

Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNY

MODUL KONSELING INDIVIDUAL

BUDI ASTUTI



**Fakultas Ilmu Pendidikan
2012**

BAB I

KONSEP DASAR KONSELING KELOMPOK

Kompetensi dasar

1. Memahami konsep dasar konseling kelompok sebagai sebuah layanan yang khas dalam komponen layanan bimbingan dan konseling di sekolah.
2. Membandingkan konseling individual dan konseling kelompok.
3. Menerapkan konsep-konsep konseling kelompok dengan memperhatikan beberapa pertimbangan-pertimbangan yang terdapat dalam konseling kelompok.

Indikator yang diharapkan bermakna dalam kehidupannya

1. Mampu menjelaskan pengertian konseling kelompok
2. Mampu membedakan konseling kelompok dan konseling individual
3. Mampu menguraikan tujuan konseling kelompok
4. Mampu menjelaskan pentingnya konseling kelompok
5. Mampu mencermati pertimbangan-pertimbangan dalam konseling kelompok

A. Pengantar

Konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu proses konseling antara konselor profesional dengan beberapa konseli sekaligus yang tergabung dalam sebuah kelompok kecil pada waktu yang sama. Konseling kelompok sebenarnya tidak terbatas pada lingkungan pendidikan saja, tetapi di Indonesia untuk sementara waktu masih terikat pada layanan bimbingan dan konseling di institusi pendidikan. Dibandingkan dengan konseling individual di institusi pendidikan, konseling kelompok masih belum sebegitu populer. Untuk itu, bentuk layanan bimbingan dan konseling ini perlu kiranya diperkenalkan secara luas, sehingga semua calon konselor dan para konselor sekolah di lapangan melihat kegunaannya, mendapatkan kemanfaatan, dan berusaha untuk mengimplementasikan secara intensif dalam perencanaan program bimbingan dan konseling di sekolah.

Konseling kelompok menunjukkan persamaan dan perbedaannya dengan konseling individual. Persamaan antara konseling kelompok dengan konseling individual, antara lain: (a) sasarannya sama yaitu membantu konseli memecahkan masalah, (b) bantuan didasarkan pada kurangnya pengalaman konseli, (c) penguasaan teknik sama pentingnya dalam membantu konseli, (d) konseli sama-sama sedang menghadapi permasalahan, dan (e) keduanya memerlukan kerahasiaan serta tempat tersendiri. Sementara itu, perbedaan antara konseling kelompok dengan konseling individual, diantaranya: (a) dalam situasi konseling kelompok, melatih kebiasaan berkomunikasi antar individu dan kehadiran secara fisik dapat memberikan kepuasan emosional, (b) dalam konseling kelompok, konseli tidak hanya menerima bantuan, tetapi juga memberikan bantuan kepada konseli yang lain, dan (c) dalam konseling kelompok, kedudukan konselor semakin sulit, karena harus memberikan perhatian kepada semua anggota kelompok atau konseli. Kenyataan ini menuntut persiapan dan kemampuan khusus dari pihak konselor, seperti pembentukan kelompok dan pendampingan proses konseling yang mengandung interaksi antara konselor dengan para konseli serta antara konseli yang satu dengan konseli yang lain. Semua ini menuntut pembahasan tersendiri, sehingga corak khusus dari konseling kelompok tampak jelas.

B. Pengertian Konseling Kelompok

Corey & Corey (2006) menjelaskan bahwa seorang ahli dalam konseling kelompok mencoba membantu peserta untuk menyelesaikan kembali permasalahan hidup yang umum dan sulit seperti: permasalahan pribadi, sosial, belajar/akademik, dan karir. Konseling kelompok lebih memberikan perhatian secara umum pada permasalahan-permasalahan jangka pendek dan tidak terlalu memberikan perhatian pada treatment gangguan perilaku dan psikologis. Konseling kelompok memfokuskan diri pada proses interpersonal dan strategi penyelesaian masalah yang berkaitan dengan pemikiran, perasaan, dan perilaku yang disadari. Metode yang digunakan adalah dukungan dan umpan balik interaktif dalam sebuah kerangka berpikir *here and now* (di sini dan saat ini).

Dilengkapi oleh pendapat Gazda (1978) bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti

pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, keterbukaan diri mengenai seluruh perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Semua ciri terapeutik tersebut diciptakan dan dibina dalam sebuah kelompok kecil dengan cara mengemukakan kesulitan dan empati pribadi kepada sesama anggota kelompok dan kepada konselor. Para konseli adalah orang-orang yang pada dasarnya tergolong orang normal, yang menghadapi berbagai masalah yang tidak memerlukan perubahan secara klinis dalam struktur kepribadian untuk mengatasinya. Para konseli dapat memanfaatkan suasana komunikasi antarpribadi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup, serta untuk belajar dan/atau menghilangkan suatu sikap dan perilaku tertentu.

Karakteristik terapeutik adalah hal-hal yang melekat pada interaksi antarpribadi dalam kelompok dan membantu untuk memahami diri dengan lebih baik dan menemukan penyelesaian atas berbagai kesulitan yang dihadapi. Ohlsen (1977) menyatakan bahwa interaksi dalam konseling kelompok mengandung banyak unsur terapeutik yang paling efektif apabila seluruh anggota kelompok memenuhi kriteria berikut ini.

1. Memandang kelompoknya sebagai kelompok yang menarik.
2. Merasa diterima oleh kelompoknya.
3. Menyadari apa yang diharapkan dari para anggota kelompok dan apa yang dapat diharapkannya dari orang lain.
4. Merasa sungguh-sungguh terlibat.
5. Merasa aman sehingga mudah membuka diri.
6. Menerima tanggung jawab.
7. Bersedia membuka diri dan mengubah diri serta membantu konseli lain untuk berbuat sikap yang sama.
8. Menghayati partisipasinya sebagai anggota kelompok sehingga memiliki makna dalam dirinya.
9. Berkomunikasi sesuai dengan isi hatinya dan berusaha menghayati isi hati orang lain.
10. Bersedia menerima umpan balik dari orang lain, sehingga lebih memahami akan kekuatan dan kelemahannya.

