

TEKNIK DAN SRATEGI KONSELING KELOMPOK

Oleh : Sigit Sanyata
sanyatasigit@uny.ac.id

Abstrak

Konseling kelompok merupakan salah satu strategi layanan konseling. Perbedaan mendasar konsep konseling kelompok dengan konseling individual adalah terletak pada proses kelompok dengan menekankan pada interaksi sosial antar anggota kelompok. Kajian konseling kelompok merupakan pendekatan integrative yang memadukan konsep dinamika kelompok, multikulturalisme dan kompetensi personal (konselor). Konseling kelompok bertujuan untuk mengubah perilaku anggota kelompok berdasar hasil interaksi kelompok. Aplikasi proses kelompok meliputi kelompok anak-anak, remaja, orang dewasa dan lanjut usia dengan menyesuaikan karakteristik perkembangan pada kelompok tersebut.

Kata kunci ; strategi, konseling kelompok

A. Pendahuluan

Konseling kelompok bukan sebagai sebuah perspektif tetapi sebagai suatu teknik dan strategi dalam konseling. Banyak tulisan yang mendiskusikan tentang konseling individual namun demikian konseling kelompok kurang banyak menjadi bahan kajian dalam forum-forum konseling. Schmidt (2003) mengemukakan bahwa konseling kelompok dan bimbingan kelompok merupakan dua proses yang digunakan oleh konselor sekolah untuk mengatasi antara lain perhatian dan minat siswa. Prosedur kelompok dipandang efektif untuk membantu siswa dalam dengan banyak isu permasalahan. Keunggulan prosedur kelompok adalah membantu pengembangan aspek sosial konseli dan kemampuan mengadakan interaksi sosial dengan anggota kelompok yang lain. Ketika individu berada dalam kelompok maka akan dituntut kemampuan dan keterampilan sosial yang harus dilakukan. Kesiediaan untuk mendengarkan pendapat orang lain dan kemampuan menyampaikan pendapat, empati, *cohesiveness* merupakan dimensi positif bagi anggota kelompok sehingga bagi anggota kelompok tertentu, proses kelompok sebagai media untuk mengembangkan kepribadian. Selama ini kajian tentang konseling kelompok masih disisipkan dalam buku-buku tentang konseling dan psikoterapi dan kurang mendalam dalam memberikan wawasan tentang konseling kelompok secara komprehensif.

B. Konsep Konseling Kelompok

Corey (2005) menjelaskan bahwa pemahaman terhadap konseling kelompok harus dilakukan dalam pendekatan integratif dan eklektif. Integrasi secara teoretis berusaha mengkolaborasi dengan perspektif lain untuk memperkaya kajian sehingga konseling tidak berkembang secara mandiri dan terpisah tetapi terintegrasi dengan prinsip-prinsip keilmuan

yang lain. Dalam perspektif multikultural maka konseling kelompok akan bersinggungan dengan masalah nilai, keyakinan, dan perilaku pada komunitas tertentu. Kesadaran budaya meliputi usia, jenis kelamin, orientasi seksual, agama dan status sosial-ekonomi. Perspektif budaya menjadi orientasi yang penting dalam kelompok karena latar belakang budaya akan mempengaruhi sikap dan perilaku anggota kelompok.

Konselor merupakan figure sentral dalam proses kelompok, bagi konselor pemula akan banyak mendapatkan kendala intern yang berkaitan dengan ketidakmampuan diri, kepercayaan diri dan belum mahir dalam menentukan arah konseling kelompok. Karakteristik pribadi seorang pemimpin kelompok yang efektif yaitu ; mampu menjadi teladan, memiliki komitmen untuk bersama-sama dalam kelompok, memiliki kemampuan membantu orang lain, jujur, peduli, memiliki keyakinan dalam proses kelompok, terbuka, mau menerima kritik, memiliki kesadaran budaya, keinginan untuk memperoleh pengetahuan baru, memiliki kewibawaan, memiliki resiliensi, memiliki kesadaran diri, memiliki selera humor, mempunyai daya cipta, memiliki dedikasi dan komitmen diri (Posthuma, 1996; Corey 2005). Konselor merupakan seorang professional, hal ini ditunjukkan pada penguasaan terhadap keterampilan dalam memimpin kelompok, mampu menjadi pendengar aktif, tanggap terhadap kondisi dan keadaan tertentu, memiliki kemampuan menjelaskan, kemampuan membuat ringkasan, memfasilitasi, memiliki empati, mampu membuat penafsiran, keterampilan dalam bertanya, mampu membuat hubungan baik dengan anggota kelompok, keterampilan konfrontasi, keterampilan memberikan dorongan, kemampuan membuat batasan, mampu melakukan asesmen, dapat menjadi teladan, mampu menyampaikan alternative dan saran, keterampilan berinisiatif, keterampilan evaluasi. Konselor juga dituntut memiliki tiga kompetensi dasar yaitu dapat dipercaya, memiliki pengetahuan dan keterampilan.

