



2024

MODUL KONSELING KELOMPOK



Modul Konseling Kelompok

A. Pengantar

Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah siswa. Terdapat sejumlah layanan bimbingan dan konseling kelompok yang menjadi tugas guru bimbingan dan konseling dalam membantu mengoptimalkan tugas perkembangan siswa. Sejumlah layanan tersebut antara lain adalah mampu memberikan layanan konseling baik bersifat individu maupun kelompok.

Konseling Kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami anggota kelompok melalui dinamika kelompok. melalui pembahasan dan pemecahan masalah dalam dinamika kelompok diharapkan siswa dapat saling belajar pada sesama anggota kelompok dan siswa lebih antusias terhadap kegiatan konseling yang diselenggarakan.

Modul ini dikembangkan sebagai salah satu bahan belajar konseling kelompok bagi mahasiswa calon guru bimbingan dan konseling/konselor berupa bahan tertulis yang berisi materi dan tugas-tugas pelatihan. Harapannya modul ini dapat memudahkan mahasiswa untuk mempelajari konseling kelompok.

B. Konsep Dasar Konseling Kelompok

Konseling Kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami sesuai dengan tuntutan karakter-cerdas yang terpuji melalui dinamika kelompok.

Menurut Pietrofresa (Dalam Natawidjaja, 2009: 6) *“Group Counseling is a problem oriented and largely remedial process that accelerates individual problem resolution in a group setting”* penekanan padapengertian ini adalah bahwa konseling kelompok berorientasi pada masalah dan proses perbaikan yang luas. Konseling kelompok cocok diterapkan bagi orang-orang yang mengalami beberapa kesulitan, ketidakpuasan, atau yang terlibat dalam perilaku yang bersifat menghambat perkembangan diri (*self defeating*)

Konseling kelompok menurut Corey (2012: 28) adalah *“group counseling has preventive as well as remedial aims. Generally, the counseling group has specific focus which maybe educational, career social and personal. Group works*

emphasizes interpersonal communication of conscious thought, feelings, and behavior within here and now time frame. Counseling groups are often problem oriented, and the members largely determine their content and aims."

Pengertian tersebut dapat diartikan sebagai suatu layanan yang dapat mencegah atau memperbaiki baik pada bidang pribadi, sosial belajar ataupun karir. Konseling kelompok menekankan pada komunikasi interpersonal yang melibatkan pikiran, perasaan dan perilaku dan menfokuskan pada saat ini dan sekarang. Konseling kelompok biasanya berorientasi pada masalah dan anggota kelompok sebagian besar dipengaruhi oleh isi dan tujuan mereka.

Jacob (2006: 13) mengartikan "*counseling and therapy groups are different from growth groups in that members come to the group because of certain problem in their lives. School counselors often lead counseling groups for students who have various problems at home, at school, or with friend. The leader focuses the group on different individuals and their problems; then, members try to help one another with the leader's guidance. The leader will, at times, play a dominant role by directing the session to make it more productive."*

Pendapat tersebut senada dengan pendapat-pendapat sebelumnya bahwa konseling dalam suasana kelompok dapat lebih mengembangkan wawasan dan pemahaman tentang masalah tertentu dan menyediakan sejumlah alternatif solusi tertentu untuk memecahkan masalah yang dialami oleh anggota kelompok.

Dengan memperhatikan beberapa definisi yang dikemukakan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh konselor kepada sejumlah individu yang sedang mengalami permasalahan dalam hidupnya, dengan memperhatikan perbedaan karakteristik dari anggota kelompok dan permasalahan yang dialaminya, melalui dinamika kelompok yang dipimpin oleh konselor, anggota kelompok dapat saling membantu dan berinteraksi antar sesama anggota kelompok guna membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok dan mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya.

Menurut Jacob (2006: 19) menyatakan bahwa bagi sejumlah orang, konseling kelompok lebih baik daripada konseling individu karena anggota kelompok membutuhkan masukan dari anggota yang lain dan mereka juga dapat belajar mendengarkan, menghargai daripada sekedar berbicara. Di lingkungan remaja, konseling kelompok lebih baik daripada konseling individu karena remaja biasanya lebih senang berbicara dengan para remaja lain daripada dengan orang dewasa.

Menurut pendapat di atas dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok dapat memberikan kesempatan bagi anggota kelompok untuk belajar mendengarkan, menghargai, bertukar pendapat dan sangat cocok diterapkan pada usia remaja.

Dari sejumlah tujuan dan fungsi konseling kelompok yang dikemukakan oleh para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat membantu individu untuk belajar mendengarkan, menghargai, bertukar pendapat, ikut merasakan masalah yang dialami oleh anggota kelompok lain, belajar mengungkapkan pendapat, melatih kedisiplinan diri, belajar kepercayaan diri, mengembangkan keterampilan sosial, bertanggung jawab, dapat belajar mengubah perilaku negatif, belajar mencari solusi yang bijaksana terhadap masalah yang dialami oleh diri sendiri ataupun orang lain.

C. Dinamika kelompok

Dinamika kelompok merupakan media untuk membimbing anggota kelompok mencapai tujuan kelompok, yaitu mengarahkan anggota kelompok untuk melakukan hubungan interpersonal satu sama lain. Jalinan hubungan interpersonal merupakan wahana bagi anggota kelompok untuk berbagi pengetahuan, pengalaman, dan bahkan perasaan satu sama lain sehingga memungkinkan proses belajar di dalam kelompok yang kohesif. Kohesi kelompok adalah sejumlah faktor yang mempengaruhi anggota kelompok untuk tetap menjadi anggota suatu kelompok.

Melalui dinamika kelompok, anggota konseling kelompok memperoleh Kekuatan operasional suatu kelompok yang akan memicu adanya proses kelompok dalam melakukan pertukaran semangat dan interaksi diantara anggota dan pemimpin kelompok.

Unsur dinamika kelompok adalah:

1. Tujuan kelompok, yaitu suatu keadaan di masa mendatang yang diinginkan oleh anggota-anggota kelompok.
2. Kekompakan kelompok, yaitu tingkat kebersamaan yang menggambarkan ketertarikan anggota kelompok kepada kelompoknya
3. Struktur kelompok, yaitu: pola-pola hubungan di antara berbagai posisi dalam suatu susunan kelompok.
4. Tugas kelompok : (1) Tugas produksi, yaitu tugas yang bersangkutan dengan berbagai upaya menghasilkan dan menyajikan berbagai gagasan dan penyusunan berbagai rencana, (2) Tugas diskusi, yaitu tugas-tugas yang berkaitan dengan pembahasan atau pengkajian berbagai isu yang

memerlukan kesepakatan dan keputusan bersama, dan (3) Tugas pemecahan masalah, yaitu tugas yang berkaitan dengan penentuan tindakan pemecahan masalah-masalah tertentu yang dihadapi kelompok.

5. Pengembangan dan Pemeliharaan Kelompok, yaitu hal-hal yang harus ada dalam kelompok, diantaranya. pembagian tugas, kegiatan yang kontinyu, ketersediaan fasilitas, peningkatan partisipasi anggota, jalinan komunikasi antar anggota kelompok, pengawasan dan pengendalian kegiatan kelompok, timbulnya norma-norma kelompok, proses sosialisasi kelompok, kegiatan menambah anggota baru dan mempertahankan anggota lama.
6. Keefektifan kelompok ditunjukkan dalam tiga aktifitas dasar, yaitu aktifitas mencapai tujuan, aktifitas memelihara kelompok secara internal, dan aktifitas mengubah dan mengembangkan cara meningkatkan keefektifan kelompok. Supaya terdapat kerjasama yang efektif beberapa prinsip yang harus dipenuhi, yaitu suasana kelompok, kepemimpinan bergilir, perumusan tujuan, fleksibilitas, mufakat, kesadaran kelompok, dan penilaian yang kontinyu.
7. Tekanan Kelompok (*Group Pressure*), yaitu tekanan / desakan yang berasal kelompok itu sendiri; dan tekanan yang berasal dari luar kelompok, misalnya kelompok tandingan, harapan masyarakat dsb.
8. Maksud terselubung (*Hidden Agendas*), yaitu tujuan perorangan atau pribadi yang ditutup-tutupi, tidak diketahui oleh anggota-anggota kelompok yang lain, dan tujuan tersebut sering berlawanan atau bertentangan dengan tujuan kelompok yang dominan dan disepakati bersama.

D. Unsur-unsur Konseling Kelompok

Unsur-unsur yang terdapat dalam konseling kelompok meliputi:

1. Tujuan, yaitu terpecahkannya masalah yang dialami klien anggota kelompok.
2. Anggota kelompok adalah anggota yang mengikuti kegiatan konseling kelompok.
3. Pemimpin Kelompok, yaitu Konselor yang mengatur proses interaksi sosial dalam kelompok .
4. Norma/Aturan kelompok berkenaan dengan pengembangan suasana interaksi yang hangat, akrab, permisif, terbuka.

5. Masalah anggota kelompok yang diusahakan pemecahannya secara tuntas melalui prosedur kelompok yang dibahas secara bersama-sama dipimpin oleh Konselor.
6. Anggota Konseling Kelompok sedapat mungkin homogen dalam arti semua anggota kelompok diharapkan dapat menyumbangkan sesuatu dalam pengembangan dinamika interaksi sosial yang terjadi di dalam kelompok yang memiliki kemampuan anggota kelompok seimbang.

5. Masalah yang dibahas

- a. Masalah yang dibahas di dalam konseling kelompok kemungkinan besar adalah berbeda-beda atau bahkan “tidak bermasalah” atau muncul dengan sendirinya dalam suasana dinamika interaksi sosial dalam kelompok.
- b. Dapat juga Konselor atas persetujuan anggota kelompok menetapkan masalah tertentu yang dibahas dalam konseling kelompok terjadi pemusatan pikiran dan bahasan/ terfokus.
- c. Jenis masalah konseling kelompok adalah dapat meliputi masalah bidang pribadi, bidang sosial, bidang belajar dan bidang karir.

6. Sifat isi pembicaraan

Sifat isi pembicaraan dalam konseling kelompok adalah terbuka dalam kerahasiaan yang memerlukan kepercayaan antar anggota kelompok untuk menjamin kerahasiaan sebagai ciri khasnya.

E. Komponen Utama Dalam Konseling Kelompok

Prayitno (1998: 27) mengemukakan bahwa ada tiga komponen penting dalam kelompok yaitu suasana kelompok, anggota kelompok dan pemimpin kelompok.

a. Suasana Kelompok

Para ahli menyebutkan ada lima hal yang harus diperhatikan dalam menilai kehidupan berkelompok baik maupun kurang baiknya diantaranya: adanya saling hubungan yang dinamis antar anggota, memiliki tujuan bersama, hubungan antara besarnya kelompok (banyaknya anggota) dalam kelompok, itikad dan sikap terhadap orang lain dan kemampuan mandiri

b. Anggota Kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin ada kelompok. Kegiatan ataupun kehidupan kelompok itu sebagian besar berdasarkan atas peranan para anggota. Peranan kelompok tidak akan terwujud tanpa keikutsertaan aktif para anggota kelompok, dan bahkan lebih dari itu. Dalam batas-batas tertentu suatu kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa kehidupan pemimpin kelompok. Secara singkat peranan anggota kelompok sangatlah menentukan. Lebih tegasnya dapat dikatakan bahwa anggota kelompok justru merupakan badan dan jiwa kelompok.