11. Mengalami rasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, sehingga mau berubah dan menghadapi ketegangan batin yang menyertai suatu proses perubahan diri.
12. Bersedia mentaati norma praktis tertentu yang mengatur interaksi dalam kelompok.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dijelaskan definisi konseling kelompok sebagai suatu upaya bantuan dari konselor kepada sejumlah konseli dalam suasana kelompok yang bersifat penyembuhan, pencegahan, dan pengembangan, dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam mencapai perkembangan yang optimal.

C. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan umum dari layanan konseling kelompok dapat ditemukan dalam sejumlah literatur profesional yang mengupas tentang tujuan konseling kelompok, sebagaimana ditulis oleh Ohlsen, Dinkmeyer, Muro, serta Corey (dalam Winkel, 1997) sebagai berikut.

1. Masing-masing konseli mampu menemukan dirinya dan memahami dirinya sendiri dengan lebih baik. Berdasarkan pemahaman diri tersebut, konseli rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif kepribadiannya.
2. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi antara satu individu dengan individu yang lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada setiap fase-fase perkembangannya.
3. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, dimulai dari hubungan antarpribadi di dalam kelompok dan dilanjutkan kemudian dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya.
4. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati/ memahami perasaan orang lain. Kepekaan dan pemahaman ini akan membuat para konseli lebih sensitif terhadap kebutuhan psikologis diri sendiri dan orang lain.
5. Masing-masing konseli menetapkan suatu sasaran/target yang ingin dicapai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.

6. Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain.
7. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian, konseli tidak akan merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dirinyalah yang mengalami masalah tersebut.
8. Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian. Pengalaman berkomunikasi tersebut akan membawa dampak positif dalam kehidupannya dengan orang lain di sekitarnya.

Sementara itu, Shertzer & Stone melengkapi tujuan konseling kelompok melalui pernyataannya berikut ini: "tujuan yang paling fundamental dari pengalaman diadakannya konseling kelompok adalah untuk mengembangkan pemahaman dan perasaan-perasaan anggota kelompok terhadap permasalahan para anggota kelompok dan membantunya menuju pada pemahaman terhadap penyebab permasalahannya".

Beberapa tujuan khusus dari layanan konseling kelompok ialah membantu konseli agar: menjadi lebih terbuka dan jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belajar mempercayai diri sendiri dan orang lain, berkembang untuk lebih menerima diri sendiri, belajar berkomunikasi dengan orang lain, belajar untuk lebih akrab dengan orang lain, belajar untuk bergaul dengan sesama atau lawan jenis, belajar untuk memberi dan menerima, menjadi peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, dan meningkatkan kesadaran diri sehingga akan merasa lebih bebas dan tegas dalam memilih.

D. Pentingnya Konseling Kelompok

Ohlsen, Horne, and Lawe (1988) mendeskripsikan pentingnya konseling kelompok dalam sejumlah kekuatan yang disajikan dalam banyak situasi konseling kelompok. Setiap konseli memiliki perasaan ingin diterima dalam kelompok, mengetahui apa yang diharapkan, merasa memiliki, dan perasaan aman. Saat kekuatan ini tidak ada, konseli cenderung melakukan tindakan buruk seperti permusuhan, mundur, atau bersikap apatis.

Lebih lanjut Yalom (1985) mendiskusikan keberhasilan sebuah proses konseling kelompok diketahui dengan adanya dinamika kelompok yang kondusif. Faktor-faktor yang perlu diperhatikan dalam konseling kelompok antara lain.

1. *Altruisme* (mementingkan kepentingan orang lain). Konseling kelompok melatih anggota untuk saling memberi dan menerima. Kemungkinan selama ini konseli menganggap dirinya sebagai beban keluarga, namun dalam konseling kelompok, konseli dapat berperan penting bagi orang lain. Konseli dapat menolong, memberikan dukungan, keyakinan, saran-saran pada konseli lain, sehingga dapat meningkatkan harga dirinya dan merasa berharga di mata orang lain.
2. Kohesivitas kelompok (merasakan koneksi atau hubungan dengan orang lain). Rasa kebersamaan dan ketertarikan anggota pada kelompok dapat membuat rasa bersatu, satu anggota dengan anggota yang lain dapat saling menerima, sehingga dapat membentuk hubungan yang berarti dalam kelompok.
3. Belajar interpersonal (belajar dari anggota lain). Kelompok merupakan mikrokosmik sosial. Jika konseli dapat berhasil berinteraksi dengan baik dalam kelompok, maka pengalaman ini diharapkan dapat dilakukan di luar kelompok.
4. Bimbingan (memberikan bantuan dan membimbing). Bimbingan bersifat didaktis yang dapat dilakukan oleh konselor. Misalnya, cara belajar yang baik, cara menumbuhkan kepercayaan diri, topik kesehatan mental, dan lain-lain.
5. Katarsis (melepaskan perasaan-perasaan dan emosi-emosi). Katarsis merupakan faktor penyembuh dalam konseling kelompok. Dalam proses konseling kelompok, konseli datang dengan penuh gejolak emosi, selanjutnya konseli dapat mengekspresikannya dengan bantuan konselor maupun anggota lainnya.
6. Identifikasi (pemberian *modeling* bagi anggota atau pemimpin kelompok). Seringkali konseli memperoleh manfaat dari pengamatannya dalam proses konseling kelompok. Konseli dapat mengamati dan meniru cara konselor maupun anggota lain dalam bersikap dan memecahkan masalah.
7. *Family reenactment* (merasakan sebagai satu keluarga dan belajar dari pengalaman). Konselor, asisten konselor, dan anggota kelompok dapat dipandang sebagai representasi dari keluarga asal konseli. Konseli seperti

