

BK KELOMPOK

Diana Septi Purnama

Email: dianaseptipurnama@uny.ac.id

TAHAP KELOMPOK LANJUTAN

Ketika kelompok sudah bisa melewati tahap awal, maka tidak mungkin lagi untuk memisahkan langkah dari perkembangan. Ketika suatu kelompok mencapai suatu derajat kestabilan, proses pembahasan yang panjang dimulai. Para anggota secara berangsur-angsur terlibat semakin dalam dan menemukan berbagai permasalahan mereka. Tidak ada batas dan kompleksitas dalam sesi-sesi kelompok.

Suatu jenis dalam kelompok konseling dibangun dari kepercayaan dari dua atau lebih anggota dimana mereka memperoleh kepuasan dari hubungan satu sama lain dibanding dari hubungannya dengan seluruh kelompok. Sosialisasi kelompok tambahan sering kali merupakan langkah pertama dari sub kelompok. Kesepakatan dari tiga atau empat anggota bisa dimulai lewat pembicaraan pertelepon, minum kopi atau makan malam, kunjungan ke rumah antara satu sama lain, atau bahkan terlibat dalam bisnis. Adakalanya dua anggota terlibat secara seksual.

A. Sub Kelompok

Sub kelompok dapat sangat mengganggu pada situasi kelompok konseling. Studi menunjukkan bahwa 35% anggota yang mengundurkan diri secara prematur adalah akibat timbulnya permasalahan sub kelompok.

1. Penyebab Sub Kelompok

Sub Kelompok disebabkan oleh kelompok dan individu. Sub Kelompok bisa merupakan penjelmaan suatu derajat permusuhan yang tidak terselesaikan; belum terpecahkan di dalam kelompok, terutama permusuhan terhadap pemimpin. Dalam riset klasik ada 3 gaya dalam kepemimpinan, R. White dan R. Lippit mencatat bahwa dalam suatu kelompok mungkin berkembang gangguan dari fraksi-fraksi kelompok, atau dari

kelompok luar, dan gaya bersifat membatasi dari pimpinan. Para anggota, tidak mampu untuk menyatakan kemarahan mereka secara langsung kepada pemimpin, penyaluran perasaan secara menyimpang dan mencari kambing hitam dari satu atau lebih anggota yang lain.

Konseli-konseli yang melanggar norma-norma kelompok akibat hubungan rahasia, lebih memilih kepuasan kebutuhan dibanding untuk mengejar alasan perubahan pribadi yang terjadi dalam konseling. Frustrasi kebutuhan terjadi sejak awal konseling sebagai contoh, konseli-konseli yang butuh keakraban, ketergantungan, penaklukan seksual, atau kekuasaan, mungkin merasa tidak mungkin memuaskan kebutuhannya dalam kelompok dan sering berusaha untuk memuaskannya di luar kelompok formal.

2. Pertimbangan Konseling

Tidak selamanya, sub kelompok, sosialisasi kelompok dengan atau tanpa tambahan, akan mengganggu. Jika sasaran dari sub kelompok itu adalah sama dengan sasaran dari kelompok asal, sub kelompok bisa saja pada akhirnya meningkatkan keterpaduan kelompok.

Dalam praktek, kelompok-kelompok yang mengadakan pertemuan setiap minggu, sering kali mendapatkan properti yang mengganggu dibanding menguntungkan sub kelompok.

Anggota kelompok konseling boleh melakukan hubungan seksual antara satu sama lain, namun tidak terlalu sering. Kelompok konseling bukanlah untuk melampiaskan hawa nafsu.

Konselor itu tidak bisa mencegah terjadinya hubungan seksual atau wujud lain manapun dari sub kelompok.

B. Konflik dalam Kelompok Konseling

Konflik tidak bisa dihilangkan dari kelompok manusia, apakah mereka kelompok kecil, kelompok makro, atau kelompok yang sangat besar. Jika konflik ditolak atau ditindas, tetap akan menjelma sendiri dengan cara yang bersifat menghancurkan. Meski asosiasi kita dengan konflik adalah kehancuran negatif, kepahitan hati, peperangan, kekerasan, kekejaman, namun ada juga asosiasi positifnya: konflik membawa drama, kegembiraan, perubahan, dan perkembangan dalam kehidupan manusia dan masyarakat.

Konseling kelompok bukanlah perkecualian. Konflik adalah tak bisa terelakkan selama perkembangan kelompok; ketidakhadirannya, sesungguhnya menandakan adanya pelemahan dari urutan yang perkembangan. Lebih jauh, konflik dapat dijinakkan; dikendalikan dalam layanan kelompok; anggota kelompok dapat melakukannya dengan berbagai cara, dengan syarat intensitasnya tidak melebihi toleransi mereka, dan dengan ketentuan bahwa norma-norma kelompok secara wajar telah mapan.

Ada banyak sumber konflik dalam konseling kelompok. Pertentangan yang didasarkan pada penghinaan timbal balik.

Pemindahan atau penyimpangan sering kali menghasilkan konflik dalam kelompok konseling. Mungkin reaksi terhadap yang lain bukan atas dasar kenyataan tapi hanya atas dasar perkiraan yang disimpangkan oleh hubungan-hubungan pribadi mereka yang lampau dan kebutuhan-kebutuhan serta ketakutannya atas hubungan antar pribadi yang aktif.

Persaingan bisa merupakan sumber lain dari konflik. Konseli-konseli bisa bersaing antara satu sama lain di dalam kelompok untuk mendapatkan perhatian paling besar konselor, atau untuk beberapa peran tertentu: paling kuat, terhormat, sensitif.