Peranan yang hendaknya dimainkan anggota kelompok sesuai dengan yang diharapkan yaitu: 1) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok; 2) Mencurahkan segenap perasaan dan melibatkan diri dalam kegiatan kelompok; 3) Berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama; 4) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik; 5) Benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok; 6) Mampu berkomunikasi secara terbuka; 7) Berusaha membantu anggota kelompok yang lain; 8) Memberi kesempatan anggota yang lain untuk juga menjalankan peranannya; 9) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.

c. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah-masalah mereka sendiri. Peranan pemimpin kelompok dalam layanan konseling kelompok adalah:

- 1) Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok
- 2) Pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami oleh anggota kelompok.
- 3) Jika kelompok tersebut kurang menjurus kearah yang dimaksud, maka pemimpin kelompok perlu memberikan arahan yang dimaksud.
- 4) Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok.
- 5) Pemimpin kelompok diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit), pendamai dan pendorong kerja sama serta suasana kebersamaan. Selain itu juga diharapkan bertindak sebagai penjaga agar

apapun yang terjadi di dalam kelompok itu, tidak merusak ataupun menyakiti seseorang atau lebih anggota kelompok.

- 6) Sifat kerahsiaan dari kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.

F. Tujuan Konseling Kelompok

Sejumlah manfaat yang sekaligus dapat menjadi tujuan terdapat dalam layanan konseling kelompok.

Wibowo (2005: 20) menyatakan bahwa tujuan konseling kelompok adalah:

Tujuan yang ingin dicapai dalam konseling kelompok, yaitu pengembangan diri, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok, agar terhindar dari masalah, dan masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.

Pendapat tersebut menyatakan bahwa konseling kelompok bertujuan dapat mengembangkan diri, memecahkan permasalahan yang dialami oleh individu, terhindar dari masalah serta permasalahan dapat segera terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain. Wibowo (2005: 41) juga menambahkan bahwa “fungsi konseling kelompok ialah untuk mencegah, mengembangkan pribadi, dan pengentasan masalah.

Tujuan konseling kelompok secara lengkap dikemukakan oleh Corey (2012: 29) yaitu sebagai berikut:

- a) *To increase awareness and self knowledge; to develop a sense of one's unique identity.*
- b) *To achieve self-knowledge and develop a sence of one's unique identity;*
- c) *To recognize the communality of the participant's and problems and develop a sence of universality;*
- d) *To increase self-acceptance, self confidence, and self-respect in order to achieve a new of oneself;*
- e) *To find alternative ways of dealing with normal developmental issues and of resolving certain conflict;*
- f) *To increase self-direction, autonomy, and responsibility toward oneself and other;*
- g) *To become aware of one's choices and to make choices wisely;*
- h) *To make specific plan for changing certain behavior and to commit oneself to follow through with these plans;*

- i) *To learn more effective social skills;*
- j) *To become more sensitive to the needs and feeling of other;*
- k) *To learn how to confront other with care, concerns, honesty, and directness;*
- l) *To move away from merely meeting other, expectation and to learn to live by one's own expectation; and*
- m) *To clarify one's values and decide whether and how to modify them.*

Dari penjelasan di atas dapat diartikan bahwa tujuan konseling kelompok yaitu untuk belajar mengembangkan kesadaran dan pengetahuan diri, untuk mengembangkan kepekaan kepada orang lain, untuk mengetahui kebutuhan komunitas kelompok dan persoalan serta sebuah pengertian yang universal; untuk memperluas motivasi diri, percaya diri, menghargai diri dalam perintah untuk mencapai pandangan yang baru dalam dirinya; untuk menemukan jalan pilihan dalam suatu hubungan dengan persoalan perkembangan yang normal dan tentunya memecahkan permasalahan; untuk memperluas wawasan diri, otonomi dan bertanggung jawab terhadap dirinya dan orang lain; untuk menjadi sadar akan suatu pilihan dan untuk memutuskan pilihan yang bijaksana; untuk membuat rencana khusus terhadap beberapa perubahan perilaku, mengerjakan sendiri, mengikuti terus rencana ini; untuk belajar lebih efektif keahlian sosial; untuk menjadi lebih sensitif terhadap kebutuhan dan perasaan yang lain; untuk belajar bagaimana menghadapi orang lain dengan peduli, perhatian, kejujuran, dan petunjuk; untuk menghindari pembicaraan sendiri, harapan dan untuk belajar dari satu harapan yang dimiliki; dan untuk menjelaskan suatu nilai dan memutuskan bagaimana mengubah mereka.

Tujuan Konseling Kelompok sebagai cara atau strategi untuk membantu anggota kelompok mengatasi masalah yang dihadapi sesuai akar masalahnya dengan mengeliminasi tingkah laku maladaptif akibat pandangan yang irrasional, pengambilan keputusan awal yang salah sehingga tercapai aktualisasi diri yang optimal.

G. Tahapan konseling kelompok

Wibowo (2005: 86-103) mengelompokkan tahapan proses konseling kelompok menjadi empat tahap, yaitu:

- a. Tahap Permulaan (*Beginning Stage*)
- b. Tahap Transisi (*Transition Stage*)

- c. Tahap Kegiatan (*Working Stage*)
- d. Tahap Pengakhiran (*Termination Stage*)

Adapun penjelasan dari kutipan di atas adalah sebagai berikut:

1) Tahap Permulaan (*Beginning Stage*)

Tahap permulaan ini konselor perlu mempersiapkan terbentuknya kelompok. Pada tahap ini dilakukan upaya untuk menumbuhkan minat bagi terbentuknya kelompok yang meliputi pemberian penjelasan tentang adanya layanan konseling kelompok bagi para siswa, penjelasan pengertian, tujuan dan kegunaan konseling kelompok, ajakan untuk memasuki dan mengikuti kegiatan serta kemungkinan adanya kesempatan dan kemudahan bagi penyelenggara konseling kelompok.

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok, tahap menentukan agenda, tahap menentukan norma kelompok dan tahap penggalian ide dan perasaan. Pada tahap ini umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan atau harapan-harapan yang ingin dicapai baik masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota.

Setelah pembentukan kelompok kemudian dimulai dengan pertemuan pertama yang disebut peran serta. Di sini konselor kelompok perlu melakukan langkah-langkah sebagai berikut:

(1) Perkenalan

Pertama kali yang dilakukan konselor kelompok adalah memperkenalkan dirinya dan memperkenalkan tiap anggota kelompok (ini dilakukan jika anggota kelompok belum saling kenal).

(2) Pelibatan Diri

Konselor menjelaskan pengertian dan tujuan yang ingin dicapai melalui kegiatan kelompok dan menjelaskan cara-cara yang akan dilalui dalam mencapai tujuan itu. Konselor memunculkan dirinya sehingga tertangkap oleh para anggota sebagai orang yang benar-benar bisa dan bersedia membantu para anggota kelompok mencapai tujuan mereka.

(3) Agenda

Setelah anggota saling mengenal dan telah melibatkan diri atau memasukkan diri ke dalam kehidupan kelompok, konselor membuka kesempatan bagi mereka untuk menentukan agenda. Agenda adalah tujuan yang akan dicapai di dalam kelompok.

(4) Norma Kelompok

Apabila masing-masing anggota telah mempunyai agenda, perlu dikemukakan tentang norma kelompok. Pertama kali yang sangat penting untuk dikemukakan adalah kerahasiaan. Ini bukan hanya berarti bahwa konselor harus memelihara kerahasiaan tentang apa yang terjadi dalam konseling kelompok itu, melainkan juga konselor, sebagai pemimpin harus menekankan kepada semua peserta pentingnya pemeliharaan kerahasiaan itu. Mereka harus diingatkan bahwa segala sesuatu yang terjadi selama konseling kelompok berlangsung itu merupakan rahasia mereka bersama sebagai kelompok. Selain itu perlu pula diingatkan tentang kehadiran dan absensi. Diharapkan bahwa semua anggota akan hadir setiap pertemuan dan jika tidak dapat hadir harus memberi tahu. Ini sangat penting, sebab ketidakhadiran salah satu anggota akan menimbulkan pertanyaan bagi konselor maupun anggota lain. Hal lain yang perlu dibina adalah suasana positif dalam kelompok, dan perlu dikemukakan aturan main dalam memberikan umpan balik. Konselor perlu menjelaskan bahwa umpan balik adalah untuk kepentingan anggota lain, bukan untuk kepuasan diri sendiri.

(5) Penggalan Ide dan Perasaan

Sebelum pertemuan pertama berakhir perlu digali ide-ide maupun perasaan-perasaan yang muncul. Usul-usul perlu ditampung, demikian pula perasaan yang masih mengganjal perlu diungkapkan sebelum dilanjutkan pada langkah berikutnya. Hal ini penting untuk menjaga rasa positif anggota terhadap kelompok. Pertemuan awal ini dapat dipakai sebagai prediksi tentang komitmen anggota terhadap kelompok.

2) Tahap Transisi (*Transition Stage*)

Tahap transisi merupakan masa setelah proses pembentukan dan sebelum masa bekerja (kegiatan). Dalam suatu kelompok, tahap transisi membutuhkan 5% sampai 20% dan keseluruhan waktu kelompok. Tahap ini yang merupakan proses dua bagian, yang ditandai dengan ekspresi sejumlah emosi dan interaksi anggota.

Masa ini merupakan masa yang produktif bagi anggota untuk memperbaiki sosialisasi di masa lalu yang tidak produktif, membuat pengalaman-pengalaman baru, dan menetapkan tempat dalam kelompok tersebut. Untuk itu, dibutuhkan kemampuan dan keterampilan konselor dalam beberapa hal, yaitu kepekaan waktu, kemampuan melihat, perilaku anggota, dan mengenal suasana emosi di dalam kelompok. Konselor harus peka kapan harus melakukan konfrontasi terhadap anggota, dan kapan harus memberikan dukungan, oleh karena itu konselor perlu memperhatikan pola perilaku anggota dalam kelompok. Untuk melakukan intervensi selain ketepatan waktu disertai pengamatan yang akurat, konselor perlu mengenal suasana emosi di dalam kelompok.

3) Tahap Kegiatan (*Working Stage*)

Tahap ini merupakan tahap kehidupan yang sebenarnya dari konseling kelompok, yaitu para anggota memusatkan perhatian terhadap tujuan yang akan dicapai, mempelajari materi-materi baru, mendiskusikan berbagai topik, menyelesaikan tugas, dan mempraktekkan perilaku-perilaku baru.