- mengulang pengalaman masa kecilnya dalam keluarga asal. Dari sini konseli akan belajar perilaku baru dalam berhubungan dengan orang lain.
8. Pemahaman diri atau *self understanding* (memperoleh pemahaman pribadi). Umpan balik dari anggota akan menolong konseli untuk mengubah sikapnya dalam berhubungan dengan orang lain.
 9. Dorongan pengharapan (merasa penuh harapan tentang satu kehidupan). Harapan konseli untuk berubah akan membuatnya bertahan dalam konseling. Apalagi bila terdapat teman yang berhasil dalam konseling.
 10. Universalitas (tidak merasa kesepian). Konseli sering beranggapan bahwa hanya dirinya sendiri yang memiliki masalah dan masalah tersebut unik sehingga orang lain tidak akan pernah memiliki masalah tersebut. Namun ketika konseli mengetahui berbagai masalah yang juga unik yang dihadapi oleh anggota kelompok, maka konseli akan merasakan dirinya tidak sendiri dan tidak terisolasi.
 11. Faktor eksistensial (mendatangkan pemahaman akan pasang surutnya kehidupan). Kadang-kadang ada konseli yang menganggap bahwa hidup ini tidak adil dan tidak seimbang. Kemudian konseli mempertanyakan tentang hidup dan mati. Di dalam konseling kelompok topik seperti ini dapat muncul dan didiskusikan. Tanggapan dan dukungan dari anggota lain akan sangat banyak menolong.

Kemampuan memberikan layanan konseling kelompok sangat penting bagi konselor, karena seorang konseli terkadang membutuhkan suasana kelompok untuk memecahkan kesulitannya dan permasalahan konseli kemungkinan tidak dapat terselesaikan melalui konseling individual. Oleh karena itu, pengembangan pengetahuan dan penguasaan pendekatan-pendekatan dalam layanan konseling kelompok perlu ditingkatkan.

E. Pertimbangan-pertimbangan dalam Konseling Kelompok

1. Kelebihan dan Kelemahan Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki kelebihan-kelebihan dalam pelaksanaannya, yaitu: (a) bersifat praktis, (b) anggota belajar berlatih perilakunya yang baru, (c) kelompok dapat digunakan untuk belajar mengekspresikan perasaan, perhatian dan pengalaman (d) anggota belajar ketrampilan sosial dan belajar berhubungan antarpribadi secara lebih mendalam,

dan (e) mendapat kesempatan diterima dan menerima di dalam kelompok. Disamping kelebihan-kelebihan yang diperoleh dalam konseling kelompok, terdapat kelemahan-kelemahan konseling kelompok yang perlu diperhatikan, antara lain: (a) tidak semua orang cocok dalam kelompok, (b) perhatian konselor lebih menyebar atau meluas, (c) mengalami kesulitan dalam membina kepercayaan, (d) konseli mengharapkan terlalu banyak tuntutan dari kelompok, dan (e) kelompok bukan dijadikan sebagai sarana berlatih untuk melakukan perubahan namun sebagai tujuan.

2. Konseli yang Tidak Direkomendasikan

Pertimbangan-pertimbangan yang berhubungan dengan kondisi-kondisi konseli yang tidak direkomendasikan untuk terlibat di dalam pelaksanaan konseling kelompok, ialah: (1) konseli dalam keadaan kritis, (2) konseli sangat takut berbicara dalam kelompok, (3) konseli menunjukkan perilaku yang menyimpang, (4) konseli dalam keadaan psikotik akut, (5) konseli sangat agresif, dan (6) konseli sangat tidak menyadari akan perasaannya, motivasinya, dan perilakunya.

3. Hak dan Kewajiban Konseli

Natawidjaja (1987) memaparkan bahwa apabila konselor menjelaskan hak dan kewajiban konseli sebelum konseling kelompok dimulai, maka konselor akan dipandang sebagai pemimpin yang jujur dan terbuka. Hal tersebut akan merupakan kredit yang besar untuk keberhasilan konseling kelompok itu. Lebih dari itu, adalah hak dasar setiap konseli untuk memahami apa yang akan dilakukannya dalam kelompok sebelum konseli membuat komitmen untuk menjadi bagian dari anggota konseling kelompok.

4. Masalah Kerahasiaan

Kerahasiaan merupakan pokok yang paling penting dalam konseling kelompok. Ini bukan hanya berarti bahwa konselor harus memelihara kerahasiaan tentang apa yang terjadi dalam konseling kelompok itu, melainkan juga konselor sebagai pemimpin kelompok harus menekankan kepada semua konseli akan pentingnya pemeliharaan kerahasiaan itu. Para konseli harus diingatkan bahwa segala sesuatu yang terjadi selama konseling kelompok berlangsung itu merupakan rahasia bersama sebagai kelompok.

5. Konseling Kelompok di Sekolah Menengah

Konseling kelompok di sekolah menengah adalah suatu layanan yang diberikan kepada para siswa sebagai bagian dari suatu program layanan bimbingan dan konseling di sekolah menengah lanjutan yang komprehensif (Campbell & Dahir, 1997; Gysbers & Henderson, 2000). Implementasi layanan konseling kelompok dijelaskan sebagai satu intervensi yang efektif (Gladding, 1999), dan terdapat temuan bahwa banyak konselor sekolah menengah yang secara efektif merencanakan dan menerapkan layanan konseling kelompok secara berkelanjutan.

Perencanaan dan penerapan layanan konseling kelompok difokuskan pada kebutuhan-kebutuhan para siswa pada saat ini dalam parameter sekolah. Fokus layanan bagi siswa digolongkan pada pencegahan, pengembangan, dan beorientasi krisis (Myrick, 1993). Contoh konseling kelompok di sekolah menengah mencakup permasalahan-permasalahan kesadaran tentang obat-obatan terlarang (narkoba), hubungan-hubungan efektif dalam hubungan sosial, keterampilan-keterampilan belajar, perencanaan karir, perubahan masa-masa transisi, masalah *broken home*, kesedihan akibat perceraian orang tua, dan sebagainya. Tema-tema tersebut disesuaikan dengan tingkat kedewasaan siswa atau tahapan dan tugas-tugas perkembangan remaja serta disesuaikan dengan jadwal dan kurikulum sekolah.