Isu-isu yang berkaitan dengan etika dalam konseling kelompok adalah pemberian informasi kepada anggota kelompok berkenaan dengan aktivitas yang akan dilakukan, perlu diperhatikan terhadap keanggotaan yang tidak sukarela, kebebasan untuk mengundurkan diri dari anggota kelompok, menjelaskan resiko psikologis yang kemungkinan akan dialami oleh anggota dan masalah kerahasiaan. Permasalahan yang berhubungan dengan isu etis sebaiknya disampaikan kepada anggota kelompok. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah tentang anggota kelompok yang beragam karena untuk melakukan proses kelompok dalam seting populasi yang beragam perlu ditanamkan nilai-nilai keragaman, memberikan pemahaman standar-standar etis, pemahaman pada isu-isu khusus yang berorientasi pada jenis kelamin.

Beberapa hal yang diperhatikan dalam membentuk kelompok adalah penyaringan anggota dan pertimbangan-pertimbangan praktis dalam membuat kelompok. Adapun pertimbangan praktis yang dilakukan adalah berkaitana dengan komposisi kelompok, ukuran

anggota kelompok, frekuensi dan lamanya pertemuan pada setiap sesi, panjangnya kelompok, kesepakatan tempat pertemuan dan sifat keanggotaan yang terbuka atau tertutup. Sebelum kelompok dibentuk seorang konselor juga dapat memberikan klarifikasi tentang konselor yang akan memimpin kelompok dan harapan-harapan dari anggota kelompok terhadap proses kelompok.

Proses konseling kelompok paling tidak melalui tahap-tahap berupa ; tahap awal dalam kelompok, tahap transisi, tahap pelaksanaan dan tahap akhir dari proses kelompok. Tahap awal dalam kelompok memperhatikan karakteristik anggota yang tidak sama, hal ini akan berpengaruh pada mekanisme pelaksanaan proses kelompok pada tiap-tiap tahap. Karakteristik yang nampak pada tahap awal adalah mempunyai perhatian yang terlalu dini, memiliki kepentingan yang tersembunyi, beresiko sebagai awal konflik, ada konflik antara diri dengan orang lain, konflik antara kepentingan saat ini dengan masa datang, ada perasaan percaya tetapi juga muncul kecurigaan. Salah satu strategi dalam membangun kepercayaan adalah keteladanan dan sikap serta tindakan untuk percaya. Pemimpin kelompok pada tahap awal diharapkan mampu mengidentifikasi dan menjelaskan tujuan umum pada anggota, disamping itu membantu anggota mendefinisikan tujuan pribadi. Perhatian utama pada tahap ini adalah pembagian tanggung jawab, kesepakatan bersama, membuka dan menutup sesi kelompok.

Tahap transisi dalam proses kelompok, pemimpin kelompok bertanggung jawab untuk membantu anggota kelompok keluar dari situasi dan kondisi krisis yang dialami. Situasi krisis tergambar dalam karakteristik anggota yang menampakkan ;

1. Munculnya kecemasan; perasaan cemas anggota kelompok baik yang berasal dari factor internal maupun eksternal berpengaruh pada efektivitas anggota kelompok. Kecemasan dapat diakibatkan karena merasa tidak mampu untuk berinteraksi dan berpendapat dalam kelompok.
2. Kepercayaan diri; anggota kelompok memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda sehingga bagi anggota kelompok yang kurang percaya diri maka tugas utama pada awal konseling kelompok adalah membangun kepercayaan diri anggota kelompok.
3. Perilaku yang defensive dan resisten; kesulitan awal seorang konselor adalah mendapatkan partisipasi dari anggota. Anggota kelompok dapat menunjukkan perilaku defensive dan cenderung melawan terhadap topik diskusi, terhadap anggota kelompok maupun kepada pemimpin kelompok. Gejala perilaku defensive dan resisten dapat terlihat melalui pola hubungan emosional dengan anggota kelompok, gaya bicara yang singkat dan langsung, tidak berpendapat, dan memperlihatkan ekspresi terhadap perasaan yang sedang dialaminya.
4. Ketakutan yang biasanya dialami anggota kelompok; anggota kelompok yang sering diliputi oleh perasaan takut diantaranya takut kelihatan bodoh, takut ditolak, takut