Pada tahap ini, hubungan antar anggota sudah mulai ada kemajuan, sudah terjalin rasa saling percaya antar sesama anggota kelompok, rasa empati, saling mengikat dan berkembang lebih dekat secara emosional, dan kelompok tersebut akan menjadi kompak (kohesif).

Tahap ini disimpulkan berhasil bila semua solusi yang mungkin telah dipertimbangkan dan diuji menurut konsekuensinya dapat diwujudkan. Solusi-solusi tersebut harus praktis, dapat direalisasikan, dan pilihan akhir harus dibuat setelah melalui pertimbangan dan diskusi yang tepat.

4) Tahap Pengakhiran (*Termination Stage*)

Pada tahap akhir atau penghentian pertemuan kelompok yang penting adalah bagaimana keterampilan anggota, termasuk konselor, dalam mentranfer apa yang telah mereka pelajari dalam kelompok ke dalam kehidupannya di luar lingkungan kelompok. Anggota kelompok berupaya merealisasikan rencana-rencana tindakan samapai mencapai perubahan perilaku yang diinginkan. Tidak semua anggota dapat dengan mudah merealisasikan rencana-rencana tindakan atau keputusan-keputusannya. Karena itu konselor bersama anggota kelompok perlu memberikan penguatan yang cukup bagi kebanyakan individu, bahkan kadang-kadang diperlukan dukungan dari orang lain di luar kelompok yang berarti bagi anggota kelompok.

Kegiatan anggota kelompok yang paling penting dalam tahap penghentian adalah untuk merefleksikan pengalaman mereka di masa lalu, memproses kenangan, mengevaluasi apa yang telah mereka pelajari, menyatakan perasaan yang bertentangan, dan membuat keputusan kognitif.

Secara umum dapat dikatakan bahwa pengakhiran kegiatan konseling kelompok tepat dilakukan pada saat-saat tujuan-tujuan individual anggota kelompok dan tujuan kelompok telah dicapai dan perilaku baru telah dipraktekan dalam kehidupan sehari-hari di luar kelompok.

Ketika kelompok memasuki tahap pengakhiran, kegiatan kelompok hendaknya dipusatkan pada pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari

dalam suasana kelompok, pada kehidupan nyata mereka sehari-hari. Peranan konselor di sini ialah memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh anggota kelompok dan oleh kelompok, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota kelompok dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

Pengakhiran konseling kelompok hendaknya membuat kesan yang positif bagi anggota kelompok, jadi jangan sampai anggota kelompok mempunyai ganjalan-ganjalan. Untuk itu perlu diberikan kesempatan bagi masing-masing anggota untuk mengemukakan ganjalan-ganjalan yang sesungguhnya mereka rasakan selama kelompok berlangsung. Dengan demikian para anggota kelompok akan meninggalkan kelompok dengan perasaan lega dan puas. Dengan kata lain, bahwa pada akhir kegiatan kelompok hendaknya para anggota merasa telah memetik suatu hasil yang cukup berharga dari kegiatan kelompok yang diikutinya itu.

Menurut pandangan di atas dapat disimpulkan bahwa tahapan konseling kelompok terdiri dari tiga tahapan, yakni Permulaan, Tahap Transisi, Tahap Kegiatan, dan Tahap Pengakhiran.

Selanjutnya Menurut Jacob (2006: 29) “konseling kelompok terdiri dari tiga tahapan, yakni *beginning stage*, *working stage* dan *terminating stage*.” Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

1) *Beginning stage*

Pada tahapan ini digunakan untuk pengenalan dan untuk mendiskusikan tujuan yang ingin dicapai dalam sebuah kelompok, kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi, ketakutan, aturan kelompok, tingkat kenyamanan dan materi dalam kelompok.

2) *Working stage*

Pada tahap pertengahan atau tahap *working stage*, ini adalah tahapan kelompok dimana anggota kelompok fokus terhadap tujuan yang ingin dicapai. Dalam tahapan ini, anggota kelompok belajar materi baru melalui diskusi tentang macam-macam topik masalah, mengerjakan tugas, dan merasa menjadi bagian dari kelompok. Tahapan ini adalah inti dari proses kegiatan, ini adalah periode dimana anggota kelompok banyak mendapatkan manfaat dalam prosesnya.

3) *Closing stage*

Pada tahapan penutupan ini, anggota kelompok berbagi tentang apa saja yang telah mereka dapatkan dan pelajari, bagaimana perubahan yang mereka

alami, dan apa rencana mereka untuk mengaplikasikan pengalaman yang mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari. Anggota kelompok mengatakan selamat tinggal dan telah sepakat untuk mengakhiri kegiatan kelompok.

Berdasarkan pendapat di atas bahwa konseling kelompok memiliki tiga tahapan, yakni *beginning stage*, *working stage* dan *terminating stage*. Menurut pendapat Jacob (2006: 30) untuk keefektifan kegiatan, tahapan *beginning stage* tidak perlu diikuti dengan tahapan *transistion stage* bilamana anggota kelompok telah merasa rileks, nyaman, saling mengenal dan telah siap untuk diajak pada tahapan *working stage*.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap konseling ini sangat perlu diaplikasikan dalam melakukan konseling kelompok agar pelaksanaan konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar. Demi keefektifan pelaksanaan, maka tahapan konseling kelompok yang hendak dilakukan untuk meningkatkan empati pada siswa akselerasi yaitu dengan tiga tahapan, *beginning stage*, *working stage* dan *closing stage*.

LATIHAN I

Buatlah Skenario Pelaksanaan Konseling Kelompok pada tiap tahapan konseling kelompok!

TAHAP & dan Kegiatan Konselor	Contoh kegiatan dan/atau ucapan Konselor yang direncanakan
Beginning stage	
Langkah pembukaan	
Konselor menerima anggota kelompok secara terbuka dan penuh penerimaan.	
Berdo'a	

Perkenalan, Mengenalkan anggota kelompok,	
Langkah kegiatan inti	
Mendiskusikan kegiatan Kelompok, dan tujuannya	
Mendiskusikan cara pelaksanaan konseling kelompok	
Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.	
Membuat kontrak kegiatan konseling kelompok	
Menumbuhkan rasa saling percaya	
Mendorong setiap anggota mengemukakan masalahnya,	
Menjelaskan kegiatan selanjutnya	
Membangkitkan semangat para anggota	
Mendorong setiap anggota untuk aktif berpartisipasi dalam diskusi	
Mendorong setiap anggota untuk secara terbuka dengan penuh empati dalam mengemukakan tanggapan dan pandangannya.	
Langkah Kegiatan penutup	
Menyampaikan bahwa kegiatan konseling kelompok pada pertemuan pertama akan diakhiri	
Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing	
Membahas kegiatan lanjutan	
Pesan serta tanggapan anggota kelompok	
Ucapan terimakasih dan Berdoa	
Working stage	
Langkah Pembukaan	
Menerima secara terbuka dan penuh penerimaan.	
Berdo'a	
Mendiskusikan tujuan kegiatan konseling kelompok pada pertemuan di tahap kerja	
Mendiskusikan cara pelaksanaan konseling kelompok pertemuan di tahap kerja	
Konseor mengingatkan kembali akan asas kerahasiaan yang harus dijaga dalam kegiatan layanan konseling kelompok	

Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.	
Menyampaikan kegiatan yang akan ditempuh pada kegiatan berikutnya	
Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan/ sebagian belum siap untuk memasuki kegiatan berikutnya dan mengatasi suasana tersebut.	
Langkah kegiatan inti	
Merangsang dan mendorong anggota kelompok mengungkapkan masalah secara jelas	
Mengajak anggota kelompok untuk menentukan urutan pembahasan masalah anggota berdasarkan berat-ringan, dan/atau luas-sempitnya ,	
Memilih masalah yang akan dibahas dalam kelompok	
Mendorong anggota kelompok mengemukakan tanggapan dan/atau pandangannya terhadap masalah anggota kelompok	
Memberi penguatan terhadap setiap tanggapan dan/atau pandangan yang disampaikan anggota kelompok	
Memberi rangsangan mengenai cara penyelesaian masalah anggota kelompok.	
Mengaplikasikan teknik konseling (jika ada)	
Kegiatan penutup	
Menyampaikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri	
Menyampaikan bahwa kegiatan konseling kelompok pada pertemuan pertama akan diakhiri	
Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing	
Membahas kegiatan lanjutan	
Pesan serta tanggapan anggota kelompok terhadap permasalahan yang dibahas	
Ucapan terimakasih dan Berdoa	
Closing stage	
Langkah pembukaan	
Menerima secara terbuka dan penuh penerimaan	

Berdo'a	
Mendiskusikan tujuan kegiatan konseling kelompok pada pertemuan di tahap pengakhiran	
Mendiskusikan cara pelaksanaan konseling kelompok pertemuan di tahap pengakhiran	
Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut.	
Menyampaikan kegiatan yang akan ditempuh pada kegiatan berikutnya	
Langkah kegiatan	
Konselor membawa anggota kelompok pada pembahasan perkembangan masalah dari masing-masing anggota kelompok	
Mengajak dan mendorong setiap anggota kelompok menyampaikan kesimpulan hasil pembahasan	
Mengatur anggota kelompok dalam menyampaikan kesimpulannya, agar masing-masing anggota kelompok memiliki kesempatan yang sama.	
Mendorong setiap anggota kelompok menyampaikan kegiatan tindak lanjut yang akan dilakukan setelah Konseling Kelompok	
Memberi penguatan atas kesimpulan dan kegiatan tindak lanjut yang disampaikan oleh setiap anggota kelompok	
Langkah penutup	
Memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan rencana perubahan perilaku yang hendak mereka lakukan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok	
Mengatur anggota kelompok dalam menyampaikan kesimpulannya, agar masing-masing anggota kelompok memiliki kesempatan yang sama.	
Konselor memberikan kata-kata motivasi bagi anggota kelompok untuk menuju ke perubahan yang lebih baik.	
Menutup dengan ucapan selamat dan dorongan pada anggota kelompok	

untuk melakukan konseling kelompok berikutnya bilamana menghadapi masalah.	
--	--

H. Keterampilan dasar Konselor dalam konseling kelompok

Sebagai suatu proses komunikasi, konseling melibatkan sejumlah keterampilan konselor dalam menangkap atau merespon pernyataan konseli dan mengkomunikasikannya kembali secara akurat kepada konseli. Sebagai Seorang Profesional, agar pelaksanaan Konseling Kelompok mencapai tujuan Konseling Kelompok, Konselor dituntut memiliki keterampilan berikut :

1. Keterampilan paraprasede. Paraphrase adalah suatu metode untuk menyatakan kembali pesan-pesan atau masalah-masalah yang telah dikemukakan konseli tetapi dalam bentuk kata-kata yang lebih pendek.
Tujuannya, Untuk berkomunikasi pada konseli bahwa konselor mencoba memahami pesan dan kesan atau masalah yang dikemukakan konseli.
2. Keterampilan klarifikasi. Menjernihkan sesuatu materi pembicaraan yang masih kabur, akan membawa kepada fokus pembicaraan yang lebih tajam dan jelas. Tujuannya adalah untuk menemukan pesan konseli secara tepat, diharapkan jawaban yang diperoleh akan merupakan pesan yang jelas.
Perception checking. Keterampilan Konselor untuk mengecek persepsinya terhadap hal-hal yang dikemukakan konseli.
Tujuannya. Mengecek benar tidaknya persepsi konselor terhadap konseli
3. Leading skill. Keterampilan untuk mengarahkan ke pokok permasalahan.
Indirect leading skill ; mengarahkan tidak langsung: umum, mengundang penjelasan-penjelasan lebih lanjut.
Direct leading skill; mengarahkan langsung, mengarahkan lebih khusus.
4. Keterampilan focusing skill. Yaitu keterampilan untuk Memfokuskan pembicaraan konseli.
Tujuannya, agar Konselor membawa pembicaraan pada suatu topik untuk menemukan sumber masalah
5. Keterampilan berempati. Konselor dapat memahami perasaan-perasaan konseli dengan melihat raut wajah dan bahasa isyarat tubuh, serta dengan mencermati bahasa verbalnya.