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok di sekolah menengah, jumlah konseli yang terlibat antara 4-10 orang. Durasi waktu yang diperlukan selama konseling kelompok berlangsung berkisar antara 60-90 menit dalam satu pertemuan.

F. Latihan

1. Berdasarkan pengalaman Saudara di lapangan, perlukah layanan konseling kelompok dilaksanakan di sekolah sebagai upaya untuk memecahkan masalah siswa ? Bagaimana urgensinya ?
2. Jelaskan pendapat Saudara mengenai pertimbangan-pertimbangan apa saja yang menjadi fokus dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok !

BAB II

PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK

Kompetensi dasar

1. Merancang kegiatan konseling kelompok berdasarkan need assesment
2. Melaksanakan konseling kelompok untuk membantu konseli mencapai perubahan perilaku bermakna dalam kehidupannya
3. Melaporkan kegiatan konseling kelompok

Indikator yang diharapkan bermakna dalam kehidupannya

1. Mampu mengidentifikasi isu-isu yang akan dibahas dalam konseling kelompok
2. Mampu membuat rancangan pembentukan konseling kelompok
3. Mampu menerapkan tahap-tahap konseling kelompok
4. Mampu menerapkan teknik-teknik konseling kelompok
5. Mampu mengelola konseling kelompok
6. Mampu membuat rencana konseling kelompok selanjutnya
7. Mampu membuat laporan konseling kelompok

A. Pembentukan dan Pengorganisasian Kelompok

Pembentukan kelompok merupakan hal yang perlu diperhatikan dengan hati-hati. Seorang konselor perlu memikirkan jenis kelompok yang diinginkan dan siap untuk menjadi pemimpin kelompok. Semakin jelas harapan, konselor akan dapat merencanakan dan menjadi pengalaman yang lebih bermakna bagi partisipan. Kurangnya perencanaan menyebabkan berbagai problem yang muncul nantinya. Tahap pertama dalam perencanaan kelompok adalah menjelaskan alasan pembentukan kelompok tersebut secara detail.

Banyak ide-ide yang bagus tidak dapat berjalan dengan baik karena tidak dikembangkan menjadi perencanaan yang jelas. Apabila akan menciptakan sebuah kelompok diperlukan kejelasan dalam tujuan dan metode. Ada beberapa pertanyaan yang perlu dipersiapkan, seperti misalnya.

1. Kelompok yang akan dibentuk seperti apa? Akan memakan waktu yang lama atau tidak ?
2. Untuk siapa kelompok dibentuk ?
3. Apakah kelompok terdiri dari anggota sukarela atau tidak ?

4. Apakah tujuan dari kelompok ini ?
5. Mengapa ada kebutuhan untuk kelompok ?
6. Apa kualifikasi untuk memimpin kelompok ini ?
7. Berapa jumlah anggota kelompok ?
8. Bagaimana anggota kelompok mempersiapkan diri untuk mendapatkan pengalaman kelompok ?
9. Apa struktur yang akan dimiliki kelompok ? Apa teknik yang akan digunakan ?
10. Apa topik yang akan dieksplorasi kelompok ini ?

Dalam pengajuan pembentukan kelompok, ada lima hal penting yaitu.

1. Alasan pembentukan kelompok
Alasan pembentukan kelompok harus jelas sehingga akan meyakinkan semua anggota kelompok
2. Tujuan
Tujuan pembentukan kelompok hendaknya spesifik, terukur, dan dapat dicapai dalam waktu tertentu. Cara mencapai tujuan tersebut tersebut juga perlu dipikirkan
3. Pertimbangan-pertimbangan praktis
Pertimbangan-pertimbangan praktis ini meliputi : apakah ada batasan-batasan tertentu untuk menjadi anggota kelompok (jumlah, usia, masalah dan sebagainya), waktu pertemuan, frekuensi pertemuan an durasi pertemuan.
4. Prosedur
Dalam menggunakan prosedur pelaksanaan konseling kelompok, perlu ditetapkan apakah akan menggunakan prosedur khusus atau prosedur yang sesuai dengan kondisi kelompok
5. Evaluasi
Dalam melakukan evaluasi, diarahkan pada penilaian mengenai strategi yang telah digunakan. Dan hendaknya evaluasi ini diupayakan supaya objektif, praktis dan relevan.

Menarik dan Memilih Anggota

Dalam membentuk kelompok konseling, beberapa pertimbangan terkait dengan keanggotaan kelompok menjadi hal yang penting. Apabila dalam sebuah populasi atau kelas, perlu ada kejelasan apakah anggota kelompok konseling berisi seluruh kelas atau perlu ada pemilihan. Menarik dan memilih anggota

kelompok juga bukan merupakan hal yang mudah. Ada beberapa cara untuk dapat melakukan pemilihan anggota, yaitu :

1. Presentasi kelas
2. Poster
3. Pengumuman
4. Iklan atau artikel di koran
5. Menghubungi guru
6. Mengirimkan surat kepada orang tua
7. Program pendampingan mahasiswa
8. Tim penelitian

Dalam menarik dan memilih anggota kelompok lebih baik kalau bisa menemukan orang yang mempunyai kontak dengan seseorang yang potensial menjadi calon anggota kelompok. Hal ini selain memudahkan juga data-data calon anggota kelompok lebih akurat.

B. Langkah-Langkah Konseling Kelompok

Konseling kelompok dilaksanakan dengan mengikuti langkah-langkah :

1. Tahap awal kelompok

Proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awalnya tahap ini akan diwarnai keraguan dan kekhawatiran, namun juga harapan dari peserta. Namun apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok.

Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah :

- a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
- b. Berdoa
- c. Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- d. Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- e. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok
- f. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok
- g. Melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama

2. Tahap Peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi.

Langkah-langkah pada tahap peralihan

- a. Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok
- b. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut
- c. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut
- d. Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok

3. Tahap kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok.

Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah :

- a. Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
- b. Memilih /menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
- c. Membahas masalah terpilih secara tuntas
- d. S e l i n g a n
- e. Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingka laku di dalam kelompok.

Langkah-langkah pada tahap pengakhiran adalah :

- a. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri
- b. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing
- c. Membahas kegiatan lanjutan
- d. Pesan serta tanggapan anggota kelompok
- e. Ucapan terima kasih
- f. Berdoa
- g. Perpisahan

C. Latihan

1. Berdasarkan pengalaman Saudara di lapangan, faktor-faktor apa aja yang mempengaruhi efektivitas masing-masing tahapan pelaksanaan konseling kelompok !
2. Buatlah langkah-langkah yang akan Saudara lakukan dalam konseling kelompok terkait dengan masalah siswa-siswa yang pernah Saudara alami di sekolah!

BAB III

KETERAMPILAN DAN TEKNIK KONSELING KELOMPOK

Kompetensi dasar

1. Merancang penggunaan teknik konseling kelompok berdasarkan permasalahan
2. Menggunakan teknik dan keterampilan konseling kelompok untuk membantu anggota kelompok mencapai perubahan perilaku bermakna dalam kehidupannya
3. Mengevaluasi penggunaan teknik dan keterampilan dalam kegiatan konseling kelompok

Indikator yang diharapkan bermakna dalam kehidupannya

1. Mampu mengenal karakteristik kelompok
2. Mampu menerapkan keterampilan konseling kelompok
3. Mampu menerapkan teknik-teknik konseling kelompok
4. Mampu mengelola konseling kelompok terkait dengan penggunaan teknik dan keterampilan konseling
5. Mampu mengevaluasi penggunaan keterampilan dan teknik konseling kelompok

A. Keterampilan-keterampilan Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok melibatkan banyak orang sebagai anggota kelompok. Anggota kelompok akan mendapatkan layanan sekaligus dalam satu waktu. Layanan ini juga sesuai dengan teori belajar karena mengandung aspek sosial yaitu belajar bersama. Peserta layanan akan berbagi ide dan saling mempengaruhi untuk berkembang menjadi manusia seutuhnya. Hal ini tentu saja juga memberikan konsekuensi pada bagaimana memberikan perlakuan terhadap kelompok.

Beberapa hal yang menentukan keefektifan layanan kelompok adalah suasana kelompok yang terjadi :

1. Interaksi yang dinamis antar anggota kelompok
2. Keterikatan emosional

3. Penerimaan diri dan orang lain
4. Keinginan untuk membantu orang lain dan mengutamakan kepedulian terhadap orang lain
5. Intelektual (rasional, cerdas dan kreatif). Menambah ilmu dan wawasan individu serta dapat menumbuhkan ide-ide cemerlang.
6. Katarsis (mengemukakan uneg-unegnya, idenya dan gagasannya). Menyatakan emosinya yang lebih mengarah pada pengungkapan permasalahan yang dipendam.
7. Empati (suasana yang saling memahami tentang apa yang dipikirkan dan dirasakan sehingga dapat menyesuaikan sikapnya dengan tepat). Hal ini diciptakan melalui pentahapan dan kemampuan pemimpin kelompok.

Keterampilan konseling yang digunakan dalam konseling kelompok pada dasarnya tidak meninggalkan konsep keterampilan konseling pada konseling individual. Keterampilan yang digunakan antara lain : mendengarkan aktif, klarifikasi, merangkum, bertanya, menginterpretasi, mengkonfrontasi, merefleksi perasaan, mendukung, empati, memfasilitasi, memulai percakapan, mengevaluasi, memberikan feed back, mensugesti, menutup dan sebagainya. Namun demikian, keterampilan-keterampilan yang difokuskan digunakan dalam konseling kelompok adalah sebagai berikut :

1. Keterampilan pada pemecahan masalah (*problem solving*)

Fokus pada interaksi ini adalah pada masalah yang dihadapi konseli (anggota). Peserta diminta menyampaikan permasalahannya untuk memperoleh beberapa pandangan, pemikiran dan alternatif yang dapat membantu menyelesaikan masalahnya.

Cara :

a. Cara langsung

Memanggil 2 atau 3 orang anggota untuk mengajak bicara dan memperhatikan pada satu anggota. Terkadang jika hanya berfokus pada satu orang akan membuat orang tersebut cemas atau takut.

Contoh : “ Tina, mery, bagaimana pendapat kalian tentang persoalan ini?”.

b. Cara tak langsung,

Membuat anggota saling berpasangan (dua orang) untuk berdiskusi tentang apa yang akan dibahas. Setelah masing –masing pasangan (dua

orang) saling bercerita, kembali lagi membentuk kelompok. Konselor membahas dengan memberikan pertanyaan:

- 1) Siapa yang ingin berkomunikasi tentang apa yang telah didiskusikan dengan teman?
- 2) Apa yang kamu ceritakan berkaitan dengan.....? (sesuai topik)
- 3) Apa yang kamu dapatkan dari diskusi tentang.....(sesuai topik) bersama teman tadi?

c. Latihan tertulis

Beri latihan tertulis, misalnya :

- 1) Tuliskan 3 pertanyaan yang kamu miliki tentang.....
- 2) Apa yang kamu percayai tentang....
- 3) Setelah itu minta anggota kelompok yang paling pendiam untuk membacakan hasil latihan tersebut.

