

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling

Secara etimologis istilah konseling berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa Latin yaitu *counselium* artinya “bersama” atau “bicara bersama-sama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”.¹

Counseling dalam kamus bahasa Inggris berkaitan dengan kata *Counsel*, yang mempunyai arti sebagai berikut: nasihat (*to obtain counsel*); anjuran (*to give counsel*); pembicaraan (*to talk counsel*). Dengan demikian, *counseling* diartikan sebagai pemberian nasihat, pemberian anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.² Berikut ini beberapa definisi yang dikemukakan oleh para tokoh:

Menurut Shertzer dan Stone:

“Counseling is an interaction process which facilitates meaningful understanding of self and environment and result in the establishment and/or clarification of goals and values of future behavior”.

Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan

¹Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. 2004. Jakarta: PT Rineka Cipta. 99.

²Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. 2007. Yogyakarta: Media Abadi. 34.

lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif prilakunya.³

Menurut ASCA (*American School Counselor Assosiation*) konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien. Konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu klien mengatasi masalah-masalahnya.⁴

Menurut Glen E. Smith konseling adalah suatu proses dimana konselor membantu konseli (klien) agar ia dapat memahami dan menafsirkan fakta-fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu.⁵

Menurut Lewis konseling adalah proses mengenai seseorang individu yang sedang mengalami masalah (klien) dibantu untuk merasa dan bertindak laku dalam suasana yang lebih menyenangkan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak bermasalah, yang menyediakan informasi dan reaksi-reaksi yang merangsang klien untuk mengembangkan tingkahlaku yang memungkinkannya berperan secara lebih efektif bagi dirinya sendiri dan lingkungannya.⁶ Menurut W.S. Winkel pengarang buku bimbingan dan konseling di institusi pendidikan, berpendapat bahwa ada dua

³ Nurihsan, Ahmad Juntika. *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*.2007. Bandung: PT Refika Aditama. 10

⁴ Nurihsan, Ahmad Juntika. *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*.2007. Bandung: PT Refika Aditama.

⁵ Wilis, Sofyan S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*.2007. Bandung: Alfabeta. 17.

⁶ Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.2004. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 101.

aspek pokok dalam konseling. Yaitu aspek proses dan aspek aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses menunjuk pada kenyataan bahwa konseli/klien mengalami suatu rangkaian perubahan dalam diri sendiri, yang membawa dia saat masalah disadari, diungkapkan dan belum ada penyelesaiannya ke saat masalah telah terpecahkan secara memuaskan. Rangkaian perubahan dalam diri sendiri itu biasanya mengikuti urutan: mengungkapkan masalah secara tuntas; melihat inti masalah dengan lebih jelas; menyadari semua reaksi dalam alam perasaan terhadap masalah itu secara lebih utuh; menghadapi masalah dengan perasaan yang lebih bening dan lebih rasional; menemukan penyelesaian yang memuaskan atas masalah yang dibahas; mendapat keberanian untuk mewujudkan penyelesaian itu dalam tindakan-tindakan konkret setelah konseling berakhir. Aspek tatap muka menunjuk pada periode waktu konseli/klien berhadapan muka dengan konselor serta berwawancara dengan konselor mengenai masalah yang dihadapinya. Aspek-aspek yang lain, yaitu komunikasi antarpribadi dan tanggapan-tanggapan konselor yang bersifat membantu, merupakan suatu konkretisasi dan perwujudan dari kedua aspek tersebut diatas. Proses konseling terwujud dalam komunikasi manusiawi antara konselor dan konseli/klien, dalam pertemuan tatap muka konselor menggunakan teknik-teknik tertentu, yang memperlancar komunikasi antarpribadi dan memungkinkan untuk akhirnya menemukan penyelesaian atas masalah yang sedang dibahas.⁷

⁷Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. 2007. Yogyakarta: Media Abadi. 37-38.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

2. Konseling Kelompok

Berikut ini definisi konseling kelompok oleh para tokoh: Menurut Latipun konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).⁸

Menurut George M. Gazda, ia memberikan definisi konseling kelompok, dalam bukunya *Group Counseling: A developmental approach* dan dikutip oleh Shertzer dan Stone dalam bukunya *Fundamentals Of Counseling* sebagai berikut; “Konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pemikiran dan perasaan secara leluasa orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai seluruh perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Semua ciri terapeutik itu diciptakan dan dibina dalam suatu kelompok kecil dengan

⁸Latipun. *Psikologi Konseling*. 2006. Malang: UMM Pres. 178

caramengemukakan kesulitan dan keprihatinan pribadi pada sesama anggota kelompok dan pada konselor. Konseli-konseli atau para klien adalah orang yang pada dasarnya tergolong orang normal, yang menghadapi berbagai masalah yang tidak memerlukan perubahan dalam struktur kepribadian untuk diatasi. Para konseli ini 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”.⁹

Menurut W.S. Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. Di dalam konseling kelompok terdapat dua aspek pokok yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang; demikian pula aspek pertemuan tatap muka karena yang berhadapan muka adalah sejumlah orang yang tergabung dalam kelompok, yang saling memberikan bantuan psikologis.¹⁰

Konseling kelompok mempunyai unsur terapeutik. Adapun ciri-ciri terapeutik dalam konseling kelompok adalah terdapat 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. Menurut Erle

⁹Ibid. 590

¹⁰Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* 2007. Yogyakarta: Media Abadi. 590.

M. Ohlsen dalam bukunya *Group Counseling: interaksi dalam kelompok konseling* mengandung banyak unsur terapeutik, yang paling efektif bila seluruh anggota kelompok:¹¹

- 1) Memandang kelompok bahwa kelompoknya menarik;
- 2) Merasa diterima oleh kelompoknya;
- 3) Menyadari apa yang diharapkan dari mereka dan apa yang mereka harapkan dari orang lain;
- 4) Merasa sungguh-sungguh terlibat;
- 5) Merasa aman sehingga mudah membuka diri;
- 6) Menerima tanggung jawab peranannya dalam kelompok;
- 7) Bersedia membuka diri dan mengubah diri serta membantu anggota lain untuk berbuat yang sama;
- 8) Menghayati partisipasi sebagai bermakna bagi dirinya;
- 9) Berkomunikasi sesuai isi hatinya dan berusaha menghayati isi hati orang lain;
- 10) Bersedia menerima umpan balik dari orang lain, sehingga lebih mengerti akan kekuatannya dan kelemahannya;
- 11) Mengalami rasa tidak puas dengan dirinya sendiri, sehingga mau berubah dan menghadapi tegangan batin yang menyertai suatu proses perubahan diri; dan
- 12) Bersedia menaati norma praktis tertentu yang mengatur interaksi dalam kelompok.