Tujuannya, untuk dapat meningkatkan kualitas komunikasi antar individu melalui pemahaman terhadap kondisi konseli.

6. Keterampilan bertanya. Pertanyaan yang baik sangat membantu konseli dalam memperoleh pemahaman tentang berbagai hal yang menjadi dan atau terkait dengan topik pembicaraan.

Pertanyaan terbuka dapat membantu konseli menggali dirinya guna memperoleh pemahaman diri yang lebih baik. Melalui penggunaan pertanyaan terbuka, konselor juga mengkomunikasikan minatnya untuk membantu konseli dalam mengeksplorasi diri.

Pertanyaan tertutup. Pertanyaan tertutup adalah pertanyaan yang biasanya dapat dijawab dengan jawaban ya atau tidak, atau dijawab dengan satu dua kata jika konselor menginginkan konseli memberikan suatu jawaban yang singkat dan jelas, pertanyaan tertutup tepat digunakan.

7. Keterampilan konfrontasi. usaha sadar konselor untuk mengemukakan kembali dua pesan atau lebih yang saling bertentangan yang disampaikan konseli.

Konselor perlu melakukan konfrontasi apabila pada diri konseli didapati adanya:

- pertentangan antara apa yang dia katakan dengan apa yang dia lakukan,
- pertentangan antara dua perkataan yang disampaikan dalam waktu yang berbeda,
- pertentangan antara perasaan yang dia katakan dengan tingkah laku yang tidak mencerminkan perasaan tersebut.

8. Keterampilan merefleksi. refleksi adalah tekni untuk memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran dan pengalaman sebagai hasil pengamatan terhadap tingkah laku klien verbal maupun non verbal

Keterampilan refleksi terbagi menjadi Refleksi isi, Refleksi perasaan dan Refleksi pengalaman.

9. Keterampilan berperilaku genuin. Konselor harus memancarkan kejujuran dan keterbukaan terhadap konseli. Kejujuran konselor harus disampaikan atau diekspresikan secara tepat sehingga tidak melukai hati konseli

10. Keterampilan merangkum. bagian dari keterampilan mendengarkan secara aktif terhadap apa yang menjadi inti pembicaraan konseli

Konselor harus mencermati pokok-pokok pikiran dan perasaan tersebut, mengingat dalam hati, mengidentifikasi dalam hati, lalu pada saat yang tepat mengungkapkan kembali kepada konseli dengan gaya bahasa konselor sendiri.

11. Keterampilan pemecahan masalah. Pemecahan masalah merupakan aspek tindakan dari suatu tingkah laku yang membawa suatu perubahan. Langkah pemecahan masalah:

- Mengeksplorasi masalah
- Memahami masalah
- Menentukan masalah
- Curah pendapat (*brainstorming*)
- Menilai berbagai alternatif
- Menetapkan alternatif yang terbaik
- Melaksanakan alternatif yang telah ditentukan/dipilih.

12. Keterampilan interpretasi

keterampilan menafsirkan pernyataan klien yang merupakan proses menjelaskan arti tentang peristiwa-peristiwa kepada klien sehingga klien mampu melihat persoalannya dengan cara-cara yang baru.

Keterampilan memberikan nasehat. Keterampilan konselor untuk memberikan nasehat atau saran pada klien.

Agar klien dapat lebih jelas dan pasti/memahami mengenai apa yang akan dikerjakan.

13. Keterampilan suporting. Keterampilan yang dipakai oleh konselor untuk memberikan dukungan/penguatan terhadap pernyataan positif klien.

Tujuannya, Agar klien menjadi lebih yakin dan percaya diri terhadap keputusan yang telah diambil, serta agar klien dapat lebih tabah dan tegar dalam menghadapi situasi atau hal-hal yang tidak menyenangkan bagi dirinya

LATIHAN II

Buatlah contoh percakapan konselor dengan anggota kelompok dengan mengaplikasikan keterampilan dasar konseling dalam konseling kelompok!

No	Jenis Keterampilan	Contoh ucapan konselor dalam kelompok	Tujuan
...			
...			
...			
...			

dst			
-----	-------	-------	-------

Selain keterampilan dasar konseling, dalam konseling kelompok konselor dituntut untuk menguasai keterampilan teknis dalam pelaksanaan konseling kelompok. Berikut dipaparkan sejumlah keterampilan teknis yang harus dikuasai konselor dalam konseling kelompok.

No	Tahapan konseling kelompok	Keterampilan teknis konselor
1	Tahap Permulaan	1. Memulai kegiatan kelompok 2. Membantu konseli mengenal anggota kelompok lain 3. Mengatur dinamika kelompok secara positif 4. Mengajak/mendorong konseli untuk berbicara 5. Menjelaskan tujuan kelompok 6. Menjelaskan tujuan kelompok 7. Menjelaskan peranan konselor kelompok 8. Menggambarkan keadaan kelompok yang dipimpin 9. Membantu konseli mengungkapkan harapannya 10. Mengarahkan pertanyaan-pertanyaan 11. Menjelaskan aturan-aturan dasar kelompok 12. Menjelaskan aturan-aturan khusus yang diberlakukan 13. Melihat tingkat kesenangan anggota-anggota dalam kelompok 14. Menilai gaya interaksi konseli 15. Memfokuskan pada isi
2	Tahap kegiatan	1. Merangsang pikiran anggota 2. Menggunakan suara untuk meminta anggota kelompok berpikir 3. Memperkenalkan topik 4. Mengubah bentuk pertemuan (jika perlu)

		5. Menggunakan laporan kemajuan 6. Menemui anggota secara individual (jika perlu)
3	Tahap Pengakhiran	1. Menyimpulkan dan mencari hal-hal penting terhadap pembicaraan-pembicaraan pokok 2. Menekankan komitmen yang telah dibuat oleh setiap anggota kelompok 3. Melakukan tinjauan pada hal-hal utama yang belum dikerjakan pada sesi tertentu 4. Mengungkapkan kesan-kesan anggota kelompok 5. Mengungkapkan hasil kegiatan kelompok 6. Merumuskan rencana kegiatan lebih lanjut 7. Mempertahankan suasana hubungan kelompok 8. Mereview pengalaman kelompok 9. Menilai perubahan dan perkembangan anggota 10. Mengakhiri berbagai urusan dan pembahasan 11. Menyediakan umpan balik 12. Menangani suasana perpisahan

I. Pendekatan-pendekatan dalam konseling kelompok.

1. Pendekatan Konseling Psikoanalisis

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pendekatan ini didasari oleh teori S. Freud (1856-1939) Pandangan tentang manusia ⇒ Aliran freudian memandang manusia cenderung pesimistik, deterministik, mekanistik dan reduksionistik ⇒ Manusia dideterminasi oleh kekuatan-kekuatan irasional, motivasi-motivasi tidak sadar, kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan biologis dan naluri oleh peristiwa-peristiwa psikoseksual yang terjadi pada masa lalu dari kehidupannya

	⇒ Tingkah laku manusia : (1) ditujukan untuk memenuhi kebutuhan biologis dan insting-instingnya, (2) dikendalikan oleh pengalaman-pengalaman masa lampau dan ditentukan oleh faktor-faktor interpersonal dan intrapsikis. Pandangan tentang Kepribadian ⇒ Tingkatan Kesadaran Kesadaran : -Tingkatan yang memiliki fungsi mengingat, menyadari, dan merasakan sesuatu secara sadar. - Kesadaran ini memiliki ruang yang terbatas dan tampak pada saat individu menyadari berbagai stimulus yang ada disekitarnya. Ambang sadar - Tingkatan kesadaran yang menyimpan ide, ingatan, dan perasaan yang berfungsi mengantarkan ke tingkat kesadaran. - Bukan merupakan bagian dari tingkat kesadaran, tetapi merupakan tingkatan lain yang biasanya membutuhkan waktu beberapa saat untuk menyadari sesuatu Ketidaksadaran - Tingkatan dunia kesadaran yang terbesar dan sebagai bagian terpenting dari struktur psikis, karena segenap pikiran dan perasaan yang dialami sepanjang hidupnya yang tidak dapat disadari lagi akan tersimpan di dalam ketidaksadaran. - Tingkah laku manusia sebagian besar didorong oleh perasaan dan pikiran yang tersimpan di tingkat ketidaksadaran ini. ⇒ Struktur Kepribadian Kepribadian manusia terdiri atas tiga sub sistem, yaitu <i>id</i>, <i>ego</i> dan <i>super ego</i> - <i>Id</i> adalah sistem dasar kepribadian yang merupakan sumber dari pada segala dorongan instinktif, khususnya seks dan agresi. - <i>Ego</i> merupakan aspek psikologis yang timbul karena kebutuhan individu untuk berhubungan dengan dunia realita. - <i>Super Ego</i> merupakan sub sistem yang berfungsi sebagai kontrol internal, yang terdiri dari kata hati (apa yang
--	---

seharusnya dilakukan dan tidak dilakukan) dan Ego-ideal (apa yang seharusnya saya menjadi).