Adapun unsur-unsur keterampilan problem solving yang bisa dilakukan seorang konselor adalah sebagai berikut:

- a. Melatih anggota kelompok untuk mendesain suatu penemuan.
- b. Berpikir dan bertindak kreatif.
- c. Memecahkan masalah yang dihadapi secara realistis
- d. Mengidentifikasi dan melakukan penyelidikan.
- e. Menafsirkan dan mengevaluasi hasil pengamatan.
- f. Merangsang perkembangan kemajuan berfikir konseli untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan tepat

2. Keterampilan interaksi sosial

Selain memecahkan masalah-masalah yang dihadapi, tujuan konseling kelompok adalah melatih pengembangan komunikasi dan interaksi sosial, dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi dalam dinamika interaksi sosial, menyumbang pengetahuan masalah dan meyerap bahan untuk pemecahan masalah. Suasana interaksi pun harus diperhatikan oleh konselor, bagaimana menciptakan interaksi sosial yang efektif dan terkendali. Dalam keadaan tertentu, seorang konselor bisa menghadirkan seseorang atau lebih konseli tertentu dalam konseling kelompok. Konseli khusus ini dihadirkan dengan tujuan untuk melibatkannya dalam interaksi sosial yang terjadi dalam kelompok, dan dengan keterlibatan yang intensif itu ia atau mereka dapat

memetik berbagai hal yang berkenaan dengan masalah-masalah yang ia atau mereka alami.

Tujuan khusus untuk konseli khusus ini tidak perlu diungkapkan dalam komunitas kelompok. Hal ini dimaksudkan agar dalam dinamika interaksi sosial konseli khusus tersebut tidak diperlakukan secara khusus. Mereka justru diberi kesempatan untuk menjalani keterlibatan sosial dalam kenyataan yang sebenarnya, tidak berpura-pura dan tidak diatur secara tersendiri.

3. Keterampilan komunikasi, *information giving*

Dalam konseling, 90% komunikasi dilakukan oleh konselor dan konseli. Komunikasi interpersonal dalam kelompok dalam komunikasi antar orang-orang secara tatap muka yang memungkinkan setiap peserta menangkap reaksi lain secara langsung, baik secara verbal maupun non verbal. Dalam hal ini seorang konselor dituntut untuk memiliki keterampilan dalam merangsang terjadinya komunikasi interpersonal dengan konseli di kelompoknya sehingga terjadi proses konseling yang hidup, hangat, terarah, dinamis dan menyeluruh pada semua anggota kelompok (komunikasi multiarah) sehingga kelompok menjadi efektif dan terkendali dan komunikasi verbal mengemukakan pengalaman-pengalaman, peristiwa-peristiwa yang terjadi, alternative yang dapat diambil atau juga mengenai orang-orang yang di jumpai.

Melalui komunikasi interpersonal, seorang konselor bisa mempengaruhi kliennya, jika hasil yang diharapkan menyangkut persetujuan dan kerjasama oranglain, maka komunikasi interpersonal berfungsi untuk mempengaruhi gagasan dan perilaku

B. Teknik-teknik Konseling Kelompok

Di dalam konseling mengandung suatu proses komunikasi antar pribadi yang berlangsung melalui saluran komunikasi verbal dan non-verbal. Dengan menciptakan kondisi-kondisi seperti empati (dapat merasakan perasaan konseli), penerimaan serta penghargaan, keikhlasan serta kejujuran dan perhatian tulus konselor, yang memungkinkan konseli untuk merefleksikan dirinya melalui tanggapan – tanggapan verbal dan reaksi-reaksi non-verbal.

Konselor mengkomunikasikan kondisi-kondisi ini kepada konseli sehingga konseli menyadari dan bersedia pula untuk berkomunikasi dengan konselor. Kondisi-kondisi tersebut dapat dikomunikasikan melalui teknik-teknik ungkapan

verbal tertentu seperti klarifikasi, refleksi perasaan, meringkas dan menggunakan pertanyaan (probe) (*ability potential konfrontasi, interpersi self disclosure & immediacy, instruction verbal setting & information giving*).

Teknik dalam menstimulasi konseling kelompok dapat dipilih tergantung perkembangan yang terjadi dalam kelompok. Bertujuan menstimulasi interaksi dalam kelompok agar semua anggota mendapat kesempatan mengungkapkan dirinya, mendorong anggota agar berani atau lebih spontan menyatakan pendapatnya. Kelompok seperti juga individu memiliki kebutuhan yang berbeda. Jadi penting bagi konselor untuk mengenal karakter anggota kelompok.

Konseling kelompok menggunakan teknik-teknik yang khas dalam memfasilitasi kelompok. Teknik yang digunakan dalam konseling kelompok memfokuskan pada :

1. Aktivitas untuk menciptakan dinamika kelompok melalui komunikasi yang terarah, dinamis dan menyeluruh pada semua anggota kelompok (komunikasi multiarah) yang efektif, terkendali.
2. Pemberian rangsangan agar anggota berinisiatif mengemukakan pendapat untuk berdiskusi.
3. Dorongan minimal agar anggota kelompok terus beraktivitas
4. Penjelasan lebih mendalam tentang pendapat yang dikemukakan
5. Pelatihan terhadap tingkah laku baru bagi anggota kelompok

Selain itu, juga bisa digunakan kegiatan selingan seperti permainan-permainan yang fungsinya untuk selingan supaya tidak bosan atau tegang, pembinaan, mengintrospeksi diri.

Beberapa teknik dalam menstimulasi konseling kelompok adalah sebagai berikut.

1. Teknik Re-inforcement (penguatan)

Salah satu cara dalam menstimulasi spontanitas dan interaksi antara anggota kelompok adalah dengan memberikan pernyataan verbal ataupun non verbal yang bersifat menyenangkan. Cara ini sangat membantu ketika memulai konseling pada kelompok baru.

Contoh :

Verbal : " bagus!". "Hebat!".

Non verbal : acungan tangan, anggukan kepala

2. Teknik Summary (Meringkas)

Summary adalah kumpulan dari dua tema atau lebih dan refleksi yang merupakan ringkasan dari pembicaraan konseli .Teknik ini digunakan selama proses konseling berlangsung. Setelah anggota kelompok mendiskusikan topik, konselor kemudian meringkas apa yang telah dibicarakan. Cara ini membantu untuk mempersiapkan kelompok melanjutkan pembicaraan ke topik berikutnya. Rangkuman atau ringkasan merupakan pendahuluan untuk konseling berikutnya.

