



Pemanfaatan Buku Panduan dalam Melaksanakan Konseling Kelompok

Elisabeth Ayu Febrianti¹, Sri Panca Setyawati², Atrup³

Universitas Nusantara PGRI Kediri

elisabethayuf723@gmail.com¹, sripanca@unpkediri.ac.id², atrup@unpkediri.ac.id³

ABSTRACT

One form of professionalism of the counseling teacher in counseling practice is conducting counseling with stages and techniques that are in accordance with the approach taken. In guidance and counseling services there are counseling services that can help overcome students' problems, one of which is by using group counseling. Group counseling is a counseling service that includes a number of students in the form of a group with the guidance counselor/counselor, in this case the guidance counselor/counselor teacher as the leader of group counseling activities. It is carried out in a group atmosphere where students have the same problem. Therefore, based on these problems, it is necessary to develop a guidebook, in guidance and counseling the guidebook is very beneficial to the BK/Counselor teacher. The guidebook is one of the counseling media that can be used as a medium for implementing counseling in schools. The benefits of this guidebook are indispensable for guidance counselors/counselors to help and facilitate the implementation of group counseling. The purpose of using this guidebook is to make it easier for counseling teachers to carry out and provide an overview and innovation in the implementation of counseling services, especially in group counseling techniques.

Keywords: guidance and counseling, handbooks, group counseling

ABSTRAK

Salah satu bentuk profesionalisme guru BK dalam praktik konseling yaitu melakukan konseling dengan tahapan dan teknik yang sesuai dengan pendekatan yang dilakukan. Didalam layanan bimbingan dan konseling ada layanan BK yang menggunakan pendekatan kelompok dalam membantu mengatasi permasalahan peserta didik, salah satunya yaitu dengan menggunakan konseling kelompok. Konseling kelompok adalah layanan konseling yang diberikan pada sejumlah konseli dengan problem raltif sama. Agar konseling kelompok dapat berjalan sistematis sesuai dengan pendekatannya serta efektif, perlu adanya panduan, namun ketersediaan panduan di lapangan masih minim. Berdasarkan permasalahan tersebut perlu dikembangkan buku panduan. Buku panduan merupakan salah satu media BK yang dapat dimanfaatkan sebagai media pelaksanaan konseling di sekolah yang dapat membantu dan mempermudah pelaksanaan konseling kelompok.

Kata Kunci: bimbingan dan konseling, buku panduan, konseling kelompok

PENDAHULUAN

Dalam sistem pendidikan sekolah Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu layanan profesional dan memiliki peranan yang sangat besar bagi perkembangan peserta didik. Menurut Evi (2020) Bimbingan dan Konseling merupakan layanan bantuan yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling (guru BK) atau konselor kepada peserta didik (konseli) agar konseli mampu memahami dirinya sendiri, memahami potensi, minat yang dimiliki, dan mengetahui cara mengembangkan potensi yang dimilikinya.



Bimbingan dan Konseling bisa dilakukan dalam bentuk individu maupun kelompok sehingga dikenal adanya layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, maupun konseling individual.

Sebagai layanan profesional guru BK/konselor selaku pelaksana harus terus berusaha untuk meningkatkan profesionalitas. Salah satu upaya dalam meningkatkan profesionalitas adalah dengan selalu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan bersikap terbuka terhadap hal-hal yang baru. Selain itu dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling harus sesuai dengan konsep dan teknik yang sudah dikembangkan oleh para ahli. Dengan merujuk pada konsep dan teknik yang sudah dikembangkan oleh para ahli, tindakan guru BK/konselor dapat dipertanggungjawabkan.

Sebagaimana sudah dijelaskan bahwa salah satu bentuk layanan yang bisa dilakukan oleh guru BK/konselor adalah konseling kelompok. Menurut Tohirin (dalam Magrur, Siregar & Silondae, 2020) Konseling Kelompok adalah suatu upaya guru BK/Konselor dalam membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Dalam konseling kelompok, dinamika harus dapat dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan layanan secara efektif.

