebihan mereka.
4. *The skill develompental*, kelompok ini diarahkan pada ketrampilan perilaku khusus (mengembangkan ketrampilan, komunikasi, mendengar aktif belajar menjadi aseptif, menerima dan memberi umpan balik)

Keuntungan menggunakan Konseling Kelompok

- I Menurut George & Christiani (2001):
 - ✓ Lebih efisien
 - ✓ Memungkinkan konteks sosial interpersonal yang kondusif utk menangani problem interpersonal
 - ✓ Membantu klien menempatkan problem dlm perspektif & utk memahami bhw ia sama sekaligus berbeda dg orang lain
 - ✓ Membangun suatu sistem dukungan
 - ✓ Klien belajar keterampilan komunikasi interpersonal
 - ✓ “Take and Give” antar klien

Keterbatasan Konseling Kelompok

- | Beberapa klien membutuhkan bantuan individual
- | Peran konselor cenderung berlebihan dan kompleks
- | Proses kelompok sering terhenti pada satu isu
- | Byk klien sulit mengembangkan kepercayaan pd anggota kelompok lain
- | Kontradiksi menentukan masalah yg dpt ditangani dg kons kelompok

Tujuan Konseling Kelompok

- | Membantu anggota kelompok memahami dirinya dlm proses pencarian identitas; menjadi diri sendiri
- | Mengemb penerimaan diri & perasaan pribadi yg berharga
- | Mengemb sosial & interpersonal skill, misal kemampuan memecahkan masalah, mengambil keputusan, empati & sensitif thd kebutuhan orang lain, bertanggungjwb thd perilakunya sendiri
- | Belajar menjadi pendengar yang empatik
- | Membantu tiap anggota membuat tujuan khusus & komitmen thd pencapaian tujuan tsb.

Tahap Konseling Kelompok

1. Tahap Pembentukan
2. Tahap Peralihan
3. Tahap Pelaksanaan Kegiatan
4. Tahap Pengakhiran

1. Tahap Pembentukan

- I Kegiatan yg meliputi:
 - a) Pengenalan dan pengungkapan tujuan
 - b) Terbangunnya kebersamaan
 - c) Keaktifan Pemimpin Kelompok

Tahap 1: Pembentukan

TAHAP 1: PEMBENTUKAN

Tema:
Pengenalan
Pelibatan diri
Pemasukan diri

Tujuan:

1. Anggota memahami pengertian & kegiatan kelompok
2. Tumbuhnya suasana kelompok
3. Tumbuhnya minat anggota mengikuti kegiatan kelompok
4. Tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima, & membantu sesama anggota
5. Tumbuhnya suasana bebas & terbuka
6. Dimulainya pembahasan ttg tingkah laku & perasaan dlm klpk

Kegiatan:

1. Mengungkap arti & tujuan keg klpk
2. Menjelaskan cara & asas keg klpk
3. Saling memperkenalkan & mengungkapkan diri
4. Teknik khusus
5. Permainan pengakraban

Peranan Pemimpin Kelompok:

1. Menampilkan diri secara utuh & terbuka
2. Menampilkan penghormatan pd orglain, hangat, tulus, bersedia membantu, & empati
3. Sebagai contoh/teladan

2. Tahap Peralihan

- a. Suasana kegiatan
- b. Suasana ketidakseimbangan
- c. Merupakan jembatan antara tahap I & tahap 2

Tahap 2: Peralihan

TAHAP 2: PERALIHAN

Tema:

Pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga

Tujuan:

1. Terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya utk memasuki thp berikutnya
2. Makin mantapnya suasana klpk & kebersamaan
3. Makin mantapnya minat utk ikut serta dlm keg klpk

Kegiatan:

1. Menjelaskan keg yg akan ditempuh pd thp berikutnya
2. Menawarkan atau mengamati apakah anggota sdh siap menjalani pd thp selanjutnya (thp ke-3)
3. Membahas suasana yg tjd
4. Meningkatkan kemamp keikutsertaan anggota
5. Kalau perlu, kembali ke bbrp aspek thp pertama (thp pembentukan)

Peranan Pemimpin Kelompok:

1. Menerima suasana yg ada scr sabar & terbuka
2. Tdk mempergunakan cara yg bersifat lgs atau mengambil alih kekuasaan
3. Mendorong dibahasnya suasana perasaan
4. Membuka diri, sbg cth/teladan, dan penuh empati

3. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

- a. Pengemukaan permasalahan
- b. Pemilihan masalah
- c. Pembahasan masalah

Tahap 3: Pelaksanaan Kegiatan

TAHAP 3: KEGIATAN

Tema:
Kegiatan Pencapaian Tujuan

Tujuan:

1. Terungkapnya masalah scr bebas atau topik yg dirasakan, dipikirkan, & dialami oleh anggota klpk
2. Terbahasnya masalah yg dikemukakan scr mendalam & tuntas
3. Ikut sertanya seluruh anggota scr aktif & dinamis dlm membahas masalah & topik, baik yg menyangkut unsur tingkah laku, pemikiran ataupun perasaan

Kegiatan:

1. masing2 anggota scr bebas mengemukakan masalah atau topik bahasan
2. Menetapkan masalah atau topik yg akan dibahas terlebih dahulu
3. Anggota membahas masing2 topik scr mendalam & tuntas
4. Kegiatan selingan

Peranan Pemimpin Kelompok:

1. Sbg pengatur lalu lintas yg sabar & terbuka
2. Aktif tp tdk byk bicara
3. Memberi dorongan & penguatan serta penuh empati

4. Tahap Pengakhiran

- | Pembahasan & penjelajahan ttg kemamp anggota klpk utk menerapkan apa yg telah mereka pelajari

Tahap 4: Pengakhiran

TAHAP 4: PENGAKHIRAN

Tema:
Penilaian dan Tindak Lanjut

Tujuan:

1. Terungkapnya kesan2 anggota kelompok ttg pelaksanaan kegiatan
2. Terungkapnya hsl kegiatan klpk yg tih dicapai yg dikemukakan scr mendalam & tuntas
3. Terumuskannya rencana keg lbh lanjut
4. Tetap dirasakannya hub klpk & rasa kebersamaan meskipun keg diakhiri

Kegiatan:

1. Pemimpin klpk mengemukakan bhw keg akan segera diakhiri
2. Pemimpin & anggota klpk mengemukakan kesan2 & hsl keg
3. Membahas

Peranan Pemimpin Kelompok:

1. Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, & terbuka
2. Memberi pernyataan & mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota
3. Memberi semangat utk keg lbh lanjut
4. Penuh rasa persahabatan & empati

Penelitian dalam Konseling Kelompok

- Ø Doyle, dkk, (1999); kons kelompok efektif utk mengemb keyakinan diri, membangun kepercayaan, meningkatkan kesadaran diri, mempertinggi keterampilan komunikasi, & meningkatkan motivasi serta performansi akademik siswa sekolah menengah
- Ø Carter (1994); perubahan konsep diri pd mahasiswa kulit hitam pd th pertama kuliah yg mengikuti kons kelompok
- Ø Healy (1994); meningkatkan pengetahuan, perencanaan, dan kepastian karir pd siswa sekolah menengah

A large green shape on the left side of the slide, resembling a stylized letter 'C' or a bracket. It has a white semi-circular cutout on its right side.

Sekian.....

Terimakasih

A thick, dark blue horizontal bar with rounded ends, positioned below the text 'Terimakasih'.