Tujuannya adalah :

- a. Untuk menggabungkan beberapa elemen yang berkaitan, yang dapat dijumpai dalam pernyataan konseli
- b. Untuk mengidentifikasi tema umum (pola umum) menjadi lebih jelas terlihat setelah beberapa kali pembicaraan.
- c. Untuk memotong pembicaraan dari konseli, yang menyimpang dari topik
Pembicaraan anggota yang perlu di potong bila : komentar anggota bertentangan dengan tujuan kelompok, anggota mengatakan sesuatu yang tidak akurat dan anggota berargumen tentang sesuatu yang berkaitan dengan pelecehan nilai/ moral

3. Ability potential

Dalam suatu ability potential response, konselor menampilkan dan menunjukkan potensi konseli pada saat itu untuk dapat memasuki suatu aktivitas tertentu. Suatu ability potential response merupakan suatu respon yang penuh support dari konselor, dimana konselor dapat secara verbal mengakui potensi atau kapabilitas konseli untuk melakukan sesuatu

Teknik ini bertujuan : a) Untuk mendorong konseli yang ingin melakukan sesuatu namun kurang mempunyai inisiatif, dorongan atau kepercayaan diri untuk memulainya, b) Dapat mengembangkan kesadaran konseli akan kekuatan-kekuatan yang dimiliki atau kualitas positif yang dimiliki.

4. Teknik Probing

Teknik Probing seringkali digunakan dimana saja. Kepada konseli diajukan pertanyaan-pertanyaan pengarah sehingga diperoleh jawaban yang diinginkan. Teknik ini dapat juga digunakan sebagai teknik pendahuluan untuk menstimulasi minat anggota terhadap materi yang ingin disajikan oleh konselor. Dalam mengajukan pertanyaan, ada beberapa hal yang harus

diperhatikan ketika konselor ingin mengarahkan konseli memperoleh jawaban khusus yang tepat. Konselor membuat suatu keadaan dan membawa opini konseli kedalam suatu keadaan yang mengarah kepada jawaban atas pertanyaan, sampai diperoleh jawaban selektif

Suatu probe merupakan pertanyaan yang dimulai dengan "*Apa, bagaimana, siapa, bilamana atau dimana*". Pertanyaan hendaknya bersifat terbuka. Melalui probe, dapat diperoleh lebih banyak informasi.

Adapun tujuannya adaah : a) Untuk memulai suatu interview, misal "*apa yang akan dibicarakan hari ini?*"; b) Untuk mendorong konseli agar dapat mengekspresikan lebih banyak keterangan, misal "*apa lagi yang dapat anda beritahukan kepada saya mengenai hal ini?*"; c) Menanyakan apa yang dirasakan oleh konseli, misal "*bagaimana perasaan anda ketika membicarakan hal ini?*". d) Untuk dapat memperoleh gambaran mengenai tingkah laku tertentu sehingga konselor dapat memahami lebih baik kondisi-kondisi yang turut berperan dalam masalah yang dialami oleh konseli, misal "*dimana anda berada pada saat itu?, siapa saja yang terlibat dalam hal ini? apa yang anda lakukan dalam situasi itu ?*".

5. Refleksi perasaan

Teknik ini digunakan untuk memantulkan kembali perasaan-perasaan yang diungkapkan oleh konseli melalui pernyataan konselor "*saya mengerti maksud pernyataan anda*". Perasaan-perasaan dapat diungkapkan dengan jelas oleh konseli seperti "*saya bingung, kesal, marah, sedih dan sebagainya*". Biasa juga tidak diungkapkan secara verbal, dapat dilihat dari tingkah lakunya atau nada suaranya. Maksud penggunaan teknik ini agar konseli dapat lebih mengungkapkan perasaan-perasaannya.

6. Teknik Diskusi

Diskusi kelompok merupakan bentuk konseling dimana konselor melaksanakan konseling dengan cara diskusi kelompok. Teknik ini biasa digunakan dalam satu atau dua sesi konseling kelompok untuk menanyakan informasi yang penting. Penekanannya bukan pada diskusi, tetapi pada penjelasan hal-hal yang belum dipahami oleh kelompok.

Cara :

a. Bagi kelompok besar menjadi kelompok kecil

Hal ini dilakukan agar anggota kelompok menjadi lebih produktif dalam tujuan mencapai suatu pemecahan masalah. Sebab pada kelompok besar, anggota yang paling aktif akan terpisah dengan anggota kelompok lain. Hal ini menjadi hambatan partisipasi bagi yang lain, akibatnya ada beberapa anggota kelompok yang kehilangan minat untuk berkontribusi dalam diskusi. Dengan kelompok kecil, maka konselor lebih bisa mengontrol arah diskusi dan mendorong semua anggota kelompok terlibat.

b. Bentuk kelompok homogen

Pisahkan anggota kelompok sehingga pada kelompok kecil tersebut terbentuk kelompok yang homogen, misal dari jenis permasalahan, usia, jenis kelamin, bahkan tingkat kemampuan anggota kelompok. Dengan berada pada situasi dan suhu lingkungan yang sama, maka para anggota kelompok lebih terdorong untuk berani mengungkapkan permasalahannya, dan lebih mampu merasakan masalah terhadap teman satu kelompoknya, sehingga bisa berperan aktif dalam diskusi pemecahan masalah.

c. Fokuskan masalah

Konselor berperan dengan menentukan pokok permasalahan yang akan dibahas, tentunya diawali dengan musyawarah dan persetujuan anggota kelompok. Pembahasan pada satu topic memudahkan konselor mengarahkan seluruh anggota kelompok untuk terlibat langsung dalam dinamika interaksi sosial kelompok. Topik yang dipilih untuk dibahas, seyogyanya topik yang hangat, merangsang dan menantang bagi anggota kelompok, disesuaikan dengan tingkat kemampuan seluruh anggota kelompok, sehingga mereka merasa terpanggil untuk ikut membicarakannya.