dianggap tidak bisa, takut kurang control, takut dianggap menutup diri karena mereka merasa diminta terbuka sebelum mereka secara mental siap untuk berpendapat.

5. Berusaha untuk mengontrol diri sehingga partisipasi dalam kelompok menjadi kurang karena anggota bersikap pasif.
6. Konflik; konflik pribadi yang berkaitan dengan jenis kelamin, umur, bahasa, status social ekonomi, rasial, dan latar belakang pendidikan. Konflik disebabkan karena kurangnya attending yang dilakukan oleh konselor.
7. Konfrontasi; selama proses kelompok akan terjadi pertentangan diantara anggota kelompok, pemimpin harus bertanggung jawab untuk menjadikan konfrontasi sebagai upaya konstruktif untuk membangun proses kelompok.
8. Pergantian pimpinan kelompok; dalam proses konseling kelompok seorang leader diganti disebabkan oleh factor kepribadian dan profesionalitas, karena pemimpin kelompok tidak memiliki kompetensi dan keterampilan yang memadai.

Dalam proses kelompok sering ditemukan beberapa perilaku dan kesulitan yang dialami oleh anggota kelompok. Pemimpin kelompok bertanggung jawab untuk meminimalisir perilaku problematic secara rasional sehingga akan menjadikan kepemimpinan yang efektif. Pemimpin yang efektif ditunjukkan melalui sebagian perilaku berupa ; tidak menyalahkan konseli, mendidik konseli bagaimana berinteraksi dalam kelompok, tidak merespon sarkasme dengan sarkasme. Beberapa perilaku anggota kelompok yang terlihat dalam proses kelompok adalah sebagai berikut ;

1. Diam dan kurang berpartisipasi; konseli cenderung berdiam diri dan tidak partisipatif. Perilaku yang tampak adalah menunjukkan sikap menunggu, merasa tidak mempunyai bahan untuk dikatakan, merasa tidak penting membicarakan sesuatu, takut ditolak, kurang percaya dengan kelompok, dan takut tentang kerahasiaannya.
2. Perilaku monopoli; pemimpin kelompok harus peka terhadap anggota yang memonopoli dalam aktivitas kelompok.
3. Bercerita dan menutup diri; merupakan perilaku yang menunjukkan ketidaktahuan anggota kelompok. Pemimpin kelompok dapat memulai diskusi dengan menceritakan hal-hal yang mendorong anggota kelompok untuk dapat terbuka dan mau berpendapat.
4. Bertanya; pertanyaan yang diajukan antar anggota kelompok harus dikontrol agar tidak terjebak pada model interogasi. Diusahakan untuk tidak bertanya tetapi dengan membuat pernyataan yang kemudian dapat direspons oleh anggota kelompok yang lain.
5. Memberi nasehat; problem perilaku yang berhubungan dengan bertanya adalah member nasehat. Kecenderungan dari anggota kelompok adalah memberikan nasehat kepada anggota lain yang menyampaikan pendapat/permasalahan.
6. Dependensi; berperilaku bebas tidak selalu menjadikan masalah apalagi jika dilihat dalam perspektif cultural.