¹¹Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* 2007. Yogyakarta: Media Abadi. 591

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada beberapa individu yang tergabung dalam suatu kelompok kecil dengan mempunyai permasalahan yang sama (disebut klien) dan membutuhkan bantuan yang bermuara pada terselesaikannya masalah yang sedang dihadapi oleh segenap anggota kelompok.

3. Fungsi Konseling

a. Fungsi pemahaman

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu siswa agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Berdasarkan pemahaman ini, konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

b. Fungsi preventif

Yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya koselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya mencegahnya, supaya tidak dialami oleh konseli. Melalui fungsi ini konselor memberikan bimbingan kepada konseli tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan atau kegiatan yang membahayakan dirinya.

c. Fungsi pengembangan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa menciptakan lingkungan yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli.

d. Fungsi penyembuhan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Teknik yang digunakan adalah konseling dan *remedial teaching*.

e. Fungsi penyaluran

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan, atau program studi, dan memantapkan karier atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadian lainnya.

f. Fungsi adaptasi

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah dan staf, konselor dan guru untuk menyesuaikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan konseli.

g. Fungsi penyesuaian

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif

h. Fungsi perbaikan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli, sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan bertindak

(berkehendak).Konselor melakukan intervensi (memberikan perlakuan) terhadap konseli supaya memiliki pola pikir yang sehat, rasional dan memiliki perasaan yang tepat, sehingga dapat mengantarkan mereka kepada tindakan atau kehendak yang produktif dan normatif.

i. Fungsi fasilitator

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi selaras dan seimbang pada seluruh aspek dalam kehidupan konseli.

j. Fungsi pemeliharaan

Yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya.¹²

4. Tujuan Konseling Kelompok

Menurut literatur profesional mengenai konseling kelompok, sebagaimana tampak dalam karya Erle M.Ohlsen (1977) Don C. Dinkmeyer dan James J Muro (1979), serta Gerald Corey (1981) dapat ditemukan sejumlah tujuan umum dari pelayanan bimbingan dalam bentuk konseling kelompok sebagai berikut:¹³

¹²Asmani, Jamal Ma'ruf. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*.2010. Jogjakarta: Diva Press. 60-64.

¹³Asmani, Jamal Ma'ruf. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*.2010. Jogjakarta: Diva Press 592-593.

- a. Masing-masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
- b. Para konseli mengembangkan kemampuan komunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas untuk fase perkembangan mereka.
- c. Para konseli memperoleh kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antarpribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya.
- d. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka lebih sensitif terhadap kebutuhan psikologis dan perasaan sendiri.
- e. Masing-masing konseli menetapkan sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. 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.
- g. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati

orang lain. Dengan demikian, dia tidak merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dia yang mengalami ini dan itu.

- h. Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi yang demikian dimungkinkan, akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang yang dekat padanya.

5. Tahapan Konseling Kelompok

Tahapan konseling kelompok menurut model Nixon dan Glover, adalah sebagai berikut:¹⁴

a. Pembukaan

Diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antar pribadi (*working relationship*) yang baik, yang memungkinkan pembicaraan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah. Hal yang paling pokok adalah pembukaan pada awal proses konseling kelompok, bila kelompok saling bertemu untuk pertama kali. Mengingat jumlah pertemuan pasti lebih dari satu kali saja, pertemuan-pertemuan berikutnya juga memakai suatu pembukaan, tetapi caranya akan lain dibanding dengan pembukaan pada waktu saling bertemu untuk pertama kali.

- 1) Bila saling bertemu untuk pertama kali, para konseli disambut oleh konselor. Kemudian seluruh anggota kelompok saling memperkenalkan diri, dengan

¹⁴Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. 2007. Yogyakarta. Media Abadi. 607-613.

menyebutkan nama, umur, alamat, kelas, dan program studinya, serta menceritakan sedikit mengenai asal usulnya. Perkenalan ini sedikit banyak berfungsi sebagai basa-basi, supaya para konseli dapat sedikit menyesuaikan diri dengan situasi tegang. Kemudian mereka mendengarkan penjelasan yang diberikan oleh konselor, mengajukan pertanyaan tentang hal-hal yang belum jelas, dan menyatakan kerelaannya untuk mengikuti tatacara yang ditetapkan. Kemudian dilanjutkan konselor yang memperkenalkan diri dengan menyebutkan nama, umur, taraf pendidikan, dan lamanya berpengalaman dilapangan. Serta sedikit menceritakan tentang asal-usulnya. Setelah itu dia mempersilakan konseli memperkenalkan diri secara bergiliran. Lalu konselor memberikan rangkaian penjelasan yang diperlukan, dilanjutkan para konseli mengemukakan masalah yang mereka alami dengan materi pokok yang menjadi bahan diskusi.

2) Bila kelompok bertemu kembali untuk melanjutkan pembicaraan terdahulu, konselor menyambut kedatangan para konseli dan kemudian mengajak untuk melanjutkan diskusi bersama, setelah memberikan ringkasan tentang kemajuan kelompok sampai pada saat tertentu dalam proses konseling.

b. Penjelasan Masalah

Masing-masing konseli mengutarakan masalah yang dihadapi berkaitan dengan materi diskusi, sambil mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara bebas. Selama seorang konseli mengungkapkan apa yang dipandang perlu dikemukakan, konseli lainnya mendengarkan dengan sungguh-sungguh dan berusaha menghayati ungkapan pikiran dan perasaan temannya. Mereka dapat menanggapi ungkapan

teman dengan memberikan komentar singkat, yang menunjukkan ungkapan itu telah ditangkap dengan tepat. Karena konselor pada akhir pembukaan sudah memberikan kesempatan untuk berbicara menurut selarannya sendiri-sendiri, diharapkan para konseli akan dapat mengatasi rasa ragu-ragu membuka isi hatinya. Sambil seorang konseli mengungkapkan pikiran dan perasaannya, konselor pun ikut mendengarkan dengan seksama, membantu konseli itu untuk mengungkapkan diri dan menunjukkan pemahamannya serta penghayatannya, dengan menggunakan teknik-teknik pemantulan seperti Refleksi Pikiran dan Klarifikasi Perasaan. Bila mana konseli lain menanggapi ungkapan temannya dengan kata-kata yang kurang memadai, konselor membantu merumuskan dengan lebih tepat, dan meminta umpan balik kepada pembicara apakah memang itulah yang dimaksudkannya. Setelah semua konseli selesai mengungkapkan masalahnya menurut pandangannya sendiri-sendiri, konselor meringkas apa yang dikatakan konseli dan mengusulkan suatu perumusan masalah yang umum, yang mencakup semua ungkapan yang telah dikemukakan oleh para konseli. Perumusan umum tersebut ditawarkan kepada kelompok untuk diterima atau diubah seperlunya, sampai anggota menerima perumusan tersebut sebagai konkretisasi dari materi diskusi.

c. Penggalian Latar Belakang Masalah

Fase ini merupakan pelengkap dari fase penjelasan masalah, karena pada fase kedua masalah-masalah yang diungkapkan para klien belum menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi kehidupan masing-masing klien. Sehingga pada fase ini diperlukan penjelasan lebih detail dan

mendalam. Oleh karena itu, masing-masing dalam fase analisis kasus ini menambah ungkapan pikiran dan perasaan sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh konselor. Seperti pada fase kedua di atas, para konseli mendengarkan ungkapan yang telah diberikan oleh teman tertentu dan menanggapi ungkapan tersebut dengan memberikan komentar singkat, yang menunjukkan pemahamannya atau mohon penjelasan lebih lanjut dengan bertanya. Pada umumnya beberapa ungkapan yang lebih mendalam dan mendetail itu menciptakan suasana keterikatan dan kebersamaan (*cohesion*), sehingga mereka semakin bersedia untuk mencari penyelesaian bersama atas masalah yang dihadapi bersama. Pada fase terakhir ini, atas petunjuk konselor, para konseli menentukan keadaan diri yang didambakan, yaitu keadaan ideal yang akan ada setelah masalahnya terselesaikan.

d. Penyelesaian Masalah

Berdasarkan apa yang telah digali dalam fase analisis kasus, konselor dan para konseli membahas bagaimana persoalan dapat diatasi. Kelompok konseli selama ini harus ikut berpikir, memandang, dan mempertimbangkan, namun peranan konselor di institusi pendidikan dalam mencari penyelesaian permasalahan pada umumnya lebih besar. Oleh karena itu, para konseli mendengarkan lebih dahulu penjelasan konselor tentang hal-hal apa yang ditinjau dan didiskusikan. Kemudian dimantapkan kembali tujuan yang ingin dicapai bersama, selaras dengan keadaan ideal yang telah dirumuskan pada fase ketiga. Misalnya; “kelompok ingin dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik”. Setelah itu dibahas bersama dengan cara bagaimana

tujuan itu dapat dicapai. Dengan menetapkan sejumlah langkah-langkah untuk mewujudkan keinginan bersama tersebut.

Pada fase ini konselor harus mengarahkan arus pembicaraan dalam kelompok, sesuai dengan pendekatan yang telah ditetapkan

e. Penutup

Bilamana kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, proses konseling dapat diakhiri dan kelompok dibubarkan pada pertemuan terakhir. Bilamana proses konseling belum selesai, pertemuan yang sedang berlangsung ditutup untuk dilanjutkan pada lain hari:

- 1). Bilamana proses konseling sudah akan selesai, para konseli mendengarkan ringkasan yang diberikan oleh konselor tentang jalannya proses konseling dan melengkapinya kalau dianggap perlu.
- 2). Bilamana proses konseling belum selesai dan waktu untuk pertemuan kali ini sudah habis, konselor meringkas apa yang sudah dibahas bersama, menunjukkan kemajuan yang telah dicapai, dan memberikan satu-dua pertanyaan untuk dipikirkan selama hari-hari pertemuan berikutnya.

6. Konseling Kelompok dalam Perspektif Islam

Agama Islam datang ke permukaan bumi ini memiliki tujuan yang sangat prinsip atau mendasar, yaitu membimbing, mengarahkan, menganjurkan kepada manusia menuju jalan yang benar yaitu "Jalan Allah". Dengan jalan itulah manusia akan dapat hidup selamat dan bahagia di dunia hingga akhirat. Keselamatan dan

kebahagiaan tidak dapat diraih begitu saja dengan mudah, melainkan memerlukan perjuangan, pengorbanan dan upaya yang disiplin, terus-menerus dan totalitas dengan prinsip tolong-menolong dan penuh kasih-sayang.

A. Telaah Teks Psikologi Tentang Konseling Kelompok

1. Sampel Teks Tentang Konseling Kelompok

Menurut Latipun konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*)

Menurut W.S. Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. Di dalam konseling kelompok terdapat dua aspek pokok yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka.

2. Analisis Komponensial Teks Tentang Konseling Kelompok

Tabel 2.1:

Analisis Komponensial Teks Tentang Konseling Kelompok

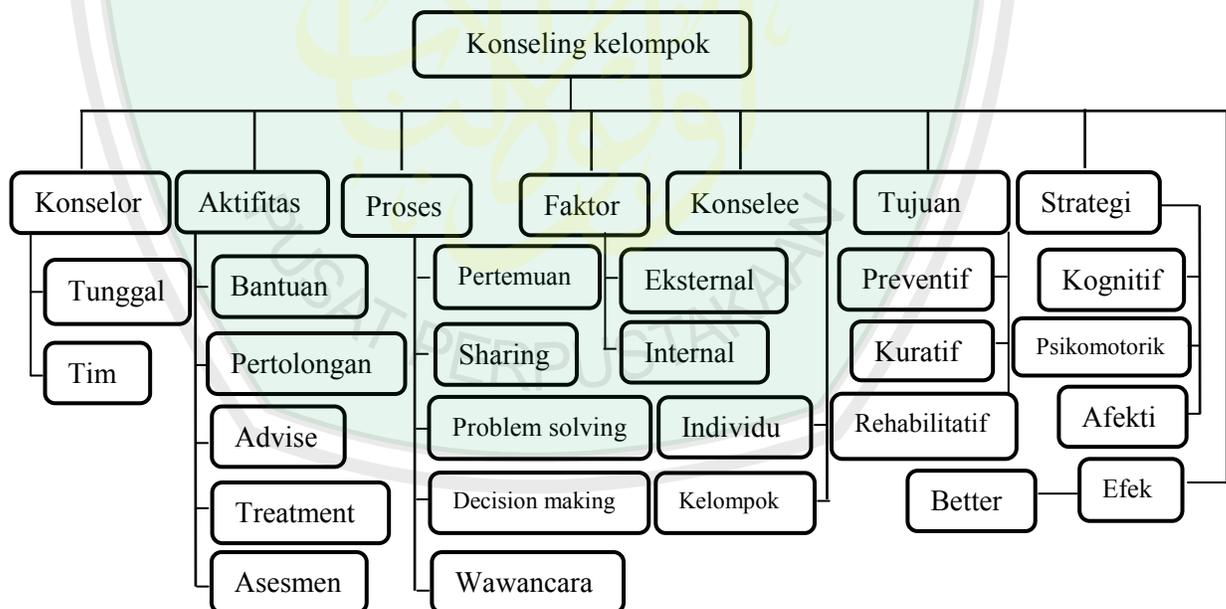
NO	Komponen	Deskripsi
1	Konselor	Individu & tim
2	Aktifitas	Bantuan, pertolongan, advise, treatment, asesmen
3	Proses	Pertemuan, sharing, problem solving, decision making,

		wawancara.
4	Faktor	Internal, eksternal
5	Konselee	Beberapa orang yang tergabung dalam kelompok (kecil, besar)
6	Tujuan	Preventif, Kuratif, Rehabilitatif
7	Strategi	Kognitif, Afektif, Psikomotorik
8	Efek	Better

1. Mind Map Konseling kelompok

Bagan2.1:

Mind Map Konseling Kelompok



Ket: sesuai dengan telaah pada beberapa teks psikologi yang disebutkan pada poin
Adan hasil konsultasi

B. Telaah Teks Al-Qur'an Dan Hadist Tentang Konseling Kelompok

1. Sampel Teks Tentang Konseling Kelompok

a. Ayat Pertama Q.S Yusuf: 47

تَأْكُلُونَ مِمَّا قَلِيلًا إِلَّا سُنْبُلَهُ فِي فِئْرِهِ حَصَدْتُمْ فَمَا دَابَّ أَسْنِينَ سَبْعَ تَرَعُونَ قَالَ

Yusuf berkata: "Supaya kamu bertanam tujuh tahun (lamanya) sebagaimana biasa; Maka apa yang kamu tuai hendaklah kamu biarkan dibulirnya kecuali sedikit untuk kamu makan.

- | | |
|--------------|-------------------------------|
| a. Konselor | : قال (يوسف) |
| b. Aktifitas | : قال ترعون، فما حصدتم فذروه: |
| c. Proses | : ترعون، حصدتم |
| d. Faktor | : مما تأكلون: |
| e. Konselee | : ترعون (انتم): |
| f. Tujuan | : ترعون، فذروه في سنبله: |
| g. Strategi | : ترعون: |
| h. Efek | : فما حصدتم....: |

b. Ayat kedua Q.S Maryam: 11

وَعَشِيًّا بُكْرَةً سَبَّحُوا أَنْ إِلَهُم فَأَوْحَى إِلَهُم مِّنَ الْمِحْرَابِ مِنْ قَوْمِهِ عَلَى خُرَجٍ

Maka ia keluar dari mihrab menuju kaumnya, lalu ia memberi isyarat kepada mereka; hendaklah kamu bertasbih di waktu pagi dan petang.

- | | |
|-------------|---------------|
| a. Konselor | : خرج (زكريا) |
|-------------|---------------|

- b. Aktifitas : أوحى، سبّحو
- c. Proses : أوحى
- d. Faktor : سبّحو
- e. Konselee : قومهم، إليهم
- f. Tujuan : سبّحو
- g. Strategi : سبّحو
- h. Efek : مفهوم

2. Analisis Komponensial Teks Tentang Konseling Kelompok

Tabel 2.2:

Analisis Komponensial Teks Islam Tentang Konseling Kelompok

NO	Komponen	Deskripsi
1	Konselor	يعقوب، يوسف، موسى، نبي، ابراهيم، زكريا
2	Aktifitas	قال، قل، وصي، أوحى
3	Proses	لاتقصص، ليجزني، فصبر جميل، لاياتيكم-كفرون، تزرعون، لاتدخلوا- ودخلوا، إن الله يأمركم...، إن الله قد بعث...، وصي-ما تعبدون من بعدى، فأوحى
4	Faktor	إخوتك-الشیطان، أن يأكله-غفلون، مماعلمني ربي، إن الحكم إلا لله، قال-إن الله يأمركم، قال لهم-قلوا، وصي، فأوحى إليهم
5	Konselee	يَا بَنِيَّ، أنتم، كم، لهم، إليهم
6	Tujuan	Preventif, kuratif, rehabilitatif

7	Strategi	لاتقصص، أن تذهبوا، تزرعون، لاتدخلوا- ودخلوا، إن الله يأمركم أن تدبجوا، سكينه، أن سبّحوا..
8	Efek	فما حسدتم... مفهوم وليس منطوق

B. Inventarisasi dan Tabulasi Teks Tentang Konseling Kelompok

Tabel 2.3:

Inventarisasi dan Tabulasi Teks Islam Tentang Konseling Kelompok

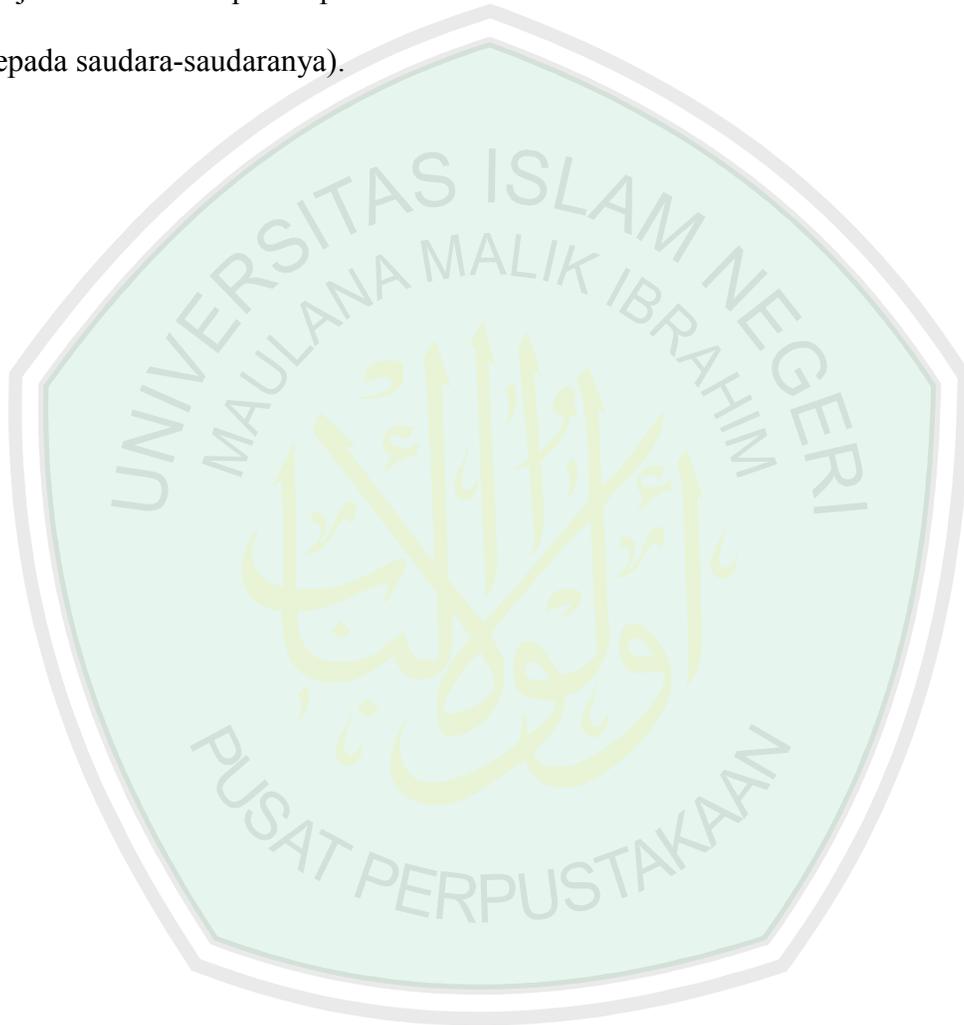
Term	Kategori	Teks Islam	Makna Teks	Substansi Psikologi	Sumber (Surah)	Σ
Konselor	Tunggal	يعقوب	Nama-nama utusan Allah, baik nabi atau rasul	Mempunyai criteria-kriteria menjadi konselor (bijaksana, berpengalaman dll)	12; 2; 3; 6	35
		يوسف			12; 6; 23	122
		ابراهيم			2; 3; 9; 37; 43	85
		زكريا			6; 17; 19; 21	6
		موسى			4; 7; 28; 20; 26; 79	62
	نبي	2; 3; 21; 33; 42; 6	500			
	Tim	اباءنا	Bapak-bapak		33; 56; 16; 43	57
Aktifitas	Bantuan	نصر	Bantuan	Konseling dan psikoterapi	3; 17; 8	16
	Pertolongan	نصر، إيا	Pertolongan		1; 2; 110; 44; 46	65
	Advise	قال	Berkata		2; 12	7
	Treatment	قُلْ	Katakanlah		3; 7; 49; 6	310
	Asesmen	قال	Berkata		2; 12	7
Proses	Pertemuan,	بلغ، لقاء	pertemuan	Asesmen	32; 39; 40; 41	23
	sharing	ليحزنني	menyedihkan ku		12	1
	Problemsolving	تزرعون	menanam		12	1
	decision	لاتدخلوا-	Jangan		12	1

	making	ودخلوا	masuk - masuklah			
	Wawancara	وصَيِّمَا تَعْبُدُونَ مِنْ بَعْدِي	Berwasiat – apa yang engkau sembah setelahku?		2; 4; 5	7
Faktor	Internal	تزرعون	Menanam	Internal	12	1
	eksternal	إِخْوَتِكَ- الشَّيْطَانِ	Saudaramu – syaitan	Eksternal	2; 9; 12; 33	17
Konselee		يَا بَنِيَّ، أَنْتُمْ، كُمْ، لَهُمْ، إِلَيْهِمْ	Wahai anak-anakku, kamu sekalian	Klien/ konselee	4; 5; 28; 33; 9; 42; 60	269
Tunggal	Preventif,	نَهَى	Mencegah	Prefentif	2; 3; 29; 9; 22	13
	Kuratif	داوَى	pengobatan	Kuratif		
Strategi	Kognitif,	لَا تَقْصُصْ	Jangan bercerita	IQ	12	1
	Afektif	سَكِينَةَ	Tenang	EQ	2	1
	Psikomotorik	سَبِّحُوا، أَنْ تَذَهَبُوا	Bertasbihlah, untuk pergi	Psikomotorik	2; 12	2
Efek	Better			Emosi stabil		
						1609

C. Rumusan Konseptual Teks Islam Tentang Konseling Kelompok

Konseling kelompok menurut Islam adalah suatu aktifitas pemberian nasehat atau masukan atau arahan dari seorang atau beberapa orang yang berpengalaman, bijaksana hingga dijadikan contoh (*uswah*), kepada beberapa orang, yang mana orang-orang tersebut diarahkan pada suatu keadaan yang lebih baik, baik secara lahiriah (ayat tentang krisis makanan pada zaman nabi yusuf) maupun batiniah, melalui beberapa strategi diantaranya wawancara (pertanyaan nabi ya'qub kepada anak-anaknya), problem solving (aturan tanam untuk menghadapi musim kemarau

dan krisis makanan pada zaman nabi yusuf), decision making (pemilihan untuk masuk melalui pintu yang mana oleh nabi ya'qub kepada anak-anaknya), saran (anjuran nabi Ya'qub kepada nabi Yusuf untuk tidak menceritakan mimpinya kepada saudara-saudaranya).



B. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial berasal dari dua kata, yaitu penyesuaian dan sosial. Kamus besar bahasa Indonesia menjelaskan bahwa kata penyesuaian berarti proses, cara, perbuatan menyesuaikan.¹⁵ Sedangkan kata sosial berarti berkenaan dengan masyarakat.¹⁶

Kamus psikologi menjelaskan bahwa penyesuaian sosial adalah penjalinan hubungan secara harmonis atau relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkahlaku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi masyarakat sosial.¹⁷ Seseorang di dalam perkembangan selanjutnya diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sesuai dengan perkembangan usia mereka sehingga ia mampu memikul tanggung jawab yang ada sesuai dengan usianya.¹⁸

Menurut Hurlock Penyesuaian sosial merupakan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap

¹⁵Tim penyusun kamus pusat pembinaan dan pengembangan bahasa. *Kamus besar bahasa Indonesia* (edisi kedua). Departemen pendidikan dan kebudayaan. 1996 Jakarta: Balai Pustaka. 931.

¹⁶Ibid. 958.

¹⁷Chaplin, j.p. *Kamus Lengkap Psikologi*. 2006. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 469.

¹⁸ Ibid. 287

orang yang tidak dikenal, sehingga sikap orang lain terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan.¹⁹

Menurut Schneiders penyesuaian sosial merupakan suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh kelompoknya. Jadi penyesuaian adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari diri sendiri maupun reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan.²⁰

Menurut Kartono penyesuaian sosial adalah adanya kesanggupan untuk mereaksi secara efektif dan harmonis terhadap realitas dan situasi sosial, dan bisa mengadakan relasi sosial yang sehat. Bisa menghargai individu lain dan menghargai hak-hak sendiri dalam masyarakat. Bisa bergaul dengan orang lain dengan jalan membina hubungan persahabatan yang kekal.²¹

Menurut Syamsu Yusuf penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi dan relasi.²²

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan individu untuk menjalin hubungan dengan individu lain pada umumnya dan pada kelompok pada khususnya secara harmonis.

¹⁹ Hurlock, B. Elizabeth. *Psikologi Perkembangan Anak I* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & zarkasih. 1978. Jakarta: Erlangga. 287

²⁰ Gunarsa, Singgih. *Psikologi Perkembangan*. 1988. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia. 89.

²¹ Kartini, Kartono. *Psikologi Sosial*. 1989. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 267

²² Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. 2006. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 198.

2. Faktor-Faktor Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock, faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:²³

a. Pola perilaku yang dikembangkan di rumah

Pola perilaku yang dikembangkan di rumah yang buruk akan menyebabkan kesulitan dalam penyesuaian diri dimasyarakat dan juga sebaliknya, perilaku sosial yang baik dirumah dalam penyesuaian sosial tidak ada hambatan.

b. Model perilaku untuk ditiru

Model perilaku yang baik untuk ditiru di rumah akan mempermudah penyesuaian di luar rumah.

c. Belajar

Belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberi motivasi dalam penyesuaian sosial.

d. Bimbingan orang tua untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik.

3. Kriteria Penyesuaian Sosial

Hurlock menyebutkan ada 4 kriteria penyesuaian sosial, yaitu:²⁴

a. Penampilan yang nyata

²³Yusuf, Syamsu. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. 2006. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 288.

²⁴Ibid. 287.

Perilaku sosial individu yang dinilai dengan standart kelompoknya, jika memenuhi harapan maka individu akan diterima sebagai anggota dalam kelompok. Bentuk dari penampilan nyata ini adalah aktualisasi diri, keterampilan menjalin hubungan antar manusia, dan kesediaan untuk terbuka pada orang lain.

Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi dan kemampuan yang ada pada dirinya serta kenyataan objektif di luar dirinya.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian ini adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab dan setia kawan.

Individu mempunyai sifat hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain. Individu yang mempunyai kesanggupan untuk bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik serta tindakannya bisa bersifat murni sehingga sanggup memperbaiki tindakan-tindakan yang tidak sesuai dengan berbagai kelompok sosial.

c. Sikap sosial

Individu dapat menunjukan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok. Maka individu

akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap ini adalah ikut dalam kegiatan sosial dalam masyarakat, empati dan ringan tangan.

Individu yang mampu menyesuaikan diri maka dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat menerima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan. Dapat bertindak sesuai norma yang dianut oleh lingkungannya, serta selaras dengan hak dan kewajibannya.

d. Kepuasan pribadi

Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan peran yang dimainkannya dalam situasi social baik sebagai pemimpin maupun anggota. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan dan percaya diri. Kemanapun dia pergi maka akan bertindak dinamis, luwes dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman, tidak dihantui oleh kecemasan dan ketakutan.

Individu yang mempunyai kepuasan pribadi secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak merasa tersisih dan kesepian.

4. Penyesuaian Sosial dalam Perspektif Islam

Agama Islam, di dalamnya tidak hanya mengatur hubungan antara individu dengan Tuhannya tetapi juga mengatur bagaimana individu berhubungan dengan

lingkungannya hingga masalah teknis. Hal ini dapat dibuktikan pada beberapa ayat yang semakna dengan indikator-indikator penyesuaian sosial menurut Elizabeth B. Hurlock, yang dapat dilihat dalam table berikut:

Tabel 2.4:

Inventarisasi Ayat Penyesuaian Sosial

Dimensi	Indikator perilaku	Surat
Penampilan yang nyata	aktualisasi diri	Q.S Al-Jumu'ah 10
	keterampilan menjalin hubungan antar manusia	Q.S Al-Hujurat 9-13
	kesediaan terbuka pada orang lain	Q.S Al-Fussilat 34
Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok	bekerjasama dengan kelompok	Q.S Al-Mujadilah 11
	Tanggung jawab	Q.S An-Nahl 59
	Setia kawan	Q.S Al-Anfal 63
Sikap sosial	Menyukai kegiatan sosial dalam masyarakat	Q.S An-Nisa 36
	Mempunyai rasa empati yang tinggi	Q.S Maryam 42 Q.S At-Taubah 114 Q.S Al-Baqoroh 271
Kepuasan pribadi	Mempunyai kehidupan yang bermakna dan terarah	Q.S Al-Baqoroh 153 & 156 Q.S Al-Haqqoh 20
	Terampil	Q.S Al-Jumu'ah 10
	Percaya diri	Q.S Taahaa 19-21

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence* berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 1991). Pandangan ini didukung oleh Piaget (Hurlock, 1991) yang mengatakan bahwa secara psikologis, remaja adalah usia di mana individu terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Memasuki masyarakat dewasa ini mengandung banyak aspek afektif, lebih atau kurang dari usia pubertas.

Masa remaja, menurut Mappiare (1982) berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 sampai 17/18 tahun adalah remaja awal dan usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun yaitu remaja akhir. Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun dan bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya (Hurlock, 1991). Pada usia ini umumnya anak sedang duduk dibangku sekolah menengah.

Remaja juga sedang mengalami perkembangan pesat pada aspek intelektual. Transformasi intelektual dari cara berpikir remaja ini memungkinkan mereka tidak

hanya mampu mengintegrasikan dirinya kedalam masyarakat dewasa, tapi juga merupakan karakteristik yang paling menonjol dari semua periode perkembangan (Shaw dan Costanzo, 1985). Fase remaja merupakan fase perkembangan yang amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik.

Perkembangan intelektual yang terus-menerus menyebabkan remaja mencapai tahap berpikir operasional formal. Tahap ini memungkinkan remaja mampu berpikir secara lebih abstrak, menguji hipotesis dan mempertimbangkan apa saja peluang yang ada padanya dari pada sekedar melihat apa adanya. Kemampuan intelektual seperti ini yang membedakan fase remaja dari pada fase-fase sebelumnya (Shaw dan Costanzo, 1985).²⁵

2. Ciri-Ciri Fase Remaja

Adapun ciri-ciri fase remaja menurut Zulkifli L adalah sebagai berikut:²⁶

a. Pertumbuhan fisik

Pertumbuhan fisik mengalami perubahan dengan cepat, lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Untuk mengimbangi pertumbuhan yang cepat, remaja membutuhkan makan dan tidur yang lebih banyak. Dalam hal ini kadang-kadang orang tua tidak mau mengerti, dan marah-marah bila anaknya terlalu banyak makan dan terlalu banyak tidurnya. Perkembangan

²⁵Ali, Muhammad dan Muhammad Asrori. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. 2004. Jakarta: PT Bumi Aksara. 9-10

²⁶L. Zulkifli. *Psikologi Perkembangan*. 2000. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 65-67

fisik mereka jelas terlihat pada tungkai dan tangan, tulang kaki dan tangan, otot-otot tubuh berkembang pesat, sehingga anak kelihatan tubuh tinggi, tetapi kepalanya masih mirip dengan anak-anak.

b. Perkembangan seksual

Seksual mengalami perkembangan yang kadang-kadang menimbulkan masalah dan menjadi penyebab timbulnya perkelahian, bunuh diri dan sebagainya. Tanda-tanda perkembangan seksual pada anak laki-laki diantaranya: alat produksi spermanya mulai memproduksi, ia mengalami masa mimpi yang pertama, yang tanpa sadar mengeluarkan sperma. Sedangkan pada anak perempuan bila rahimnya sudah bisa dibuahi karena ia sudah mendapatkan menstruasi (datang bulan) yang pertama.

Ciri-ciri lain yang ada pada anak laki-laki ialah pada lehernya yang menonjol buah jakun yang membuat nada suaranya menjadi pecah. Sehubungan dengan hal itu, bila orang tua, kakak-kakaknya menggodanya, bisa menjadi masalah bagi anak itu. Kemudian di atas bibir dan di sekitar kemaluannya mulai tumbuh bulu-bulu (rambut). Sedangkan pada anak perempuan, karena produksi hormon dalam tubuhnya, di permukaan wajahnya bertumbuhan jerawat. Bila gadis yang sedang jerawat diejek, bisa juga menimbulkan masalah. Selain tanda-tanda itu terjadi penimbunan lemak yang membuat buah dadanya mulai tumbuh, pinggulnya mulai melebar, dan pahanya membesar. Bila hal ini terjadi lebih cepat atau lebih lambat, juga bisa menimbulkan masalah bagi anak itu.

c. Cara berpikir kausalitas

Ciri ketiga ialah cara berpikir kausalitas, yaitu menyangkut hubungan sebab dan akibat. Misalnya remaja duduk di depan pintu, kemudian orang tua melarangnya sambil berkata “pantang” (suatu alasan yang biasa diberikan orang-orang tua di Sumatra secara turun-temurun). Andaikan yang dilarang itu anak kecil, pasti ia akan menuruti perintah orang tuanya; tetapi remaja yang dilarang itu akan mempertanyakan mengapa ia tidak boleh duduk di depan pintu. Bila orang tua tidak mampu menjawab pertanyaan anaknya itu, dan menganggap anak yang dinasehati itu melawan, lalu ia marah kepada anaknya, maka anak yang menginjak remaja itu pasti akan melawannya. Sebab anak itu merasa dirinya sudah berstatus remaja, sedangkan orang tua suka memperlakukannya sebagai anak-anak yang bisa dibodoh-bodohi. Guru juga akan mendapat perlawanan bila ia tidak mengerti cara berpikir remaja yang kausalitas.

Remaja sudah mulai berpikir kritis sehingga ia akan melawan bila orang tua, guru, lingkungan, masih menganggapnya anak kecil. Bila guru dan orang tua tidak memahami cara berpikir remaja, akibatnya timbullah kenakalan remaja berupa perkelahian antarpelajar yang sering terjadi dikota-kota besar.

d. Emosi yang meluap-luap

Keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungannya dengan keadaan hormon. Suatu saat ia bisa sedih sekali, dilain waktu ia bisa marah sekali. Hal ini terlihat pada remaja yang baru putus cinta atau remaja yang tersinggung perasaannya karena, misalnya, dipelototi. Kalau sedang senang-senang mereka mudah lupa diri

karena tidak mampu menahan emosi yang meluap-luap itu, bahkan remaja mudah terjerumus ke dalam tindakan tidak bermoral, misalnya remaja yang sedang asyik berpacaran bisa terlanjur hamil sebelum dinikahkan, bunuh diri karena putus cintanya, membunuh orang karena marah, dan sebagainya. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka dari pada pikiran yang realistis.

e. Mulai tertarik kepada lawan jenisnya

Secara biologis manusia terbagi atas dua jenis, yaitu laki-laki dan perempuan. Dalam kehidupan sosial remaja, mereka mulai tertarik kepada lawan jenisnya dan mulai berpacaran. Jika dalam hal ini orang tua kurang mengerti, kemudian melarangnya, akan menimbulkan masalah, dan remaja akan bersikap tertutup terhadap orang tuanya.

Secara biologis anak perempuan lebih cepat matang dari pada anak laki-laki. Gadis yang berusia 14 sampai dengan 18 lebih cenderung untuk tidak merasa puas dengan perhatian pemuda yang seusia dengannya. Karena itu ia akan tertarik kepada pemuda yang usianya berapa tahun di atasnya. Keadaan ini terus berlangsung sampai ia duduk dibangku kuliah. Pada masa itu akan terlihat pasangan muda-mudi yang pemudanya berusia lebih tua dari pada gadisnya.

f. Menarik perhatian lingkungan

Pada masa ini remaja mulai mencari perhatian dari lingkungannya, berusaha mendapatkan status dan peranan seperti kegiatan remaja yang di kampung-kampung yang diberi peranan. Misalnya mengumpulkan dana atau sumbangan kampung, pasti

ia akan melaksanakannya dengan baik. Bila tidak diberi peranan, ia akan melakukan perbuatan untuk menarik perhatian masyarakat, bila perlu melakukan perkelahian atau kanakalan lainnya. Remaja akan berusaha mencari peranan di luar rumah bila orang tua tidak memberi peranan kepadanya karena menganggapnya sebagai anak kecil.

g. Terikat dengan kelompok

Remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik kepada kelompok sebayanya sehingga tidak jarang orang tua dinomorduakan sedangkan kelompoknya dinomorsatukan. Orang tua yang kurang mengerti pasti akan marah karena ia sendiri yang memberi makan, membesarkan, membiayai sekolahnya, tetapi tidak dituruti omongannya bahkan dinomorduakan oleh anaknya yang lebih menurut kepada kelompoknya. Apa-apa yang diperbuatnya ingin samadengan anggota kelompok lainnya, kalau tidak sama ia akan merasa turun harga dirinya dan menjadi rendah diri. Dalam pengalaman pun mereka berusaha untuk berbuat sama, misalnya berpacaran, berkelahi, dan mencuri. Apa yang dilakukan pimpinan kelompok ditirunya, walaupun yang dilakukan itu tidak baik. Ini terjadi karena mereka itu kagum akan kualitas dan pribadi pimpinan kelompoknya sehingga ia loyal kepada pimpinan kelompoknya.

Sedangkan menurut Hurlock, bahwa ciri-ciri fase remaja sama seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, fase remaja

mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode perkembangan sebelum dan sesudahnya, ciri-ciri tersebut adalah sebagai berikut.²⁷

1) Fase remaja sebagai periode yang penting

Ada beberapa fase perkembangan yang lebih penting dari pada fase-fase lainnya. karena berakibat langsung pada perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Pada fase ini baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada fase yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada fase remaja kedua-duanya sama-sama penting.

Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal fase remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

2) Fase remaja sebagai periode peralihan

Periode peralihan merupakan masa dimana beralihnya dari satu fase menuju ke fase berikutnya atau fase anak-anak beralih ke fase dewasa. Seperti dijelaskan oleh Osterrieth, “Struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umum dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah pada akhir masa kanak-kanak”.

²⁷Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi ke lima). 1996. Terj oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga. 207-209.

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan pada fase ini remaja bukan lagi seorang anak dan bukan seorang dewasa.

3) Fase remaja sebagai periode perubahan

Tingkat dan perubahan perilaku selama fase remaja dengan tingkat perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Jika perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun. Ada lima perubahan yang sama yang hampir bersifat universal, yaitu:

- 1) Meningkatnya emosi
- 2) Perubahan tubuh
- 3) Perubahan minat dan peran yang diharapkan kelompok sosial
- 4) Berubahnya minat dan pola perilaku
- 5) Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan

4) Fase remaja sebagai usia bermasalah

Masalah pada fase remaja sering menjadi masalah yang sulit untuk diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan tersebut. Pertama sepanjang masa kanak-kanak, masalah kanak-kanak diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga

mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan dari orang tua dan guru.

5) Fase remaja sebagai masa mencari identitas

Pada awal fase remaja, penyesuaian diri dengan standar kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-temannya dalam segala hal.

6) Fase remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Seperti ditunjukkan oleh Majeres “banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai dan sayangnya banyak yang diantaranya bersifat negatif”. Anggapan stereotip budaya bahwa masa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja menjadi takut bertanggung jawab dan bersikap simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

7) Fase remaja sebagai fase yang tidak realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

8) Fase remaja sebagai ambang dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meinggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Oleh karena itu mereka mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunkan obat-obatan dan terlibat dalam pergaulan bebas. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

Adapun tugas-tugas perkembangan fase remaja menurut Hurlock:²⁸

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis
- d. Mencapai kemandirian emosional
- e. Mencapai kemandirian ekonomi
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua

²⁸Ali, Muhammad dan Muhammad Asrori. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. 2004. Jakarta: PT Bumi Aksara. 10.

- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa
- i. Mempersiapkan untuk memasuki perkawinan
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

D. Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial

Perjalanan kehidupan setiap individu akan melewati beberapa fase perkembangan yang akan dilalui oleh setiap individu. Salah satu fase tersebut adalah fase remaja, yang mana pada fase ini remaja sebagai individu yang sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*). Yaitu berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan tersebut, remaja memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya dan lingkungannya, juga pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Di samping terdapat suatu keniscayaan bahwa proses perkembangan individu tidak selalu berlangsung secara mulus atau steril dari masalah. Dengan kata lain, proses perkembangan itu tidak selalu berjalan dalam alur yang linier, lurus atau searah dengan potensi, harapan dan nilai-nilai yang dianut, karena banyak faktor yang menghambatnya. Faktor penghambat tersebut bisa bersifat internal maupun bersifat eksternal dari setiap individu.

Remaja sebagai individu yang sedang berada dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*) dapat dipastikan memiliki masalah, namun kompleksitas permasalahan tersebut akan berbeda-beda pada satu individu dengan individu lainnya. Menurut Tohirin ada beberapa permasalahan yang dihadapi oleh remaja, yang dalam hal ini remaja sebagai peserta didik atau siswa di sebuah institusi pendidikan. Beberapa masalah tersebut diantaranya: pertama, perkembangan individu. Kedua, perbedaan individu dalam hal: kecerdasan, kecakapan, hasil belajar, bakat, sikap, kebiasaan, pengetahuan, kepribadian, cita-cita, kebutuhan, minat, pola-pola dan tempo perkembangan, ciri-ciri jasmaniah dan latar belakang lingkungan. Ketiga, kebutuhan individu dalam hal: memperoleh kasih sayang, memperoleh harga diri, memperoleh penghargaan yang sama, ingin dikenal memperoleh prestasi dan posisi, untuk dibutukan orang lain, merasa bagian dari kelompok rasa aman dan perlindungan diri, dan untuk memperoleh kemerdekaan diri. Keempat, penyesuaian diri dan tingkah laku. Kelima, masalah belajar. Pendapat lain, Menurut M. Hamdan Bakran adz-dzaky mengklasifikasikan masalah individu termasuk siswa, sebagai berikut: pertama, masalah yang berhubungan problematika individu dengan Tuhannya. Kedua, masalah individu dengan dirinya sendiri. Ketiga, Individu dengan lingkungannya keluarga. Keempat, individu dengan lingkungan kerja. Kelima, individu dengan lingkungan sosialnya.²⁹

²⁹Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. 2007. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada. 111-112.

Konseling kelompok merupakan tempat bersosialisasi dengan anggota kelompok dimana masing-masing anggota kelompok akan memahami dirinya dengan baik.

Konseling kelompok pada hakekatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya.

Penelitian eksperimen Wenny Dwi Puspandari, pengaruh konseling kelompok terhadap penyesuaian sosial remaja penyandang cacat fisik. menunjukkan bahwa terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap penyesuaian sosial remaja penyandang cacat fisik. Dalam penelitian ini konseling kelompok berpengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja penyandang cacat fisik melalui informasi mengenai keterampilan sosial, *role-play*, dukungan (dukungan sosial), dan ekspresi perasaan melalui *sharing* dan katarsis. Dukungan dan ekspresi perasaan tersebut menimbulkan perasaan belonging, rasa percaya diri, merasa mampu dan berharga bagi orang lain. Perubahan perasaan yang positif dan *role-play* serta informasi

mengenai keterampilan sosial tersebut mengakibatkan meningkatnya penyesuaian sosial pada subyek penelitian.³⁰

Menurut Latipun Konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).³¹

Menurut W.S. Winkel konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam suatu kelompok kecil. Di dalam konseling kelompok terdapat dua aspek pokok yaitu aspek proses dan aspek pertemuan tatap muka. Aspek proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang, demikian pula aspek pertemuan tatap muka karena yang berhadapan muka adalah sejumlah orang yang tergabung dalam kelompok, yang saling memberikan bantuan psikologis.³²

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban sementara terhadap perumus suatu masalah, tujuan dari hipotesis ini adalah sebagai tuntutan sementara dalam penelitian

³⁰ Puspendari, Wenny Dwi. Skripsi. *Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja Penyandang Cacat Fisik*. 2008. Dipetik dari: <http://adln.lib.unair.ac.id>. Pada 5 September 2010.

³¹ Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Pres. 178

³² Winkel, W.S. dan M.M. Srihastuti. 2007 *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* Yogyakarta: Media Abadi. 590.

untuk diuji kebenarannya sehingga dapat diperoleh jawaban yang sebenarnya sesuai dengan teori yang ada.

H_a: terdapat pengaruh antara pemberian konseling kelompok terhadap meningkatnya penyesuaian sosial