Sebenarnya penerapan konseling kelompok akan lebih efisien, khususnya ketika menangani beberapa peserta didik/konseli dengan masalah yang relatif sama secara bersama. Ketika guru BK/konselor memilih dan menetapkan akan membantu peserta didik/konseli dengan konseling kelompok, maka mereka harus memahami dan menguasai prosedur konseling kelompok agar bisa efektif. Namun dalam kenyataannya, masih banyak guru BK/konselor belum prosedur konseling yang tepat konseling secara efektif, mereka cenderung masih menggunakan cara konvensional yaitu lebih banyak memberikan nasehat. Hal ini terjadi karena masih banyak guru BK/konselor kurang memahami dan menguasai teknik konseling yang bisa dipilih beserta tahapannya. Selain itu juga karena minimnya ketersediaan buku panduan yang bisa menjadi pedoman bagi guru BK/konselor.

Berdasarkan pada permasalahan tersebut sangat perlu dikembangkan buku panduan. Buku panduan akan memberikan manfaat kepada guru BK/Konselor, yaitu: akan memudahkan guru BK/Konselor dalam melaksanakan layanan konseling khususnya pada konseling kelompok. Menurut Nursalim & Mustaji (dalam Wibawani, 2017) buku panduan adalah salah satu bentuk media dalam pembelajaran pendidikan. Buku panduan merupakan buku yang memuat deskripsi materi pokok, prinsip, prosedur, mekanisme tata cara melakukan konseling, khususnya pada konseling kelompok.

PEMBAHASAN

A. Bimbingan dan Konseling

Menurut Kamaluddin (2011) layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan upaya untuk membantu siswa dalam pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir. Layanan bimbingan dan konseling memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli yang bisa dilaksanakan secara individu, kelompok, atau klasikal, sesuai dengan kebutuhan potensi,



bakat, minat, dan perkembangan, kondisi, dan peluangnya. Bimbingan dan konseling adalah upaya yang sangat aktif dan sistematis dalam memfasilitasi peserta didik/konseli untuk mencapai tingkat perkembangan yang optimal termasuk juga membantu peserta didik/konseli untuk merubah perilaku sehari-hari agar lebih efektif.

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Hartuti (2017) Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku. Proses tersebut mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung. Layanan konseling kelompok dilaksanakan dengan cara mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan permasalahan individu.

Dalam layanan konseling kelompok memungkinkan peserta didik/konseli secara bersama-sama memperoleh kesempatan untuk membahas dan mengentaskan diri masalah melalui dinamika kelompok. Dalam pelaksanaannya ada guru BK/konselor dan ada beberapa peserta didik/konseli dengan jumlah minimal dua orang. Dalam proses konselingnya ada pengungkapan dan pemahaman masalah peserta didik/konseli, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi, dan tindak lanjut. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah layanan konseling yang mengikutkan sejumlah peserta didik/konseli dalam bentuk kelompok dengan guru BK/Konselor.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan umum konseling kelompok adalah untuk mengembangkan keterampilan sosialisasi siswa, terutama kemampuan komunikasi. Melalui konseling kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa yang diungkapkan dan dinamis melalui berbagai teknik, sehingga keterampilan sosialisasi dan komunikasi siswa berkembang secara optimal.

Menurut Krumboltz (dalam Lubis & Hasnida, 2016: 43) menyebutkan tujuan konseling kelompok terbagi menjadi tiga jenis, yakni sebagai berikut:

1. Mengubah penyesuaian tingkah laku yang salah. Penyesuaian perilaku yang salah adalah perilaku yang secara psikologis mengarah pada perilaku patologis. Penyesuaian perilaku yang salah inilah yang akan dirubah menjadi perilaku yang sehat yang tidak mengandung indikasi adanya hambatan atau kesulitan mental.
2. Belajar membuat keputusan. Belajar membuat keputusan tidak mudah dilakukan oleh klien padahal hal tersebut harus dilakukan sebagai bagian dari tujuan konseling.