7. Dukungan yang palsu; hal ini berkaitan dengan pemberian nasehat yang dilakukan oleh anggota kelompok yang lain karena dimungkinkan nasehat dan support yang diberikan belum sepenuhnya sesuai dengan kata hati.
8. Perilaku memusuhi diantara anggota kelompok; dapat muncul perilaku yang memusuhi anggota kelompok lain, gejala ini dapat disebabkan oleh banyak factor.
9. Berperilaku superior; ada anggota kelompok yang memiliki perilaku superior sehingga ketika berinteraksi akan menunjukkan superioritasnya dan bahkan mengundang untuk bermusuhan.
10. Sosialisasi; kemampuan bersosialisasi dapat menjadikan kendala bagi anggota kelompok karena jika tidak terbangun kohesifitas dapat membantuk klik diantara anggota kelompok.
11. Intelektualitas; dalam proses konseling seorang pemimpin kelompok dituntut peka untuk memperhatikan aktivitas anggota kelompok karena mekanisme pertahanan diri dapat dilakukan melalui rasionalisasi dan kemampuan intelektualnya.
12. Menjadikan anggota sebagai assistance leaders; anggota kelompok yang memiliki interpersonal bagus dapat berperan sebagai asisten bagi pimpinan kelompok.

Konselor dalam tahap pelaksanaan konseling kelompok dapat melakukan intervensi kepada anggota kelompok berkenaan dengan kondisi dan situasi krisis yang dihadapi oleh anggota kelompok, terutama perasaan-perasaan takut yang dapat mengganggu jalannya proses konseling kelompok. Proses intervensi konselor pada tahap awal adalah mendorong anggota membicarakan tentang ketakutan yang dihadapi, memposisikan bahwa anggota kelompok lain juga memiliki perasaan yang sama, membantu mengeksplorasi dan memahami perasaan takut yang muncul. Peran konselor dalam tahap transisi adalah memberikan intervensi dengan berfokus pada eksplorasi tentang munculnya perasaan-perasaan yang mengganggu selama proses konseling, sedangkan intervensi konselor pada proses konseling kelompok adalah berdasarkan pada reaksi dan persepsi anggota kelompok terhadap situasi kelompok.

Tugas konselor yang harus dilaksanakan berkenaan dengan proses kelompok terutama berkaitan dengan ; perilaku dan norma kelompok yang didasari bahwa anggota kelompok maupun pemimpin kelompok memiliki tanggung jawab untuk menjamin efektivitas proses konseling. Pemimpin kelompok berusaha memakai variasi teknik-teknik terapi agar lebih efektif dan efisien sedangkan dari pihak anggota kelompok adalah adanya dorongan untuk berubah. Hal lain yang perlu diperhatikan oleh konselor adalah tingkat kepercayaan selama tahap pelaksanaan konseling kelompok karena anggota kelompok dapat bersikap menarik diri dan pasif disebabkan keraguan akan kemampuan yang dimiliki oleh konselor/pemimpin kelompok. Proses konseling kelompok bagi anggota akan dihadapkan pada pilihan-pilihan yang menuntut anggota kelompok membuat pilihan seperti ; menutup diri atau terbuka,

kejujuran atau berlebih-lebihan, spontanitas atau terkontrol, menerima atau menolak, dan kohesif atau terpecah. Pilihan-pilihan yang akan dibuat oleh anggota kelompok senantiasa diarahkan oleh pemimpin kelompok dengan mendasarkan pada pertimbangan sisi negative dan positif sesuai dengan permasalahan yang akan direspons. Anggota kelompok diharapkan memperoleh pelajaran tentang perilaku-perilaku baru, keterampilan hidup dan dapat mempraktikannya dalam sesi-sesi kelompok di luar kelompok.

Langkah-langkah konseling yang dilaksanakan dalam proses konseling kelompok ditujukan untuk mengubah perilaku konseli. Perubahan diharapkan terjadi karena dampak positif dari proses kelompok yang diikuti. Adapun teknik yang dapat dilakukan selama proses konseling kelompok adalah membuka ketertutupan konseli, konfrontasi, umpan balik, kohesifitas dan universalitas, harapan, kesiapan menghadapi resiko dan kepercayaan, terbuka dan menerima, kekuatan, katarsis, komponen kognitif, komitmen untuk berubah, kebebasan dalam bereksperimen dan humor.

