



DOI: <https://doi.org/10.38035/jpsn.v2i2>  
Received: 25 Mei 2024, Revised: 9 Juni 2024, Publish: 11 juni 2024  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling

Utari Pratiwi<sup>1</sup>, Yeni Karneli<sup>2</sup>, Netrawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang, Indonesia, [utaripratiwi93@gmail.com](mailto:utaripratiwi93@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang, Indonesia, [yenikarneli.unp@gmail.com](mailto:yenikarneli.unp@gmail.com)

<sup>3</sup>Universitas Negeri Padang, Indonesia, [netrawatiunp07@gmail.com](mailto:netrawatiunp07@gmail.com)

Corresponding Author: [utaripratiwi93@gmail.com](mailto:utaripratiwi93@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract:** *Group counseling is a service using a group approach that is often used by guidance and counseling practitioners in schools. However, there are still practitioners who are still unsure about understanding the basics of group counseling. So it can reduce the effectiveness of the services provided to clients. The method used in analyzing problems is literature study sourced from books, articles and scientific journals that are relevant to group counseling. The results of the literature study analysis that have been carried out show several basic things that need to be understood by guidance and counseling practitioners in understanding group counseling, namely the meaning, objectives, scope of service materials, function of group leaders, principles and steps for implementing group counseling. Having this understanding makes it easier for practitioners to provide group counseling services professionally.*

**Keyword:** *Group Counseling.*

**Abstrak:** Konseling kelompok merupakan layanan dengan menggunakan pendekatan kelompok yang sering digunakan oleh praktisi bimbingan dan konseling di sekolah. Namun masih adanya praktisi yang masih ragu dalam memahami secara mendasar tentang konseling kelompok. Sehingga dapat mengurangi efektivitas layanan yang diberikan kepada klien. Metode yang digunakan dalam menganalisis masalah adalah studi literatur yang bersumber dari buku, artikel, dan jurnal ilmiah yang relevan dengan konselin kelompok. Hasil dari analisis studi literatur yang telah dilakukan terdapat beberapa hal mendasar yang perlu dipahami oleh praktisi bimbingan dan konseling dalam memahami konseling kelompok, yaitu pengertian, tujuan, cakupan meteri layanan, fungsi pemimpin kelompok, asas-asas dan langkah-langkah penerapan konseling kelompok. Dengan adanya pemahaman tersebut mempermudah praktisi untuk dapat memberikan layanan konseling kelompok secara profesional.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok

## PENDAHULUAN

Pada era globalisasi saat ini sangat banyak kemajuan dalam berbagai bidang kehidupan, baik dalam ranah teknologi, pekerjaan maupun pendidikan. Kemajuan yang pesat ini memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan perilaku individu yang berinteraksi dalam lingkungan sosial. Pengaruh yang timbul memberikan dampak positif maupun dampak negatif. Sehingga sangat besar peran bimbingan dan konseling untuk membantu setiap individu agar dapat menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman, agar tetap berada dalam kondisi kehidupan efektif sehari-hari (KES) dan terhindar dari kehidupan efektif sehari-hari yang terganggu (KES-T).

Menyikapi hal tersebut, praktik bimbingan dan konseling baik di sekolah maupun di luar sekolah selalu berupaya membantu individu ataupun sekelompok individu agar tetap berada dalam kondisi KES. Upaya tersebut terwujud dalam berbagai jenis layanan yang diberikan oleh praktisi bimbingan dan konseling kepada setiap individu (klien), salah satu layanan tersebut ialah konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dan bias dilaksanakan di mana saja, baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan, di sekolah atau luar sekolah, di rumah salah seorang peserta atau di rumah konselor, dengan syarat menjamin dinamika kelompok dapat berkembang dengan sebaik-baiknya agar tujuan layanan dapat tercapai (Folastris & Itsar, 2016). Layanan konseling kelompok ini beranggotakan satu orang konselor (pimpinan kelompok) dan peserta kelompok yang jumlahnya minimal dua orang. Hal-hal yang akan dibahas dalam layanan ini yaitu pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diberikan kepada sejumlah peserta didik/konseli dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling belajar dari pengalaman para anggotanya sehingga peserta didik/konseli dapat mengatasi masalah. Tujuan konseling kelompok adalah memfasilitasi konseli melakukan perubahan perilaku, mengkonstruksi pikiran, mengembangkan kemampuan mengatasi situasi kehidupan, membuat keputusan yang bermakna bagi dirinya dan berkomitmen untuk mewujudkan keputusan dengan penuh tanggungjawab dalam kehidupannya dengan memanfaatkan kekuatan (situasi) kelompok. Pendekatan kelompok dalam layanan bimbingan dan konseling memiliki keuntungan khusus untuk konseling sekolah. Konseling kelompok di sekolah dirancang untuk menangani permasalahan belajar, pribadi, karir atau masalah sosial (Corey, 2016).