3. Mencegah timbulnya masalah. Tujuan konseling adalah mencegah agar masalah tidak menimbulkan hambatan dikemudian hari, mencegah agar masalah yang dihadapi cepat terselesaikan, dan mencegah agar masalah tidak menimbulkan gangguan.

3. Kelebihan Konseling Kelompok

Sebagai suatu sistem pemberian bantuan, Konseling kelompok memiliki kelebihan Menurut Shertzer & Stone (dalam Adhiputra, 2015) yaitu sebagai berikut:

- a. Efisiensi: dibandingkan dengan strategi bantuan yang bersifat individual, konseling kelompok lebih efisien karena dilaksanakan dalam waktu yang sama untuk beberapa peserta didik/konseli sekaligus.
- b. Keragaman Sumber dan Sudut Pandang: dalam suasana kelompok, sumber bantuan tidak hanya dari guru BK/konselor dengan sudut pandang yang tersendiri, tetapi juga dari sejumlah individu/peserta didik/konseli sebagai anggota kelompok dengan sudut pandang yang lebih beragam.
- c. Pengalaman Kebersamaan: individu tidak akan merasa bahwa hanya dirinya yang mengalami permasalahan tertentu dalam kehidupannya, dia akan menjadi sadar bahwa ternyata orang lain pun mengalami permasalahan walaupun sedikit berbeda.
- d. Rasa Saling Memiliki: dalam suasana kelompok yang kohesif, kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, menerima dan diterima, menghargai dan dihargai akan tumbuh dan dirasakan langsung oleh masing-masing anggota kelompok.
- e. Praktek Keterampilan: individu mendapat tempat untuk mempraktekkan tingkah laku baru, melakukan percobaan dan mendapat dukungan sosio-emosional sebelum dipraktekkan langsung dalam konteks kehidupan nyata di luar kelompok.
- f. Balikan: dalam setiap suasana interaksi kelompok, individu akan mendapatkan kesempatan untuk menerima dan memberikan balikan dari apa yang telah dilakukan atau diupayakannya (melakukan aktivitas yang diterima serta meninggalkan sikap dan perbuatan yang ditolak oleh orang lain).
- g. Belajar Menemukan Makna: dalam suasana kelompok, individu tidak hanya memperhatikan dirinya sendiri, dia juga bisa mendengar, melihat, dan merasakan bagaimana perasaan orang lain dalam menghadapi suatu permasalahan hidup.
- h. Kenyataan Hidup: dalam hal-hal tertentu, suasana kelompok bukan hanya mencerminkan suasana kehidupan masyarakat, melainkan kehidupan kenyataan sosial yang sebenarnya.
- i. Komitmen terhadap Norma: kelompok dapat menekan bahkan memaksa individu atau anggotanya untuk menghormati aturan-aturan yang berlaku pada kelompoknya.



4. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Fahmi & Slamet (2016) Proses pelaksanaan konseling kelompok melalui tahap, sebagai berikut:

- a) Tahap awal kelompok
Proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Diawal tahapan ini akan berisi keraguan dan kekhawatiran. Namun, jika guru BK/konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahapan ini akan dilakukan membangun kepercayaan dalam kelompok.
- b) Tahap peralihan
Tujuan dari tahapan ini adalah untuk membangun rasa saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Guru BK/konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi.
- c) Tahap kegiatan
Tahap ini adalah proses penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif.
- d) Tahap pengakhiran
Tahap ini melaksanakan konseling yang ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku.

C. Buku Panduan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) buku adalah lembar kertas yang berjilid berisi tulisan. Sedangkan Panduan berasal dari kata pandu yang berarti petunjuk. Petunjuk mempunyai pengertian yaitu ketentuan yang memberi arah atau atau bimbingan bagaimana sesuatu harus dilakukan. Sedangkan menurut Kartz (dalam Saleh & Sujana, 2009) buku panduan adalah buku yang berisi berbagai macam informasi mengenai suatu masalah atau subjek. Buku panduan merupakan buku yang menyajikan informasi atau memberikan acuan kepada pembaca. Buku panduan merupakan buku yang berisi informasi didalamnya memuat prinsip, prosedur, deskripsi, dan model pembelajaran yang akan digunakan oleh pendidik untuk melaksanakan suatu hal.