Adakalanya, pertentangan-pertentangan boleh juga berkembang atas dasar perbedaan dalam pandangan berdasarkan pada pengalaman hidup yang berbeda. Para anggota dari generasi-generasi yang berbeda bisa memperdebatkan narkoba, susila pekerjaan, kode seksual, atau kepercayaan religius.

Secara umum suatu konflik dapat mengganggu komunikasi antara dua pihak, dimana kedua pihak berhenti mendengarkan satu sama lain.

Keterpaduan adalah prasyarat utama untuk menyelesaikan konflik. Para anggota harus mengembangkan perasaan kepercayaan dan rasa hormat timbal balik dan harus menghargai kelompok sebagai satu alat penting bagi pemenuhan kebutuhan pertemuan pribadi mereka. Konseli harus memahami bahwa komunikasi harus dipelihara; dipertahankan jika kelompok ingin bertahan hidup; semua pihak harus berhadapan secara langsung antara satu sama lain. Lebih lanjut, setiap orang harus serius.

Seorang anggota yang menyadari bahwa yang lain menerima dan sedang berusaha untuk memahami dia baik pria maupun wanita, perlu menjaga teguh kepercayaan.

C. Membuka Diri

Membuka diri ditakuti namun sekaligus dihargai oleh peserta-peserta yang merupakan bagian integral di dalam semua konseling kelompok. Tanpa perkecualian, konselor kelompok percaya pentingnya konseli-konseli untuk mengungkapkan masalah pribadi di dalam kelompok, konseli individu jarang menceritakan tentang dirinya pada yang lain. Pengungkapan diri sendiri berdasarkan kejadian yang dialaminya dalam hidup, masalah khayalan atau mimpi, harapan-harapan atau cita-cita masa depan, dan perasaan terhadap individu yang lain.

1. Risiko

Setiap penyingkapan diri, melibatkan beberapa resiko pada pihak yang membuka diri. Risiko sebagian tergantung pada sifat alami apa yang disingkapkan. Jika menyingkapkan materi yang sangat pribadi, dan memiliki beban secara emosional, maka risikonya lebih besar.

2. Tahapan Keterbukaan

Dalam hubungan sosial konvensional, dimana satu peserta mempunyai kecenderungan untuk membuka diri, biasanya urutan yang terjadi bisa diprediksi. Keterbukaan mulai dengan ungkapan-ungkapan. Penerima yang memiliki hubungan cukup erat dengan yang membuka diri (bukan kenalan biasa yang bertemu pada perjamuan) mungkin akan merasa memiliki tanggung-jawab atau kewajiban tertentu terhadap yang membuka diri. Kemudian antara pihak yang membuka diri dan yang menerima akan terjalin hubungan yang lebih erat.

3. Fungsi Adaptif Keterbukaan

Membuka diri merupakan prasyarat untuk pembentukan hubungan antar pribadi yang memiliki arti dalam kelompok. Ketika proses pengungkapan berlangsung dalam kelompok, seluruh anggota berangsur-angsur mulai meningkatkan keterlibatannya, tanggung jawab, dan kewajiban antara satu sama lain. Jika waktunya tepat, besar kemungkinan pengungkapan materi rahasia akan lebih melegakan dibanding pengungkapan materi yang selama ini membebani seseorang dan dipahami serta diterima penuh oleh anggota lainnya. S.Bloch menyatakan; membuka diri sangat berperan dalam proses konseling.

4. Maladaptive Membuka Diri

Terlalu terbuka atau kurang terbuka menandakan perilaku maladaptive hubungan antar pribadi.

Kurang terbuka biasanya mengakibatkan peluang yang sangat terbatas bagi testing kenyataan. Mereka yang tidak terbuka dalam hubungan, secara umum akan kehilangan peluang untuk memperoleh umpan balik yang memadai. Lebih lanjut, mereka terhambat dalam perkembangan hubungan lebih lanjut.

Beberapa individu takut berterus terang terutama bukan karena perasaan malu atau takut tidak diterima tetapi karena mereka memiliki konflik yang berat

Kemandegan dalam membuka diri akan menghalangi anggota baik secara individu maupun kelompok secara keseluruhan.

Dalam beberapa kelompok, pengungkapan diri ditakuti oleh nuansa penghakiman. Anggota segan untuk menyingkapkan aspek "memalukan" dirinya, takut kehilangan rasa hormat dari anggota lain.

Terlalu terbuka bisa menjadi maladaptive. Pengungkapan yang sembarangan bukan tujuan bagi kesehatan jiwa.

Dalam konseling kelompok, anggota yang sejak awal mengungkapkan diri secara sembarangan, sering kali gugur pada periode awal konseling.

D. Penghentian Konseli

Konseling kelompok adalah suatu proses yang sangat individu. Masing-masing konseli akan mengambil bagian di dalam proses dan merasakan keunikan pribadinya dalam kelompok. Penghentian perawatan secara profesional tidak lain dari suatu tahap karier dari setiap pertumbuhan.

Beberapa konselor mengatakan bahwa penghentian dalam konseling kelompok tidak sekompleks dibanding penghentian konseling individu jangka panjang, dimana konseli sering kali sangat tergantung pada konselor. Konseli konseling kelompok biasanya lebih menyadari bahwa konseling bukan suatu jalan hidup tetapi suatu proses permulaan, pertengahan, dan akhir.

E. Penghentian Kelompok

Kelompok diakhiri karena berbagai pertimbangan. Beberapa konselor menetapkan batas waktu sejak awal suatu kelompok dibentuk. Keadaan eksternal sering kali berpengaruh pada berakhirnya suatu kelompok.