Tahap terminasi dalam konseling kelompok adalah proses konsolidasi dengan anggota kelompok untuk mengembangkan strategi dalam rangka mengaplikasikan hasil konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Tahap ini merupakan waktu yang diperlukan anggota untuk mengekspresikan pengalaman-pengalaman mereka selama sesi. Tahap terminasi proses kelompok meliputi ;

1. Yang berhubungan dengan perasaan; jika dalam tahap awal anggota kelompok didorong untuk menjelaskan perasaan takut dan harapan-harapannya maka dalam tahap terminasi hal esensial adalah mendorong mereka mengekspresikan reaksinya.
2. Persepsi awal dan akhir dalam kelompok perlu di follow-up kepada anggota kelompok.
3. Yang berhubungan dengan topic/diskusi yang tidak selesai; bahwa selama proses konseling dimungkinkan belum selesai dalam pemecahan masalah maka dituntut adanya komitmen antara pimpinan dengan anggota untuk menindaklanjuti pada sesi-sesi lain.
4. Review pengalaman dalam kelompok; dilakukan review kepada anggota kelompok untuk mengeksplorasi pengalaman yang diperoleh setelah dilakukan treatment dalam kelompok.
5. Praktik mengubah perilaku; pertemuan-pertemuan selanjutnya dapat dipakai untuk latihan mengubah perilaku baru pada anggota kelompok, hal ini bermanfaat bagi anggota untuk melatih diri pada waktu-waktu di antara sesi.
6. Menentukan langkah-langkah selanjutnya; fungsi terpenting pemimpin kelompok adalah membantu anggota untuk segera bertindak sehingga anggota kelompok dapat melakukan tindakan dengan cepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

7. Memberi dan menerima umpan balik; antara anggota dan pemimpin kelompok di akhir sesi dapat melakukan koreksi, memberi dan menerima umpan balik yang akan bermanfaat untuk mengukur efektivitas jalannya konseling kelompok.
8. Memakai kontrak perilaku; jika memungkinkan dapat dilakukan kontrak secara tertulis dalam upaya perubahan perilaku dan akan menjadi tanggung jawab untuk merealisasikannya. Suatu pekerjaan besar jika ada anggota kelompok yang merasa tidak memperoleh wawasan baru dari proses kelompok yang diikuti, tetapi yang lebih penting untuk dilakukan adalah mendiskusikannya dengan anggota kelompok tersebut. Beberapa pertimbangan yang perlu diperhatikan adalah memelihara kerahasiaan setelah proses kelompok berakhir. Mendorong kelompok untuk mengadakan perubahan perilaku walaupun lingkungan memandangnya negative.

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat efektivitas proses kelompok yang berlangsung. Proses follow up oleh konselor kepada anggota kelompok dilakukan setelah menyelesaikan sesi konseling kelompok dan dapat menggunakan wawancara secara individual kepada anggota kelompok.

Aplikasi konseling kelompok kepada kelompok umur dapat dilakukan dalam kategori kelompok untuk anak-anak; kelompok remaja; kelompok orang dewasa dan kelompok lanjut usia. Konseling kelompok untuk seting anak-anak tidak terbatas pada permasalahan yang dihadapi tetapi kecenderungan permasalahan yang berhubungan dengan rendahnya harga diri, ketidakmampuan berinteraksi dalam kelompok sebayanya, merasa gagal, kekerasan fisik dan seksual, merasa diasingkan dan sendirian, depresi dan cemas. Aspek yang penting untuk diperhatikan adalah personal dan kualifikasi professional konselor. Karakteristik personal menjadi penting ketika melayani anak-anak karena dituntut untuk sabar, penuh perhatian, memiliki rasa humor dan lain-lain, sedangkan kualifikasi professional yang harus dikuasai adalah memahami tahap-tahap perkembangan khususnya kelompok umur, mengerti dengan baik keterampilan konseling, mengetahui referensi yang signifikan berkaitan dengan proses konseling kelompok untuk anak-anak.

Isu penting untuk masa remaja adalah kuatnya interaksi diantara kelompok sebaya sehingga konseling dengan pendekatan kelompok merupakan pilihan yang strategis karena peer groups merupakan kekuatan yang harus didorong dan difasilitasi. Teknik konseling kelompok secara khusus digunakan karena pada usia-usia remaja telah mampu mengidentifikasi pengalaman mereka. Hal-hal yang berkaitan dengan masalah remaja sekaligus merupakan tantangan bagi konselor untuk memfasilitasi perkembangan mereka. Problematika yang cenderung dihadapi oleh remaja dalam konseling kelompok adalah kepercayaan diri, pemahaman tentang bantuan yang akan diberikan karena factor ketertutupan diri anak remaja, serta keengganan anggota kelompok untuk berpartisipasi. Dimensi lain yang harus diperhatikan konselor adalah pengaruh kepribadian pimpinan

kelompok karena pemimpin kelompok mempunyai pengaruh yang besar terhadap berjalannya proses konseling kelompok. Remaja menginginkan posisi pemimpin kelompok harus orang yang memahami permasalahan yang dihadapi remaja. Konselor dituntut untuk menjaga sesi yang cenderung tidak pasti karena tidaklah mudah mengundang partisipasi remaja ke dalam konseling kelompok yang diselenggarakan oleh konselor. Ada kecenderungan anak remaja memiliki tendensi untuk mengelaborasi pengalaman-pengalaman masa lalunya daripada kondisi saat ini.