=> Dinamika Kepribadian

- Psikoanalisis memandang bahwa organisme manusia sebagai sistem energi yang kompleks.
- Energi berasal dari makanan (energi fisik) yang dapat berubah menjadi energi psikis
- Dinamika kepribadian terdiri dari cara bagaimana energi psikis itu didistribusikan dan digunakan oleh id, ego, dan super ego

=> Perkembangan Kepribadian

- Kepribadian individu mulai terbentuk pada tahun-tahun pertama di masa kanak-kanak.
- Pada umur 5 tahun struktur dasar kepribadian individu telah terbentuk, pada tahun-tahun berikutnya hanya menghaluskan struktur dasar tersebut
- Perkembangan kepribadian berkenaan dengan bagaimana individu belajar dengan cara-cara baru dalam mereduksi ketegangan atau kecemasan dialami dalam kehidupannya.
- Ketegangan atau kecemasan tersebut bersumber pada empat unsur, yaitu (1) proses pertumbuhan fisiologis, (2) frustrasi, (3) konflik, dan (4) ancaman.
- Cara ego menghindari ancaman yang menimbulkan ketegangan atau kecemasan : mekanisme pertahanan ego. Bentuk-bentuk mekanisme pertahanan ego antara lain : Identifikasi, Represi, Proyeksi, Fiksasi, Regresi

=> Perkembangan kepribadian individu dari sejak lahir hingga dewasa terjadi dalam fase-fase :

1. Fase Oral usia 0-1 tahun, daerah erogen terletak pada mulut
2. Fase Anal, 1-3 tahun, daerah erogen terletak pada anus
3. Fase Phallis, 3-5 tahun, daerah erogen terletak pada kelamin
4. Fase Latent, 5- 12 tahun, Memperluas kontak sosial
5. Fase Genital, 12 tahun keatas, Membangun hubungan yang

lebih intim (akrab), dan memberikan kontribusi kepada masyarakat melalui bekerja.

2	Asumsi Perilaku Bermasalah	Tingkah laku bermasalah disebabkan oleh kekacauan dalam berfungsinya individu yang bersumber pada - dinamika yang tidak efektif antara id, ego, dan super ego - proses belajar yang tidak benar pada masa kanak-kanak.
3	Tujuan Konseling	- Membantu klien untuk membentuk kembali struktur karakternya dengan mejadikan hal-hal yang tidak disadari menjadi disadari oleh klien. - Secara spesifik: - Membawa klien dari dorongan-dorongan yang ditekan (ketidaksadaran) yang mengakibatkan kecemasan kearah perkembangan kesadaran intelektual. - Menghidupkan kembali masa lalu klien dengan menembus konflik yang direpres. - Memberikan kesempatan kepada klien untuk menghadapi situasi yang selama ini ia gagal mengatasinya.
4	Deskripsi Proses Konseling	- Proses konseling difokuskan pada usaha menghayati kembali pengalaman-pengalaman masa kanak-kanak. - Pengalaman masa lampai ditata, dianalisis, dan ditafsirkan dengan tujuan untuk merekonstruksi kepribadian. - Menekankan dimensi afektif dalam membuat pemahaman ketidakdasaran. Pemahaman intelektual penting, tetapi yang lebih penting mengasosiasikan antara perasaan dan ingatan dengan pemahaman diri.
5	Teknik Konseling	- Teknik-teknik konseling psikoanalisis diarahkan untuk mengembangkan suasana bebas tekanan. - Dalam suasana bebas itu klien menelusuri apa yang tepat dan tidak tepat pada tingkah lakunya dan mengarahkan diri untuk membangun tingkah laku baru. - Ada enam teknik dasar dalam konseling psikoanalisis, yaitu : asosiasi bebas, interpretasi, analisis mimpi, analisis resistensi, dan analisis transferensi. Case history. Melihat fase-fase perkembangan sosial, apakah wajar, apakah ada hambatan dan pada fase mana mulai hambatan

		Hipnotis. Mengeksplorasi dan memahami faktor ketidaksadaran yang menjadi penyebab masalah. Asosiasi bebas. Mangasosiasikan kata-kata yg diucapkan sendiri Analisis resistensi. Tidak menepati janji, menolak mengingat mimpi, dll Analisis transferensi. Memandang konselor seperti orang lain, terkadang klien mentransfer, perasaan tentang orang yang penting baginya pada amasa lalu kpd konselor Interpretasi 1. Mimpi; 2. Parapraxia 3. humor
6	Peran /Tugas Konselor	Membantu klien dalam mencapai kesadaran diri, ketulusan hati, dan hubungan pribadi yang lebih efektif dalam menghadapi kecemasan melalui cara-cara yang realistis.
7	Penampilan Konselor	a. Berperan sebagai seorang analis psikologi klien. b. Konselor mampu mengungkapkan kehidupan bawah sadar klien melalui analisa psikologi yang dilakukan. c. Menerima klien sebagai individu yang sakit yang membutuhkan bantuan untuk diobati. d. Mampu menggunakan teknik psikoanalisa.
8	Kelebihan Pendekatan	Terletak pada kemampuan untuk mengungkapkan masalah pribadi yang berat serta masa lalu klien yang tertekan.
9	Keterbatasan Pendekatan	a. Pandangan yang terlalu deterministik dinilai terlalu merendahkan martabat kemanusiaan. b. Terlalu banyak menekankan kepada masa kanak-kanak dan menganggap kehidupan seolah-olah ditentukan oleh masa lalu. Hal ini memberikan gambaran seolah-olah tanggung jawab individu berkurang. c. Cenderung meminimalkan rasionalitas. Data penelitian empiris kurang banyak mendukung sistem dan konsep psikoanalisis, seperti konsep tentang energy psikis yang menentukan tingkah laku manusia.
10	Penerapan/ Aplikasi	Dapat digunakan untuk membantu anggota kelompok yang memiliki permasalahan tidak harmonis dengan orang tua, krisis jati diri, dan tertekan.

2. Pendekatan Konseling behavioral

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pandangan ini didasari oleh tokoh behaviorisme yakni: Pavlov (Classical Conditinoning), Skinner (Operant Conditinoning) dan Bandura (Kognitif Behavior) - Manusia : mahluk reaktif yang tingkah lakunya dikontrol /dipengaruhi oleh faktor-faktor dari luar - Manusia memulai kehidupannya dengan memberikan reaksi terhadap lingkungannya dan interaksi ini menghasilkan pola-pola perilaku yang kemudian membentuk kepribadian. - Tingkah laku seseorang ditentukan oleh banyak dan macamnya penguatan yang diterima dalam situasi hidupnya - Tingkah laku dipelajari ketika individu berinteraksi dengan lingkungan, melalui hukum-hukum belajar : - Pembiasaan klasik - Pembiasaan operan - Peniruan - Manusia bukanlah hasil dari dorongan tidak sadar melainkan merupakan hasil belajar, sehingga ia dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasi kondisi-kondisi pembentukan tingkah laku. - Manusia cenderung akan mengambil sti-mulus yang menyenangkan dan menghin-darkan stimulus yang tidak menyenangkan.
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	- Tingkah laku bermasalah adalah tingkah laku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau tingkah laku yang tidak tepat, yaitu tingkah laku yang tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan - Tingkah laku yang salah hakikatnya terbentuk dari cara belajar atau lingkungan yang salah - Manusia bermasalah mempunyai kecenderungan merespon tingkah laku negatif dari lingkungannya - Tingkah laku maladaptif terjadi karena kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat

		a. Seluruh tingkah laku manusia didapat dengan cara belajar dan juga dapat diubah dengan menggunakan prinsip-prinsip belajar .
3	Karakteristik Konseling	a. Berfokus pada tingkah laku yang tampak b. Cermat dan operasional dalam merumuskan tujuan konseling c. Mengembangkan prosedur perlakuan spesifik d. Penilaian obyektif terhadap tujuan konseling
4	Tujuan Konseling	a. Menghapus/menghilangkan tingkah laku maldaptif (masalah) untuk di-gantikan dengan tingkah laku baru yaitu tingkah laku adaptif yang diinginkan klien. a. Tujuan yang sifatnya umum harus dijabarkan ke dalam perilaku yang spesifik • Diinginkan oleh klien • Konselor mampu dan bersedia membantu mencapai tujuan tersebut • Klien dapat mencapai tujuan tersebut • Dirumuskan secara spesifik b. Konselor dan klien bersama-sama (bekerja sama) menetapkan/merumuskan tujuan-tujuan khusus konseling.
5	Deskripsi Proses Konseling	a. Proses konseling dibingkai oleh kerangka kerja untuk mengajar klien dalam mengubah tingkah lakunya b. Proses konseling adalah proses belajar, konselor membantu terjadinya proses belajar tersebut c. Konselor mendorong klien untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya pada waktu itu d. Assesment diperlukan untuk mengidentifikasi metode atau teknik mana yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah. e. Tujuan yang sifatnya umum harus dijabarkan ke dalam perilaku yang spesifik: diinginkan oleh konseli, konselor mampu dan bersedia membantu mencapai tujuan tersebut. f. Konselor dan konseli bersama-sama (bekerja sama) menetapkan/merumuskan tujuan-tujuan khusus konseling
6	Teknik Konseling	a. Latihan asertif; digunakan untuk melatih konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar.

		b. Desensitisasi Sistematis; teknik yang memfokuskan bantuan untuk menengkan konseli dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan konseli untuk rileks. c. Pengkondisian Aversi; teknik ini digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. d. Pembentukan Perilaku Model; digunakan untuk membentuk perilaku baru pada konseli dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk.
7	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	a. Konselor berperan sebagai guru yang memberikan bimbingan kepada klien yang berperan sebagai peserta didik. b. Konselor juga berperan sebagai pelatih dan sekaligus orang tua bagi klien. c. Berperan dalam membantu klien untuk merumuskan secara spesifik proses belajar beserta strategi yang digunakan untuk merubah tingkah laku klien.
8	Hubungan Konselor Dan Konseli	a. Bersifat educative dengan pola konselor berperan sebagai guru sedangkan konseli berperan sebagai anak didik. b. Konselor berperan sebagai instruktur untuk mengarahkan perilaku klien dalam proses belajar bertingkah laku yang adaptive.
9	Penampilan Konselor	Berperan sebagai seorang guru pembimbing yang mengarahkan klien kepada perilaku yang dulunya maladaptive menjadi perilaku yang adaptive serta menjadi pas dimata lingkungan sekitar.
10	Kelebihan Pendekatan	a. Kelebihan metode ini adalah pada pokok masalah yang diselesaikan jelas yakni pengubahan tingkah laku bermasalah, prosedurnya jelas dan sistematis, memiliki spesifikasi pemberian bantuan dan kekhasan, dan yang tidak kalah penting adalah waktu yang dibutuhkan relative singkat.
11	Keterbatasan Pendekatan	a. Bersifat dingin, kurang menyentuh aspek pribadi, bersifat manipulatif, dan mengabaikan hubungan antar pribadi b. Lebih terkonsentrasi kepada teknik c. Pemilihan tujuan sering ditentukan oleh konselor a. Perubahan klien hanya berupa gejala yang dapat berpindah kepada bentuk tingkah laku yang lain.
12	Penerapan/ Aplikasi	Dapat digunakan untuk membelajarkan disiplin pada anggota kelompok, mengatasi phobia, dan mengembangkan perilaku yang efektif

3. Pendekatan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pandangan ini di dasari oleh teori yang dicetuskan oleh Albert Ellis - Pemikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional - Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irasional. - Pemikiran irasional bersumber pada disposisi biologis lewat pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya. - Pemikiran dan emosi tidak dapat dipisahkan. - Pada diri manusia sering terjadi <i>self-verbalization</i>; yaitu mengatakan sesuatu terus-menerus kepada dirinya. - Pemikiran tak logis-irrasional dapat dikembalikan kepada pemikiran logis dengan reorganisasi persepsi.
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	Perilaku yang didasarkan pada cara berpikir yang irasional dengan ciri-ciri: - Tidak dapat dibuktikan. - Menimbulkan perasaan tidak enak. - Menghalangi individu untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari yang efektif.
3	Karakteristik Konseling	- Aktif-Direktif; konselor lebih aktif membantu mengarahkan konseli - Kognitif-eksperiensial; hubungan yang dibentuk berfokus pada aspek kognitif dari konseli. - Emotif-eksperiensial; hubungan yang dikembangkan juga memfokuskan pada aspek emosi konseli. - Behavioristik; hubungan yang dikembangkan hendaknya menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan perilaku
4	Tujuan Konseling	- Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan-pandangan konseli yang irrasional dan tidak logis menjadi pandangan yang rasional dan logis agar konseli dapat mengembangkan diri, meningkatkan aktualisasi dirinya seoptimal mungkin melalui perilaku kognitif dan efektif yang positif. - Menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, merasa was-was, rasa marah.