Buku panduan konseling kelompok ini digunakan oleh guru BK/Konselor. Fungsi dari buku panduan konseling kelompok adalah sebagai petunjuk mengenai langkah-langkah dalam melaksanakan konseling. Buku panduan ini merupakan suatu panduan bagi guru BK dalam melaksanakan konseling kelompok. Tujuan buku panduan adalah untuk memudahkan guru BK/Konselor dalam menerapkan layanan bimbingan dan konseling, khususnya konseling kelompok sehingga apaapun yang dilakukan akan lebih terarah.

Dapat disimpulkan bahwa buku panduan konseling kelompok merupakan buku panduan yang menyajikan informasi dan memberikan pedoman atau acuan kepada guru BK/Konselor untuk melakukan konseling khususnya pada permasalahan peserta didik. Buku panduan yaitu sebagai salah satu media BK yang dapat dimanfaatkan sebagai media pelaksanaan konseling di sekolah. Manfaat buku panduan ini sangat diperlukan bagi guru BK/Konselor untuk membantu dan mempermudah pelaksanaan konseling kelompok.



KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Layanan konseling kelompok merupakan salah satu bentuk layanan Bimbingan dan Konseling yang berupaya sangat aktif dan sistematis dalam memfasilitasi peserta didik/konseli untuk mencapai tingkat perkembangan yang optimal. Layanan konseling kelompok adalah layanan konseling yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dan anggota kelompok (konseli) memiliki suatu permasalahan yang relatif sama. Selama proses konseling kelompok memungkinkan peserta didik/konseli secara bersama-sama memperoleh kesempatan melakukan pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok. Agar konseling kelompok berlangsung secara sistematis dan efektif, dibutuhkan adanya buku panduan. Buku panduan merupakan buku yang berisi informasi didalamnya memuat prinsip, prosedur, deskripsi, dan model layanan yang akan digunakan oleh guru BK/konselor sebagai pedoman kerja. Fungsi dari buku panduan konseling kelompok adalah sebagai petunjuk mengenai langkah-langkah dalam melaksanakan konseling.

Saran

Dalam upaya pengentasan permasalahan peserta didik, agar efektif guru BK disarankan untuk melaksanakan layanan bimbingan maupun layanan konseling secara sistematis sesuai dengan tahapannya. Agar dapat melaksanakan layanan secara sistematis, guru BK/konselor perlu memiliki panduan sebagai acuan. Berdasarkan hal itu, perlu adanya buku panduan. Buku panduan yang perlu dikembangkan adalah Buku Panduan Bimbingan Kelompok dengan tehnik konseling kelompok. Buku tersebut bisa dikembangkan oleh guru BK/konselor sendiri maupun secara kolaboratif dengan ahli. Buku panduan tersebut bisa digunakan oleh guru BK/konselor sebagai pilihan.

DAFTAR RUJUKAN

- Adhiputra, A. A. (2015). Konseling kelompok: perspektif teori dan aplikasi.
- Evi, T. (2020). Manfaat bimbingan dan konseling bagi siswa SD. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2(1), 72-75.
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 13(2), 69-84.
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan konseling sekolah. *Jurnal pendidikan dan kebudayaan*, 17(4), 447-454.
- Lubis, N. L dan Hasnida. (2016). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Magrur, R. Y., Siregar, N. R., & Silondae, D. P. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 117-124.
- Saleh, A. R., Janti G., dan Sujana. (2009). Pengantar kepustakaan. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Wibawani, M. *Pengembangan Buku Panduan Perilaku Prososial untuk Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 3 Candi Sidoarjo* (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).