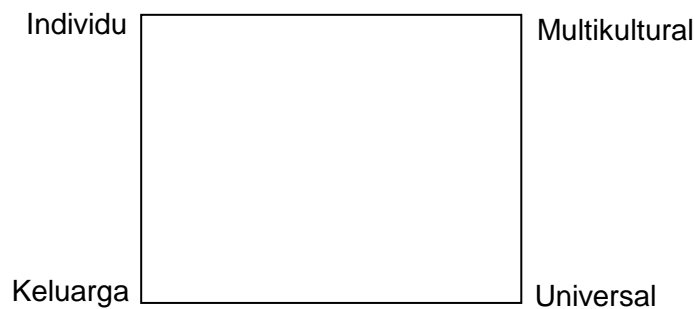
Pada kelompok untuk orang dewasa, orientasi topic merupakan keunggulan dalam proses kelompok. Jika topic yang dibahas merefleksikan kehidupannya maka akan berpartisipasi penuh. Beberapa factor yang harus diperhatikan adalah pertimbangan struktur kelompok terhadap topic sehingga pemilihan topic merupakan representasi dari anggota kelompok. Berbeda dengan kelompok orang dewasa, kelompok lanjut usia merupakan kelompok yang memiliki karakteristik unik sehingga konselor dituntut memiliki keterampilan dan pengetahuan yang khusus. Pengetahuan khusus berkaitan dengan kehidupan social, religi, pandangan hidup dan orientasi karir. Beberapa hal yang diperlukan dalam konseling kelompok bagi lanjut usia adalah ; lanjut usia memiliki perhatian terhadap orang lain lebih singkat karena ada kesulitan secara fisik dan psikologis sehingga proses kelompok menjadi lebih lambat. Para orang tua lebih sering memerlukan dorongan daripada konfrontasi, memerlukan perawatan medis dan ada kekurangan kemampuan untuk berdialog secara penuh, orang tua memiliki kebutuhan untuk didengarkan dan dimengerti.

C. Analisis terhadap Konseling Kelompok

Strategi konseling kelompok dikembangkan dalam tiga isu sentral yaitu isu tentang kelompok, tahap konseling kelompok dan proses dan aplikasi konseling kelompok. Isu tentang kelompok sebagai kerangka teori yang melandasi tentang proses dan dinamika kelompok, sebagai integrasi dalam berbagai perspektif teori. Kekuatan kelompok merupakan salah satu dimensi yang diambil dalam proses konseling sehingga konseling kelompok berusaha memadukan antara dimensi kelompok, kohesifitas dan perubahan perilaku. Konseling kelompok jika dianalisis memiliki basis teori psiko-sosial yang berkaitan dengan ;

1. Isu Kultural

Keunggulan kelompok merupakan poin yang tidak dapat ditinggalkan dalam konseling kelompok namun demikian aspek multikulturalisme juga menjadi bagian yang tidak terpisahkan. Keragaman masyarakat menjadi salah satu indicator bahwa kelompok merupakan gambaran dari masyarakat. Konsep multicultural sebagai perspektif budaya akan menjadi bagian dari dinamika individu. Gambaran konsep ini seperti dalam gambar berikut ;