5	Deskripsi Proses Konseling	a. Konselor berusaha menunjukkan kepada konseli kesulitan yang dihadapi sangat berhubungan dengan keyakinan irrasional, dan menunjukkan bagaimana konseli harus bersikap rasional dan mampu memisahkan keyakinan irrasional dengan rasional. b. Setelah konseli menyadari gangguan emosi yang bersumber dari pemikiran irrasional, konselor menunjukkan pemikiran konseli yang irrasional, serta konseli berusaha mengubah kepada keyakinan menjadi rasional. c. Konselor berusaha agar konseli menghindarkan diri dari ide-ide irrasionalnya. d. Konselor berusaha menantang konseli untuk mengembangkab filosofis kehidupannya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irrasional dan fiktif.
6	Teknik Konseling	Teknik-teknik Behavioristik a. Reinforcement b. Social Modelling Teknik-teknik Behavioristik a. Home work assignments b. Latihan assertive Teknik-teknik Emotif (Afektif) a. Assertive adaptive b. Bermain peran c. imitasi
6	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	a. Konselor bertugas mendorong dan meyakinkan kepada konseli bahwa konseli harus memisahkan keyakinannya yang rasional dan keyakinannya yang irasional. b. Konselor menunjukkan kepada konseli bahwa berpikir yang ilogis sebenarnya adalah sumber dari gangguan terhadap kepribadiannya a. Konselor mencoba mengarahkan konseli untuk berpikir dan membebaskan ide-ide yang tidak rasional.
7	Hubungan Konselor Dan Konseli	a. Terjadi hubungan yang hangat dengan penuh <i>afeksi</i> (sikap hangat)walaupun tidak terlalu akrab.

		b. Konselor memiliki kemungkinan tidak kenal dengan klien sebab fungsi utama mereka adalah untuk mengatasi gangguan emosional pada diri klien. c. Konselor menginginkan klien sebagai pendekatan yang mengutamakan rasio daripada emosi.
8	Penampilan Konselor	Konselor tampil sebagai Didaktikus atau guru atau pendidik.
9	Kelebihan Pendekatan	Terletak pada prosesnya yang relatif pendek, tindakan dirumuskan secara spesifik serta dilakukan secara sadar dengan menekankan aspek kebebasan serta kebertanggungjawaban klien
10	Keterbatasan Pendekatan	Terletak pada konselor yang cenderung mengabaikan alam bawah sadar klien sehingga memicu campur tangan yang berlebihan dari klien hal ini juga yang akan memicu pertumbuhan otonomi dari klien menjadi terganggu. Selain itu anggapan penyakit mental menjadi isu yang ditanggapi terlalu berlebihan karena tidak bertanggung jawab sudah sama dengan mentalnya sudah tidak sehat.
11	Penerapan/ Aplikasi	a. Dapat digunakan untuk membantu anggota kelompok yang mengalami krisis kepercayaan diri, harga diri rendah, pencemas dan phobia. b. Tepat juga digunakan untuk membantu siswa yang terlampau perfeksionis

4. Gestalt therapy

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pendekatan Gestalt di dasari oleh tokoh bernama Fritz Pirls a. Manusia dalam kehidupannya selalu aktif sebagai suatu keseluruhan. b. Setiap individu bukan semata-mata merupakan penjumlahan dari bagian-bagian organ-organ seperti hati, jantung, otak, dan sebagainya, melainkan merupakan suatu koordinasi semua bagian tersebut. c. Manusia aktif terdorong kearah keseluruhan dan integrasi pemikiran, perasaan, dan tingkah lakunya. d. Setiap individu memiliki kemampuan untuk menerima tanggung jawab pribadi, memiliki dorongan untuk mengembangkan kesadaran yang

		akan mengarahkan menuju terbentuknya integritas atau keutuhan pribadi.
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	a. Terjadi pertentangan antara kekuatan “top dog” dan keberadaan “under dog” b. Perkembangan yang terganggu karena terjadi ketidakseimbangan antara apa-apa yang harus (<i>self-image</i>) dan apa-apa yang diinginkan (<i>self</i>) c. Terjadi pertentangan antara keberadaan sosial dan biologis d. Ketidakmampuan individu mengintegrasikan pikiran, perasaan, dan tingkah lakunya e. Mengalami gap/kesenjangan sekarang dan yang akan datang f. Melarikan diri dari kenyataan yang harus dihadapi
3	Tujuan Konseling	a. Tujuan utama adalah membantu klien agar berani menghadapi berbagai macam tantangan maupun kenyataan yang harus dihadapi. b. Membantu klien agar dapat memperoleh kesadaran pribadi, memahami kenyataan atau realitas, serta mendapatkan insight secara penuh c. Membantu klien menuju pencapaian integritas kepribadiannya d. Mengentaskan klien dari kondisinya yang tergantung pada pertimbangan orang lain ke mengatur diri sendiri (<i>to be true to himself</i>)
4	Deskripsi Proses Konseling	a. Fokus utama konseling bagaimana keadaan klien sekarang serta hambatan-hambatan apa yang muncul dalam kesadarannya b. Konselor menghindarkan diri dari pikiran-pikiran yang abstrak, keinginan-keinginannya untuk melakukan diagnosis, interpretasi maupun memberi nasihat. c. Konselor sejak awal konseling sudah mengarahkan tujuan agar klien menjadi matang dan mampu menyingkirkan hambatan-hambatan yang menyebabkan klien tidak dapat berdiri sendiri d. Konselor membantu klien menghadapi transisi dari ketergantungannya terhadap faktor luar menjadi percaya akan kekuatannya sendiri.
5	Teknik Konseling	a. Permainan Dialog b. Bermain Proyeksi; Proyeksi artinya memantulkan kepada orang lain perasaan-perasaan yang dirinya sendiri tidak mau melihat atau menerimanya c. Menggunakan ungkapan-ungkapan verbal

		d. Teknik berkeliling → melepaskan katarsis e. The Empty Chair → dimana klien menghadapi kursi kosong merupakan gambaran dari figur seseorang yang mungkin di kagumi atau ditakutinya. f. Teknik Pembalikan; Dalam teknik ini konselor meminta klien untuk memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan-perasaan yang dikeluarkannya. g. Tetap dengan Perasaan Teknik dapat digunakan untuk klien yang menunjukkan perasaan atau suasana hati yang tidak menyenangkan atau ia sangat ingin menghindarinya.
6	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	a. Sebagai instrumen/alat yang peka terhadap dinamika kehidupan klien b. Membantu klien untuk menembus jalan buntu dengan cara-cara menghadirkan situasi yang mendorong klien untuk berbuat sesuatu
7	Hubungan Konselor Dan Konseli	a. Konselor dengan klien adalah partner b. Konselor selalu memberikan umpan balik terhadap konseli c. Konselor harus jujur dan menolak manipulasi yang dibuat klien yang tidak sesuai dengan pribadi klien.
8	Penampilan Konselor	a. Menampilkan sebagai humanis (menghormati penuh nilai kemanusiaan yang dimiliki konseli) b. Konselor harus mampu mendorong klien untuk dapat melihat kenyataan yang ada pada dirinya serta mau mencoba menghadapinya
9	Kelebihan Pendekatan	a. Konselor aktif menjemput bola (masalah klien) b. Menaruh perhatian pada bahasa verbal maupun bahasa tubuh c. Waktu yang digunakan relatif singkat
10	Keterbatasan Pendekatan	a. Pendekatan gestalt cenderung kurang memperhatikan faktor kognitif b. Pendekatan gestalt menekankan tanggung jawab atas diri sendiri, tetapi mengabaikan tanggung jawab pada orang lain. c. Menjadi tidak produktif bila penggunaan teknik- gestalt dikembangkan secara mekanis
11	Penerapan/ Aplikasi	Cocok diterapkan pada masalah anggota kelompok yang mengalami konflik.