7. Teknik Interpretasi

Digunakan oleh konselor yang ingin “membawa” atau ‘menyampaikan’ ide kepada kelompok. Mungkin sekali interpretasi itu tidak tepat, namun dapat diarahkan untuk menstimulasi diskusi lebih lanjut dan mendorong/menguatkan kemampuan individual untuk boleh tidak sepakat dengan konselor.

Interpretasi merupakan suatu teknik menyampaikan arti dari pesan yang disampaikan oleh konseli. Dalam membuat interpretasi, konselor akan

membuka suatu pandangan baru atau penjelasan mengenai sikap dan tingkah laku interpretasi seperti mengajukan pertanyaan mengenai hipotesa mengenai hubungan atau mengenai arti suatu tingkah laku yang harus dipikirkan oleh konseli.

Tujuan : a) Untuk mengidentifikasi hubungan antara pernyataan dan tingkah laku konseli yang eksplisit maupun implisit. b) Membantu konseli memeriksa kembali tingkah laku mereka.

Dalam interpretasi, konselor harus menaruh perhatian kepada anggota yang lain terutama anggota yang pasif atau yang datang dengan latar belakang keluarga yang tidak mengizinkan seorang anak tidak setuju dengan pendapat orang tua. Ini akan menempatkan konseli pada posisi yang sulit. Interpretasi sebaiknya tepat, bilamana keliru konselor harus tahu letak kekeliruannya kemudian meralatnya.

8. Teknik Konfrontasi

Konfrontasi merupakan respon verbal dimana konselor mendeskripsikan beberapa penyimpangan atau ketidakcocokan yang terlihat dalam pernyataan atau tingkah laku konseli. Dalam teknik konfrontasi, anggota kelompok dihadapkan langsung (dikonfrontir) pada hal-hal yang terlihat adanya pertentangan, misal seorang konseli berbicara keras, kemudian konselor menanyakan "*Apakah kamu sedang marah?*".

Tujuannya adalah untuk membuka kedok konseli agar bertanggungjawab terhadap diskrepansi, distorsi, permainan, dan tabir yang digunakan untuk menyembunyikan diri dari perubahan tingkah laku yang konstruktif.

9. Klarifikasi

Teknik ini digunakan apabila konselor ingin meminta penjelasan lebih lanjut yang dianggap belum mengerti dan tidak sistematis, atau untuk menyamakan persepsi apakah yang sudah ditangkap oleh konselor betul atau tidak.

10. Bermain Peran (Role Playing)

Merupakan suatu teknik konseling melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan anggota kelompok/klien. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan dengan memerankannya sebagai tokoh hidup atau benda mati. Permainan ini pada umumnya dilakukan dalam kelompok, bergantung kepada apa yang diperankan.

Kelebihan metode Role Playing adalah :

- a. Melibatkan seluruh anggota kelompok dapat berpartisipasi dan mempunyai kesempatan untuk memajukan kemampuannya dalam bekerjasama.
- b. Anggota bebas mengambil keputusan dan berekspresi secara utuh.
- c. Permainan ini merupakan penemuan yang mudah dan dapat digunakan dalam situasi dan waktu yang berbeda.
- d. Konselor dapat mengevaluasi pemahaman tiap anggota melalui pengamatan pada waktu melakukan permainan.

Teknik-teknik menstimulasi konseling kelompok yang sudah dijelaskan di atas mendorong anggota kelompok untuk membentuk kelompok kohesi, yaitu suatu keadaan dimana terciptanya kekuatan yang mendorong anggota kelompok untuk tetap tinggal di dalam kelompoknya dan mencegah anggota lain meninggalkan kelompoknya. Kohesi kelompok dapat diukur dari keteratarikan anggota satu sama lain, ketertarikan pada kegiatan dan fungsi kelompok, sejauh mana anggota tertarik pada kelompok sebagai alat untuk memuaskan kebutuhan personalnya. Kelompok kohesi mempunyai suasana yang mempertinggi umpan balik dan mendorong komunikasi efektif, anggota biasanya bersedia berdiskusi secara bebas, sehingga saling pengertian, saling membantu dalam mencapai perubahan sikap. Konselor dapat meningkatkan kohesi kelompok dengan cara menumbuhkan semangat anggota kelompok, mendorong terciptanya hubungan interpersonal yang akrab, menumbuhkan rasa kesetiakawanan dan perasaan yang mendalam satu sama lain.

C. Latihan

1. Berdasarkan pengalaman Saudara di lapangan, permasalahan apa yang bisa diberikan perlakuan konseling kelompok dan sebutkan teknik yang mungkin bisa digunakan !
2. Menurut Saudara, hal-hal apa saja yang menjadi pertimbangan dalam menggunakan teknik konseling kelompok ?

DAFTAR PUSTAKA

- Capuzzi, D & Gross, D.R. 1997. *Introduction to The Counseling Profession*. Second Edition. USA : Allyn & Bacon.
- Corey, M.S. & Corey, G. (2006). *Groups: Process and Practice*. Belmont, CA.: Thomson Brooks/Cole.
- Gladding, S.T. (1995). *Group Work: A Counseling Specialty*. New Jersey: Englewood Cliffs, Prentice-Hall.
- Jacobs, E.E., Harvill, R.L., & Masson, R.L. (1993). *Group Counseling. Strategies and Skills*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Myrick, R.D. (1993). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach Second Edition*. Minneapolis: Educational Media Corporation.
- Natawidjaja, R. (1987). *Pendekatan-pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok I*. Bandung: CV. Diponegoro.
- Ohlsen, E. (1977). *Group Counseling*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.
- Winkel, W.S. (1997). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Yalom, I.D. (1985). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books, Inc Publisher.