Gambar 1. Empat landasan sudut pandang terhadap manusia

Berdasarkan pandangan bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan building blocks yang memiliki empat landasan sudut pandang yaitu ; individual, keluarga, universal dan multicultural. Individu sebagai makhluk hidup yang unik dan memiliki keunggulan berupa akal, di samping persamaan-persamaan yang diwujudkan dalam struktur anatomis dan fungsi-fungsinya memiliki perbedaan yang esensial pada masing-masing individu. Dalam kajian psikologi, perbedaan pada individu dapat dilihat dari potensi, kemampuan berpikir dan kondisi psikis yang lain. Eksistensi individu tidak terlepas dari sebuah komunitas yang disebut dengan keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang memberikan pola pendidikan kepada individu merupakan setting yang secara kuat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan individu. Keragaman individu yang membawa kepada kompleksitas masyarakat dengan nilai-nilai yang terbentuk secara universal dengan consensus diantara anggota kelompok. Universalitas merupakan konsep tentang sebuah tatanan masyarakat yang lebih luas dan memberikan ikatan kepada individu untuk senantiasa berpedoman pada konsep-konsep universal. Namun perspektif yang tidak dapat diabaikan, walaupun masyarakat memiliki tatanan yang universal tetapi sebagai gabungan dari berbagai budaya dan karakteristik masyarakat sehingga perspektif multicultural merupakan sebuah pendekatan yang menempatkan individu pada setting budayanya masing-masing.

Karakteristik konseli dari berbagai belahan dunia memiliki stereotype yang berbeda dan beragam. Komunitas orang-orang latin memiliki pendekatan yang dianggap cocok yaitu model psychoeducational yang menggunakan unsure proses social dalam kelompok dan pendekatan multicultural merupakan factor yang dominan (Torres dan Rivera, 2001). Pendekatan kelompok lebih ditekankan pada perspektif cultural dengan memakai model psychoeducational sebagai teknik untuk membangun interaksi dan kesadaran social anggota kelompok dalam membentuk sikap terhadap budaya yang dominan di kalangan mereka. Pendekatan ini difokuskan pada internalisasi nilai dan keyakinan masalah waktu, sikap terhadap perilaku yang berhubungan dengan jenis kelamin dan religi serta

ketertutupan. Ciri khas dari pendekatan ini adalah mengabaikan kajian teoretis seperti behavioral, humanistic, kognitif, psikoanalitik, eklektik.

2. Pendekatan teoretis

Corey (2005) mengemukakan tentang variasi kelompok yang meliputi ; task group, psyoeducational group, counseling group, psychotherapy group dan brief groups. Variasi kelompok digunakan berdasarkan orientasi tujuan pelaksanaan proses kelompok. Kajian secara mendalam dalam variasi kelompok belum ditemukan pada konsep kelompok yang diajukan oleh Corey. Berbeda dengan Postuma (1996) yang menyajikan pendekatan secara teoretis seperti client centered therapy, behavior therapy, psychoanalytic therapy dan rational emotif therapy, sebagai pendekatan yang dapat dipakai dalam perspektif kelompok.

Tabel 1. Comparitive Group Approaches

Approach	Leader Behavior	Therapeutic Focus	Leader-Member Relationship	Contents
Client Centered	Non directive, conveying warmth, empathy, acceptance, active listening, paraphrasing linking	Subjective experiences, some what intrapsychic	Warm, open, positive friendly, companionable	Anxieties, feelings, relationships, personal experiences
Behavioral	Reinforcing modeling, limit setting	Specific behavior	Contracting, businesslike, straightforward	Symtoms, anxieties, problems, overt behavior, rehearsal for new behavior
Psychoanalytic	Non directive, passive, interpreting, probing	Intrapsychic behavior	Vague, changeable, spontanues, health professional-client	Symptoms, live events, free association
Rational-Emotive	Active, directive, persuading, challenging	Irrational thoughts, values, beliefs	Tolerant, impersonal, teacher-learner	Cognitions, behaviors, attitudes, belief systems

Sumber : Adapted from J.L Shapiro. *Methods of Group Psychotherapy : A Tradition os Innovation*. Itasea F.E. Peacock, 1978 (Posthuma, 1996:128)

Terlepas dari ada tidaknya kajian teoretis dalam sebuah konsep kelompok, hal yang penting dilakukan adalah mengeksplorasi teori dan proses yang berkaitan dengan konseling kelompok. Yalom dalam Posthuma (1996) mendeskripsikan pendekatan socio-process yaitu ; menanamkan informasi, membangun harapan, universalitas, altruism, keluarga, mengembangkan teknik sosialisasi, perilaku imitasi, interpersonal, kohesivitas dan katarsis. Mendiskusikan tentang kelompok memang tidak akan lepas dari interaksi di dalam kelompok dan dinamika kelompok. Interaksi merupakan kondisi dinamis antar anggota kelompok yang berkembang karena adanya komunikasi diantara mereka. Komunikasi dapat membangun sebuah belief diantara anggota kelompok. Berdasarkan asumsi tersebut pengembangan prosedur kelompok lebih menekankan proses kelompok daripada pendekatan dan kajian secara teoretis.

3. Teknik dan keterampilan

Dalam proses kelompok, peran dan fungsi seorang pemimpin kelompok merupakan salah satu kunci keberhasilan. Pihak yang paling berkepentingan untuk menyiapkan diri agar proses kelompok berjalan efektif dan efisien adalah konselor, sehingga sikap dan keterampilan yang dimiliki harus sesuai dengan tuntutan anggota kelompok, Sebagai bahan kajian mengenai sikap dan teknik yang harus dikuasai oleh konselor adalah sebagai berikut ;

- a. Sikap seorang pimpinan kelompok; memiliki kepercayaan diri yang memadai, mempunyai tanggung jawab terhadap proses kelompok dan anggota kelompok secara professional, mampu melakukan attending dan mendengarkan anggota kelompok, bersikap obyektif, jujur, empatik, hangat dan care, menaruh rasa hormat kepada

anggota kelompok, bersikap fleksibel, kreatif dan spontan, memiliki antusiasme dan optimis, berselera humor, memiliki pola berpikir kritis dan mampu menginternalisasi keterampilan tersebut di dalam dirinya.

- b. Teknik yang harus dikuasai oleh pimpinan kelompok adalah restatement, kemampuan merefleksi, membuat kesimpulan mengklarifikasi, mendorong, mampu memberikan umpan balik, kemampuan konfrontasi, mampu menganalisis dan menginterpretasi, dan mampu membuat kesimpulan untuk kelompok. (Posthuma, 1996: 95-125).

Penguasaan teknik dan keterampilan konseling merupakan jaminan bahwa proses kelompok dapat berjalan lancar. Faktor pengetahuan dan keterampilan dengan didukung oleh integritas kepribadian seorang konselor akan mampu memberikan layanan bantuan kepada konseli.

D. Simpulan

Prosedur kelompok merupakan salah satu strategi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling. Tujuan dari proses kelompok adalah membantu mengembangkan kepribadian, mengembangkan kemampuan interaksi social dan mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi dengan melakukan sharing dengan orang lain. Tujuan akhir dari proses kelompok adalah adanya perubahan perilaku berdasarkan hasil interaksi dan diskusi dalam kelompok. Strategi kelompok berimplikasi pada pemenuhan kebutuhan social anggota kelompok untuk dapat eksis di masyarakat. Hal-hal penting yang merupakan pertimbangan utama dalam kelompok adalah ; pertama, memiliki perspektif multibudaya dan lintas budaya karena akan membantu memahami konseli dari latar belakang budaya. Kedua, penguasaan kompetensi konselor menjadi salah satu instrumen penting dalam proses konseling kelompok. Pada akhirnya, konseling kelompok merupakan salah satu pilihan strategis untuk membantu mengembangkan potensi dan kemampuan anggota kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, M.S. & Corey, G. (2006). *Groups Process and Practice*. (7th edition). Belmont. Thompson Brooks/Cole
- Ivey, AE., Ivey, MB., & Simek-Morgan, L. (1993). *Counseling and Psychotherapy A Multicultural Perspective*. Needham Heights. Allyn and Bacon.
- Muro & Kottman, (1995). *Guidance and Counseling int The Elementary and Middle School. A Practice Approach*. Dubuque. Wm. C. Brown Communications. Inc.
- Posthuma, B. W. (1996). *Small Group in Counseling and Therapy*. Allyn & Bacon. Needham Heghts. Massachusetts.
- R. Natawidjaja, (1987). *Pendekatan-pendekatan Dalam Penyuluhan Kelompok I*. Bandung. Diponegoro.
- Schmidt, J. J. (2003). *Counseling in Schools. Essential Services and Comprehensive Programs*. 4th edition. Boston. Allyn and Bacon.
- Torres, E. Rivera & Phan, Loan,. (2001). "Working With Latino Clients: A Group Approach". *Journal of Nebraska Counselor*. [Online]. Winter 2001. 13 halaman. Tersedia :<http://n-c-a.org/archive/journals/journal2001.pdf> [18 September 2005].