5. Reality therapy

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pendekatan ini di dasari oleh teori yang dicetuskan oleh William Glasser - Manusia mempunyai kebutuhan psikologis yang menjadikan individu menjadi seseorang yang merasa diri-nya mempunyai keunikan, berbeda dengan yang lain. - Setiap individu mempunyai kemampuan yang potensial untuk tumbuh dan berkembang sesuai dengan pola-pola yang sudah tertentu. - Setiap individu mempunyai optimisme, dia dapat menerima dirinya dan mencintai dirinya dalam arti yang lebih luas, menjadi pribadi yang sukses. - Tingkah laku manusia didorong oleh usaha untuk menemukan kebutuhan dasar
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	- Individu yang bermasalah : bertingkah laku tidak tepat karena ketidakmampuannya dalam memenuhi kebutuhannya, sehingga ia kehilangan sentuhan dengan realitas obyektif. - Individu tidak mampu melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya, tidak dapat melakukan atas kebenaran, tanggung jawab, dan realitas, persepsi terhadap kenyataan kacau
3	Tujuan Konseling	- Secara umum tujuan konseling realitas adalah membantu individu agar dapat mencapai kehidupan dengan <i>success identity</i>. - Kualitas pribadi sebagai tujuan konseling realitas adalah individu yang memahami dunia riilnya dan harus memenuhi kebutuhannya dalam kerangka kerja yang jelas - Konseling realitas merupakan wahana mengajar atau melatih klien tentang apa yang seharusnya dilakukan dalam hidupnya. Jadi tujuannya adalah mengajar/melatih klien memenuhi kebutuhannya dgn menggunakan <i>right, responsibility, dan reality</i>.
5	Deskripsi Proses Konseling	Prinsip pengubahan perilaku ✓ Orientasi masa kini ✓ Penekanan pada pilihan ✓ Kontrol tindakan ✓ Mementingkan hubungan

6	Teknik Konseling	a. Metofofor b. Konfrontasi c. Teknik paradoksikal: reframing dan paradoxical prescription d. Pengembangan keterampilan e. Renegosiasi f. Menggunakan kata kerja. Selain beberapa teknik di atas ada beberapa teknik yang lain: a. Menggunakan teknik <i>role playing</i> atau permainan peran bagi konseli. b. Menggunakan aspek humoritas untuk relaksasi suasana konseling. c. Merencanakan kegiatan yang memuat unsur mendidik klien. 1. Menggunakan teknik <i>kejut verbal</i> untuk melakukan <i>konfrontasi</i> perilaku klien yang tak diharapkan.
6	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	a. Mengembangkan kondisi fasilitatif konseling dan hubungan baik dengan konseli b. Mengajarkan konseli untuk mengevaluasi perilakunya c. Menyampaikan dan meyakinkan kepada konseli bahwa seburuk apapun suatu kondisi masih ada harapan
7	Hubungan Konselor Dan Konseli	a. Klien ditekan pada hubungan yang tertib serta disiplin pada konselor. b. Konselor bersama klien membuat rencana yang harus dilaksanakan klien sebagai bagian yang esensial dari diri klien. c. Klien harus memiliki komitmen yang kuat dengan konselor untuk menjalankan rencana yang telah ditetapkan secara bersama – sama. d. Konselor memberikan perhatian pada klien sehingga klien mampu bertanggung jawab atas tindakannya sendiri.
8	Penampilan Konselor	a. Sebagai guru bagi klien. b. Sebagai motivator bagi klien c. Sebagai penyalur tanggung jawab bagi klien. d. Berpenampilan sebagai moralist yang menentukan penilaian terhadap tingkah laku klien.
9	Kelebihan Pendekatan	a. Terdiri atas konsep yang sederhana dan jelas yang bisa mudah ditangkap oleh orang-orang yang berprofesi sebagai penolong; jadi, bisa digunakan oleh guru, perawat, pendeta, pendidik, pekerja sosial dan konselor. b. Pendekatan positif, dengan orientasi pada perbuatan

		c. Sesuai dengan metode langsung, ini menghimbau pada banyak klien yang sering dipandang sebagai yang resisten terhadap terapi d. Pendekatan jangka pendek yang bisa diaplikasikan populasi yang bermacam-macam e. Terbukti sebagai kekuatan yang signifikan dalam usaha menantang model medis dari terapi
10	Keterbatasan Pendekatan	a. Tidak memperhitungkan nilai terapeutik bagi pengeplorasian masa lalu klien, mimpi, yang tidak disadari, pengalaman masa kecil, dan transferen b. Pendekatan ini dibatasi untuk masalah yang kurang kompleks c. Ini adalah terapi penyelesaian masalah yang cenderung tidak mendorong adanya eksplorasi isu emosional yang lebih dalam d. Pendekatan ini lalu menjadi rawan terhadap para praktisi yang ingin untuk cepat-cepat memperbaiki si klien
11	Penerapan/ Aplikasi	Dapat digunakan untuk mengatasi anggota kelompok yang mengalami putus asa , misal ingin dicintai dan diterima

6. Analisis Transaksional

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pendekatan ini di dasari oleh tokoh yang bernama Eric Berne Pandangan tentang manusia: b. Kehidupan manusia bukanlah merupakan sesuatu yang telah ditentukan (anti deterministik) c. Manusia mampu memahami keputusan-keputusannya pada masa lalu&kemudian dapat memilih untuk memutuskan kembali atau menyesuaikan kembali keputusan yang pernah diambil d. Manusia mempunyai kapasitas untuk memilih&dalam tingkat kesadaran tertentu individu dapat menjadi mandiri dalam menghadapi persoalan hidupnya.
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	a. Individu tidak memiliki kemampuan untuk membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya. b. Individu tidak mempunyai kemampuan untuk memahami keputusan-keputusan yang mereka buat pada masa lalu.

		c. Individu menjadi tipe orang penyendiri tidak mampu bersosialisasi dengan baik. d. Selalu tergantung pada orang lain dan tidak percaya akan kemampuannya sendiri e. Cenderung menjadi individu yang tertutup.
3	Tujuan Konseling	b. Membantu klien untuk membuat keputusan baru yang menyangkut tingkah lakunya sekarang dan arah hidupnya. c. Memberikan kepada klien suatu kesadaran serta kebebasan untuk memilih cara-cara serta keputusan-keputusan mengenai posisi kehidupannya serta menghindari klien dari cara-cara yang bersifat deterministik. d. Memberikan bantuan kepada klien berupa kemungkinan-kemungkinan yang dapat dipilih untuk memantapkan dan mematangkan status egonya. e. Pencapaian otonomi yang diwujudkan dengan penemuan kembali 3 karakteristik yaitu kesadaran, spontanitas, dan keakraban. Membantu klien untuk membuat keputusan baru yang menyangkut tingkah lakunya sekarang dan arah hidupnya. f. Memberikan kepada klien suatu kesadaran serta kebebasan untuk memilih cara-cara serta keputusan-keputusan mengenai posisi kehidupannya serta menghindari klien dari cara-cara yang bersifat deterministik. g. Memberikan bantuan kepada klien berupa kemungkinan-kemungkinan yang dapat dipilih untuk memantapkan dan mematangkan status egonya. h. Pencapaian otonomi yang diwujudkan dengan penemuan kembali 3 karakteristik yaitu kesadaran, spontanitas, dan keakraban.
4	Deskripsi Proses Konseling	a. Konselor transaksional selalu aktif, menghindarkan keadaan diam yang terlalu lama, dan mempunyai tanggung jawab untuk memelihara perhatian pada transaksi. b. Analisis structural merupakan perangkat yang bisa membuat manusia menjadi sadar akan diri dan berfungsinya orang tua, orang dewasa, dan anak-anak yang ada pada mereka.

		c. Klien analisa transaksional belajar cara mengidentifikasi status ego mereka sendiri. d. Analisis structural menolong mereka untuk menyelesaikan pola yang dirasakan telah menjaturnya. e. Analisis itu menjadikan mereka dapat menemukan pada status ego yang mana dia berpijak. Dengan mengetahui itu ia bisa menentukan pilihan yang akan diambil
5	Teknik Konseling	Konsep dan teknik utama dalam TA secara khusus dilakukan dalam situasi kelompok. Ada beberapa teknik dasar dalam konseling TA yaitu: 2. Analisis Struktural 3. Analisis Transaksional, 4. Kursi kosong 5. Bermain peran 6. Percontohan keluarga 7. Analisis ritual 8. Hiburan dan permainan, analisis permainan dan ketegangan, analisis skenario
6	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	a. Konselor berperan sebagai guru, pelatih dan narasumber. b. Sebagai guru, konselor menerangkan konsep-konsep seperti analisis skenario, dan analisis permainan. c. Sebagai pelatih konselor mendorong dan mengajari agar klien mempercayai ego dewasanya sendiri. d. Membantu klien dalam hal menemukan kondisi masa lalu yang tidak menguntungkan. e. Menolong klien mendapatkan perangkat yang diperlukan untuk mendapatkan perubahan
7	Hubungan Konselor Dan Konseli	Baik konselor maupun klien memiliki tanggung jawab bersama, sama-sama aktif dalam proses konseling, implikasinya: a. Tidak ada jurang pengertian antara konselor dan klien. b. Klien memiliki hak yang sama dengan konselor. c. Kontrak memperkecil perbedaan status dan menekankan persamaan di antara konselor dan klien.

8	Penampilan Konselor	Konselor berlaku sebagai pendidik yang mengajarkan teknik-teknik permainan peran sehingga klien bisa menampilkan beberapa peran ego yang paling cocok bagi dirinya atau dengan kata lain penampilan koselor adalah didaktor.
9	Kelebihan Pendekatan	a. Punya pandangan optimis dan realistis tentang manusia. b. Lebih menekankan waktu sekarang dan disini. c. Meningkatkan keterampilan berkomunikasi. d. Mudah diobservasi.
10	Keterbatasan Pendekatan	a. Konsep dan prosedurnya tidak dapat dijadikan objek pengujian untuk mendapatkan validitas ilmiah. b. Data empiris yang objektif sangat kurang. c. Banyak terminologi atau istilah yang digunakan dalam AT cukup membingungkan. d. Meminimalkan atau mengabaikan aspek emosional. e. Kurang efisien terhadap kontrak treatment
11	Penerapan/ Aplikasi	- Cocok diberikan kepada klien yang memiliki pandangan hidup yang salah (anti sosial) - Dapat membantu klien yang bermasalah dalam berperilaku misalnya terlampu dominan menggunakan ego parent, yakni selalu mengkritik orang dimanapun dan tidak mampu menyesuaikan diri

7. Person Centered

NO	KOMPONEN	KETERANGAN
1	Konsep Dasar	Pendekatan Ini di dasari oleh teori dari Carl Rogers a. Pada dasarnya manusia memiliki kesadaran atas dirinya sendiri serta memiliki sifat positif, konstruktif dan kooperatif dengan dirinya maupun orang lain. b. Manusia bukan dibentuk oleh lingkungan tetapi membentuk lingkungan.

		c. Manusia memiliki otoritas dalam setiap pengambilan keputusan baik bagi dirinya sendiri maupun yang berkaitan dengan orang lain. d. Setiap manusia memiliki pemahaman tentang dirinya sendiri sehingga dapat menentukan apa yang baik dan tidak baik bagi dirinya sendiri.
2	Asumsi Perilaku Bermasalah	a. Perilaku bermasalah adalah perilaku individu yang tidak mampu berdiri sendiri, dan tidak mempunyai kemampuan memecahkan masalah sendiri. b. Maladjustment psikologis c. Mengalami ancaman self
3	Karakteristik Konseling	b. Ditujukan kepada klien yang sanggup memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu. c. Sasarannya: aspek emosi dan perasaan, bukan intelektual. d. Bertujuan untuk menyesuaikan antara <i>ideal-self</i> dengan <i>actual-self</i>. e. Klien lebih aktif, konselor pasif-reflektif. f. Titik tolaknya pada keadaan individu termasuk kondisi psikologis masa kini, bukan pengalaman masa lalu
4	Tujuan Konseling	a. Membantu client untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi utuh. Pemahaman client terhadap dirinya sendiri menjadi bagian yang penting. b. Membantu klien memandang kenyataan dan membuka kesadaran yang menyiratkan seperti kenyataan itu hadir ada diluar dirinya. c. Memberi kesempatan dan kebebasan kepada individu untuk mengekspresikan perasaan-perasaanya, berkembang dan terealisasi potensinya d. Membantu individu untuk makin sanggup berdiri sendiri dalam mengadakan integrasi dengan lingkungannya dan bukan pada penyembuhan itu sendiri. e. Membantu individu dalam mengadakan perubahan dan pertumbuhan (perubahan sikap dari perasaa-perasaan negative ke perasaan positif, dan pertumbuhan yang sehat.
5	Deskripsi Proses Konseling	Pemahaman tentang konsep menjadi diri sendiri merupakan proses, bukan produk. Maka dalam proses terapi penting agar client menyadari tentang hal ini. Proses pengujian persepsi-persepsi, kepercayaan-keparcayaan dan membuka pengalaman baru.