Selain itu, Aminah, dkk (2021) menjelaskan bahwa dalam pelaksanaan konseling kelompok peserta terlibat aktif melalui diskusi dengan mengajukan pertanyaan, memberikan tanggapan dan berbagi pengalaman terhadap permasalahan yang dibahas. Hal ini berguna untuk mempermudah dalam pengentasan permasalahan tersebut dan melatih anggota kelompok untuk berani mengemukakan pendapat, belajar menerima sanggahan, dukungan yang positif, maupun penolakan dari anggota kelompok yang lain. Selain itu, melalui konseling kelompok ini, anggota kelompok dapat belajar dari pengalaman setiap anggota kelompok.

Pemberian pelayanan konseling kelompok kepada klien mampu menyelesaikan banyak masalah yang menimpa individu seperti konseling kelompok bisa digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja (Imro'atun, 2017), meningkatkan pola berpikir positif remaja yang mengalami irrisional belief (Yandri, dkk., 2019), meningkatkan self esteem siswa (Habsy, 2017), mengentaskan masalah siswa yang tidak disiplin dalam belajar (Smith, 2011) dan mengurangi prokrastinasi akademik siswa (Juliawati, 2014; Saputra, dkk., 2017)

Tidak jarang guru BK/Praktisi bimbingan dan konseling di lapangan yang masih ragu membedakan konseling kelompok dengan bimbingan kelompok. Hal ini dikarenakan kedua layanan ini sama-sama menggunakan pendekatan kelompok, namun secara teoritis pelaksanaan

dan fokus layanannya berbeda. Oleh karena itu seorang praktisi yang memberikan layanan konseling kelompok kepada klien harus benar-benar memahami layanan yang diberikan.

Sebagai seorang praktisi bimbingan dan konseling yang memberikan layanan konseling kelompok kepada klien harus memahami secara mendasar tentang layanan yang diberikan. Hal ini sebagai pondasi awal untuk memberikan layanan secara profesional kepada klien. Oleh sebab itu melalui artikel ini akan dirincikan secara mendasar hal-hal pokok yang harus dipahami oleh praktisi bimbingan dan konseling untuk dapat memberikan layanan konseling kelompok secara profesional dan berhasil

Dari penjelasan yang telah dijabarkan di atas, memberikan dorongan dalam diri peneliti untuk mendalami konseling kelompok ini secara kajian teoritis dengan judul pemahaman mendasar tentang konseling kelompok bagi praktisi bimbingan dan konseling.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang mendalami tentang studi pustaka. Tinjauan pustaka adalah deskripsi yang relevan dalam bidang tertentu yang ditemukan di buku, jurnal, dan artikel atau referensi lainnya yang membahas secara relevan berkaitan dengan konseling kelompok.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok merupakan salah satu dari 10 jenis layanan bimbingan dan konseling. Konseling kelompok menggunakan pendekatan kelompok. Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi, dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok (Prayitno, 2004). Konseling kelompok yang biasa digunakan guru BK di sekolah merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Konseling kelompok secara terpadu dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling disekolah. Konseling kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Juntika, 2012).

Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Di sana ada konselor (yang jumlahnya mungkin lebih dari seorang) dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang). Di sana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Di mana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus) (Thohirin, 2009; Fahmi & Slamet, 2016).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diselenggarakan di mana saja untuk membahas masalah-masalah khusus dan diberikan dalam suasana kelompok serta untuk membantu siswa dalam pengambilan keputusan melalui dinamika kelompok.

### **Tujuan Konseling Kelompok**

Fahmi & Slamet (2016) menjelaskan bahwa tujuan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui konseling kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal. Secara mendasar ada beberapa tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok, yaitu:

- a. Mengentaskan permasalahan yang dialami anggota kelompok
- b. Melatih keberanian mengemukakan pendapat

- c. Melatih mencari solusi dari permasalahan yang dibahas
- d. Belajar dari pengalaman orang lain
- e. Menumbuhkan rasa empati terhadap orang lain

### **Lingkup Materi**

Materi yang menjadi fokus pembahasan dalam konseling kelompok adalah permasalahan yang timbul atau dirasakan oleh diri masing-masing anggota kelompok. Permasalahan tersebut meliputi berbagai bidang, baik bidang pribadi, sosial, belajar, karir, keluarga, maupun dalam berbagai aspek kehidupan. Pada umumnya satu kali pertemuan membahas secara mendalam satu materi atau permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok.

Dalam pelaksanaan konseling kelompok, setiap anggota kelompok mengemukakan satu permasalahan yang sedang dialaminya. Oleh karena itu materi yang dibahas di dalam konseling kelompok tidak bisa diprediksi atau disiapkan terlebih dahulu oleh pemimpin kelompok. Sehingga pemimpin kelompok harus memiliki wawasan yang luas untuk menghadapi keberagaman permasalahan yang akan disampaikan oleh masing-masing anggota kelompok.

### **Fungsi Pemimpin Kelompok**

Ardi, dkk (2019) menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok pemimpin kelompok lebih mengutamakan hubungan *egaliter* dengan anggota kelompok. Selain itu, pemimpin kelompok berperan sebagai teladan bagi anggota kelompok dengan membawa berbagai karakteristik yang khas, antara lain kepercayaan diri, *presence*, memotivasi anggota kelompok, sanggup mengambil resiko, peduli, penerimaan, kemauan menjadi contoh, memiliki selera humor, mampu bekerjasama dengan anggota kelompok, memberikan dorongan positif dan mampu mengeksplorasi potensi-potensi anggota kelompok.

Pada dasarnya fungsi utama pemimpin kelompok adalah mengarahkan dan memfasilitasi anggota kelompok untuk dapat terpecahkannya atau terentaskannya permasalahan yang sedang dibahas. Pemimpin kelompok juga berupaya untuk menghidupkan suasana kelompok agar berada dalam kondisi yang dinamis untuk menghidupkan dinamika kelompok. Secara umum ada beberapa fungsi pemimpin kelompok dalam pelaksanaan konseling kelompok, diantaranya:

- a. Memberikan pemahaman mendasar kepada anggota kelompok
- b. Mengarahkan anggota kelompok untuk berada dalam jalur pengentasan permasalahan yang sedang dibahas
- c. Memfasilitasi anggota kelompok
- d. Meluruskan pemahaman anggota kelompok
- e. Mengaktifkan dinamika kelompok
- f. Membantu memberikan kata kunci untuk mendalami permasalahan yang sedang dibahas
- g. Menjadi model yang akan ditiru oleh anggota kelompok, baik dari segi cara duduk, ekspresi muka, gaya berbicara dan bahasa yang digunakan.
- h. Menjaga jalannya kegiatan konseling kelompok untuk terentaskannya permasalahan yang dibahas
- i. Menyimpulkan hasil kegiatan
- j. Memberi dukungan kepada anggota kelompok

Berdasarkan pemahaman di atas dapat dipahami bahwa pemimpin kelompok mempunyai peranan penting dalam pelaksanaan konseling kelompok dan berupaya untuk terentaskannya permasalahan yang sedang dibahas melalui peran aktif dinamika kelompok.

### **Asas Inti Konseling Kelompok**

Prayitno (2004) menjelaskan kegiatan konseling kelompok yang biasa digunakan guru BK disekolah terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

- a. Asas Kerahasiaan, pada asas kerahasiaan memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok.
- b. Asas Kesukarelaan, kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.
- c. Asas keterbukaan, keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keragu-raguan atau kekhawatiran dari anggota.
- d. Asas kegiatan, hasil konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.
- e. Asas Kenormatifan dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.
- f. Asas Kekinian, yaitu membahas tentang masalah apa yang sedang terjadi sekarang pada anggota kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan pelaksanaan konseling kelompok yang biasa digunakan praktisi bimbingan dan konseling harus menerapkan asas-asas yang ada agar lebih jelas dan terstruktur dalam proses pelaksanaan konseling kelompok yang biasa digunakan praktisi bimbingan dan konseling baik di sekolah maupun di luar sekolah.

### **Langkah-Langkah Konseling Kelompok**

Prayitno (2004) mengemukakan dalam proses kegiatan konseling kelompok terdiri atas tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

#### **a. Tahap pembentukan**

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, yaitu:

- 1) Menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
- 2) Berdoa
- 3) Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- 4) Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- 5) Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok
- 6) Menjelaskan asas-asas konseling kelompok dan melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

#### **b. Tahap peralihan**

Tujuan tahap ini adalah membangun saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamikayang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap peralihan yaitu:

- 1) Pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok
- 2) Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut

- 3) Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut
- 4) Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

c. Tahap kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. Langkah-langkah pada tahap kegiatan, yaitu:

- 1) Mempersilakan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
- 2) Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
- 3) Membahas masalah terpilih secara tuntas
- 4) Selingan, yaitu kegiatan yang digunakan untuk mengatasi kelesuan atau kebosanan anggota kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan permainan kecil yang membutuhkan waktu pendek. Namun dalam memberikan selingan ini tidak boleh ditengah-tengah anggota kelompok aktif menyampaikan pendapat atau tanggapannya, melainkan pada saat suasana kelompok pasif dan anggota kelompok terlihat bosan.
- 5) Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran yaitu:

- 1) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri
- 2) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing, membahas kegiatan lanjutan
- 3) Pesan serta tanggapan anggota kelompok
- 4) Ucapan terima kasih
- 5) Berdoa

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa ada empat tahapan pelaksanaan konseling kelompok yang harus dipahami oleh praktisi bimbingan dan konseling. Keruntutan masing-masing tahapan tersebut adalah kunci keberhasilan pelaksanaan konseling kelompok.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa ada beberapa pemahaman mendasar yang harus dipahami praktisi bimbingan dan konseling terkait konseling kelompok. Pemahaman tersebut terkait konseling kelompok merupakan pelayanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dengan pendekatan kelompok, membutuhkan dinamika kelompok, dan membahas permasalahan pribadi yang dialami oleh klien. Selain itu dalam pelaksanaan konseling kelompok menguatkan asas kerahasiaan, serta terdiri dari empat tahapan dalam pelaksanaannya, yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap pengakhiran. Sepanjang konseling kelompok berlangsung, pemimpin kelompok menjadi model utama dan fasilitator dalam keberhasilan kegiatan konseling yang dilaksanakan.

## REFERENSI

- Aminah, S., dkk. (2021). Analisis Dampak Pelatihan Peningkatan Kompetensi Layanan Konseling Kelompok pada Guru BK SMA Se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, Vol. 2. No. 5. Pp. 170-179.
- Ardi, Z., dkk. (2019). Analisis pendekatan Adlerian dalam Konseling Kelompok untuk Optimalisasi Potensi Diri Siswa. *Jurnal Educatio*. Vol. 5. No. 1. Pp. 7-12.

- Corey, G. (2016). Theory & Practice of Group Counseling. In Oxford World's Classics: Livy: Rome's Mediterranean Empire: Books Forty-One to Forty-Five and the Periochae.
- Fahmi, N. U. & Slamet. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Jurnal Hisbah, Vol. 13, No. 1. Pp. 69-84.*
- Folastri, S., & Itsar, B. R. (2016). Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Panduan Praktis Menyeluruh). Bandung: Mujahid Press.
- Habsy, B. A. (2017). Model konseling kelompok cognitive behavior untuk meningkatkan self esteem siswa SMK. *Perspektif Ilmu Pendidikan, Vol. 31. No. 1. Pp. 21-35.*
- Imro'atun, S. (2017). Keefektifan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol. 2. No. 2. Pp. 50-57.*
- Juliawati, D. (2014). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa. International Guidance and Counseling Conference. *Pp. 36-41.*
- Prayitno. 2004. Layanan Bimbingan dan Konseling. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Saputra, R., Purwanto, E., & Awalya, A. (2017). Konseling Kelompok Teknik Self Instruction dan Cognitive Restructuring untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Bimbingan Konseling, Vol. 6 No. 1. Pp. 84-89.*
- Smith, M. B. (2011). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara. *Jurnal Penelitian dan Pendidikan, Vol. 8. No. 1, Pp. 22-32.*
- Yandri, H., Alfaiz, A., & Juliawati, D. (2019). Pengembangan Keterampilan Berpikir Positif melalui Layanan Konseling Kelompok bagi Anggota Ikatan Mahasiswa Pemuda Pelajar Semurup, Kota Padang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, Vol. 4. No. 4, Pp. 509-516.*