		Proses konseling ada 3 fase yaitu : 1. Pengalaman akan meredanya ketegangan 2. Adanya pemahaman diri 3. Perencanaan untuk kegiatan selanjutnya
6	Teknik Konseling	Penekanan masalah ini adalah dalam hal filosofis dan sikap konselor ketimbang teknik, mengutamakan hubungan konseling ketimbang perkataan dan perbuatan konselor. Teknik konseling berkisar antara lain pada cara-cara penerimaan pernyataan dan komunikasi, menghargai orang lain, dan memahami (konseli).
6	Fungsi Konselor dan Peran Konselor	b. Konselor tidak memimpin, mengatur atau menentukan proses perkembangan konseling, tetapi hal tersebut dilakukan oleh konseli sendiri. c. Konselor merefleksikan perasaan-perasaan konseli, sedangkan arah pembicaraan ditentukan oleh konseli. d. Konselor menerima individu dengan sepenuhnya dalam keadaan atau kenyataan yang bagaimanapun. e. Konselor memberi kebebasan kepada konseli untuk mengekspresikan perasaan sedalam-dalamnya dan seluas-luasnya.
7	Hubungan Konselor Dan Konseli	a. Adanya hubungan psikologis antara konselor dengan klien. b. Adanya pernyataan <i>incongruence</i> oleh konseli. c. Adanya pernyataan <i>congruence</i> oleh konselor. d. Adanya <i>unconditional positive regard</i> dan pemahaman yang empatik dari konselor terhadap konseli. e. Adanya persepsi konseli terhadap <i>counselor positive regrad</i> dan pemahaman empatik
8	Penampilan Konselor	a. Konselor bersikap Humanis yang mampu merubah persepsi konseli yang kaku. b. Konselor mengubah perilaku konseli dengan jalan membuka pengalaman konseli terhadap konsep dirinya. c. Konselor bersikap acceptance (menerima) konseli apa adanya. d. Konselor mampu menerapkan empatinya.
9	Kelebihan Pendekatan	Terletak pada kebebasan yang diberikan pada klien untuk mengambil keputusan sehingga klien terlatih untuk mempunyai kepercayaan diri

		sehingga ia belajar mempunyai otoritas untuk mengambil sebuah keputusan dan keputusan antara satu klien dengan yang lain pasti berbeda.
10	Keterbatasan Pendekatan	a. Teknik ini berbahaya kalau dilakukan oleh terapis yang tetap saja pasif dan tidak aktif, dengan response terhadap refleksi yang terbatas b. Banyak klien yang merasakan kebutuhan akan pengarahan yang lebih banyak, dan lebih banyak teknik c. Klien yang dalam keadaan krisis mungkin memerlukan lebih banyak direktif d. Kalau diaplikasikan pada konseling individual beberapa kelompok budaya akan mengharapkan lebih banyak aktifitas di pihak konselor e. Teorinya memerlukan untuk dinilai ulang dari segi pengetahuan dan pemikiran terbaru kalau memang diinginkan tidak akan tersandung pada kekakuan
11	Penerapan/ Aplikasi	- Konselor dalam kegiatan kelompok dapat berperan sebagai alat yang menciptakan atmosfer yang positif dan anggota kelompok dipandang sebagai manusia yang dapat bertanggungjawab dan menemukan masalah-masalah yang penting yang berkaitan dengan keberadaan dirinya. - Menerima seseorang dengan apa adanya, baik kekurangan dan kelebihan akan membuat hubungan menjadi sehat. Tepat digunakan untuk mengatasi masalah anggota kelompok yang memiliki harga diri rendah.

LATIHAN III

Buatlah contoh analisis kasus dan pemecahannya dengan menggunakan pendekatan konseling dalam setting kegiatan konseling kelompok!

No	Pendekatan konseling kelompok	Contoh perilaku bermasalah	Tujuan konseling kelompok	Teknik yang digunakan	Deskripsi aplikasi teknik dalam kegiatan konseling kelompok
----	-------------------------------	----------------------------	---------------------------	-----------------------	---

		anggota kelompok			
1	Psikoanalisis				
2	Behavioral				
3	Rational Emotive Behavior Therapy				
4	Gestalt therapy				
5	Reality therapy				
6	Analisis Transaksional				
8	Person Centered				

J. Langkah Pelaksanaan Konseling Kelompok

Langkah pelaksanaan Konseling Kelompok meliputi rekrutmen anggota konseling kelompok, pelaksanaan kegiatan konseling kelompok, evaluasi dan tindak lanjut konseling kelompok.

1. Rekrutmen anggota.

Dalam merekrut anggota, konselor bisa mengajak siswa yang memiliki permasalahan dan yang menyukai kerjasama dalam kelompok. Anggota

sebaiknya dipilih secara homogen yang memiliki umur yang sepadan. Ideal anggota kelompok terdiri dari sekitar delapan anggota dengan satu pemimpin kelompok (bagi kelompok remaja) dan sekitar tiga sampai empat anggota dengan satu pemimpin kelompok (bagi kelompok anak-anak)

2. Persiapan yang dilaksanakan.

Persiapan untuk melaksanakan kegiatan konseling kelompok adalah menyediakan tempat yang nyaman bagi anggota kelompok dan tempat duduk ditata dengan pertimbangan memudahkan anggota kelompok untuk saling berinteraksi, dan membuat *guideline* dalam bentuk Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.

3. Pelaksanaan konseling kelompok.

Pelaksanaan konseling kelompok terdiri dari tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, dan tahap pengakhiran.

4. Evaluasi dan tindak lanjut.

Dalam melakukan evaluasi, konselor berfokus pada *out put* yang diperoleh anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok, perubahan perilaku yang terjadi pada anggota kelompok, dan sejauh mana tujuan konseling kelompok tercapai. Apabila masih ditemukan sejumlah permasalahan pada anggota kelompok, maka tindak lanjut bisa dilakukan dalam bentuk konseling individual atau referal jika permasalahan yang dialami oleh konseli di luar jangkauan kemampuan konselor untuk membantu mengatasi permasalahan tersebut.

LATIHAN IV

Buatlah perencanaan kegiatan konseling kelompok dalam bentuk rencana pelaksanaan layanan konseling kelompok!

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

PERTEMUAN KE....

(TAHAP.....)

A. Topik Layanan	:	
B. Bidang Layanan	:	
C. Fungsi Layanan	:	
D. Tujuan Layanan	:	
E. Sasaran Kegiatan	:	
F. Teknik	:	
G. Uraian kegiatan layanan		
No	Kegiatan	Waktu
1	Langkah Pembukaan a. b. c.	... Menit
2	Langkah Kegiatan inti a. b. c. d.	... Menit
3	Langkah Penutup a. b. c. d.	... Menit
H. Tempat Penyelenggaraan	:	
I. Waktu / Tanggal	:	
J. Semester	:	
K. Penyelenggara layanan	:	
L. Pihak yang terlibat	:	
M. Rencana Penilaian	:	
N. Tindak Lanjut	:	

LATIHAN V

Lakukanlah amatan konseling terhadap teman kelas anda yang berperan menjadi konselor/pemimpin kelompok dalam kegiatan praktik konseling kelompok. Amatan konseling kelompok

FORMAT AMATAN KEGIATAN KONSELING KELOMPOK

TAHAP & Kegiatan Konselor	Kemuculan		Komentar
	Ya	Tidak	
AWAL / PENDAHULUAN			
Mendiskusikan kegiatan Kelompok dan tujuannya			
Mengenalkan anggota kelompok			
Menumbuhkan rasa saling percaya			
Mendorong setiap anggota mengemukakan masalahnya			
Menjelaskan kegiatan selanjutnya			
Membangkitkan semangat para anggota			
Mendorong setiap anggota untuk aktif berpar-tisipasi dalam diskusi			
Mendorong setiap anggota untuk secara terbuka dengan penuh empati dalam mengemukakan tanggapan dan pandangannya.			
PERTENGAHAN / INTI			
Merangsang dan mendorong anggota kelompok mengungkapkan masalah secara jelas			
Mengajak anggota kelompok untuk menentukan urutan pembahasan masalah anggota berdasarkan berat-ringan, dan/atau luas-sempitnya ,			
Mendorong anggota kelompok mengemukakan tanggapan dan/atau pandangannya terhadap masalah anggota kelompok			
Memberi penguatan terhadap setiap tanggapan dan/atau pandangan yang disampaikan anggota kelompok			
Memberi rangsangan mengenai cara penyelesaian masalah anggota kelompok.			
AKHIR / PENUTUP			
Mengajak dan mendorong setiap anggota kelompok menyampaikan kesimpulan hasil pembahasan			
Mendorong setiap anggota kelompok menyampaikan kegiatan tindak lanjut yang akan dilakukan setelah Konseling Kelompok			
Memberi penguatan atas kesimpulan dan kegiatan tindak lanjut yang disampaikan oleh setiap anggota kelompok			

DAFTAR PUSTAKA

Corey, Gerald. 2005. *Theory and Practice of Counseling & Psichoterapy*. Seventh edition. USA: Broks/Cole Thompson

-----, 2006. *Group Proces and Practice*. Eight edition. USA: Broks/Cole Thompson

- . 2012. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eighth edition. USA: Brooks/Cole Thompson
- Effendi, Kusno 2015. *Keterampilan Dasar Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gladding. 1995. *Group Work. A Counseling Speciality*. Second Edition. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Jacob, Ed. 2006. *Group Counseling Strategies and Skill*. Fifth edition. USA: Brooks/Cole Thompson
- Jones, Nelson. 2012. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komalasari. Gantina. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks
- Kraus, M., Stephane C., & Keltner, D. 2010. *Social Class, Contextualism, and Empathic Accuracy. Psychological Science*, 21, 1716-1723
- Natawidjaya, Rochman. 2009. *Konseling Kelompok, Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press
- Prayitno. 1998. *Seri Pemandu Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta : PT. Ikrar Mandiri Abadi.
- Suwarjo. 2009. *Modul Praktik Keterampilan Konseling*. Yogyakarta: UNY Press
- Taufik. 2012. *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wibowo Edy, Mungin. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta