

Pelayanan Konseling Kelompok Dalam Menangani Kasus Bullying

Izzati Wahyuningtyas¹, Luluk Fitriya Ayu², Nafilah Rafidah³, Widha auranisha⁴

¹Program Studi Bimbingan Konseling dan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Surabaya.

*Penulis koresponden, e-mail: 04040320088@student.uinsby.ac.id

Abstract: This discussion discusses about group counseling services in dealing with bullying cases. Bullying is a negative action physically or verbally that shows a hostile attitude, causing stress for the victim, repeated within a certain period of time and involving differences in strength between the perpetrator and the victim. group counseling becomes an alternative to prevent cases of bullying in the community. The subject of the discussion that I use is to use reference sources, both from electronic books and scientific works sourced from the internet. The research method we use is a qualitative method where we use the discussion of the figures we find in ebooks and scientific works. The results of the method we use, namely revealing the definition of bullying, the meaning of Group Counseling, Factors that affect group counseling, structures and stages as well as the manifestation of functions and goals resulting from the existence of group counseling.

Keywords: Bullying and Group Counseling

Abstrak: Pada Pembahasan kali ini membahas tentang pelayanan konseling kelompok dalam menangani kasus bullying. Bullying merupakan suatu tindakan negatif secara fisik atau lisan yang menunjukkan sikap permusuhan, sehingga menimbulkan stres bagi korbannya, berulang dalam kurun waktu tertentu dan melibatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korbannya. Dengan adanya Konseling kelompok menjadi suatu alternatif untuk mencegah kasus bullying di lingkungan masyarakat. Subjek pembahasan yang saya gunakan yaitu memanfaatkan sumber-sumber referensi Baik dari Buku elektronik dan karya ilmiah yang di bersumber dari internet metode penelitian yang kami gunakan adalah metode kualitatif dimana kami memanfaatkan bahasan dari Tokoh-tokoh yang kami temukan di Ebook maupun Karya Ilmiah. Hasil dari metode yang kami gunakan, yaitu mengungkap definisi bullying, artian Konseling Kelompok, Faktor-faktor yang mempengaruhi konseling Kelompok, Struktur-struktur dan Tahap-tahap serta manifestasi fungsi dan tujuan yang dihasilkan dari adanya konseling kelompok tersebut.

Kata kunci: Bullying dan Konseling Kelompok.

PENDAHULUAN

Dalam Perkembangan zaman ini, dimana perkembangan di berbagai aspek mulai meningkat. Baik dari segi teknologi, pendidikan, politik dan lain-lain. membuat pembaharuan dalam berbagai aspek contohnya, adanya konseling kelompok yang menjadi salah-satu bagian dalam praktik konseling. adanya konseling kelompok ini diyakini bisa mengatasi berbagai macam problematika

yang dialami kelompok. Seperti maraknya kasus bullying yang kerap kali terjadi. Saat ini dunia pendidikan sering kali diberitakan akan kasus perundungan atau bullying, dan telah banyak siswa yang menjadi korbannya. Tindakan tersebut seringkali membuat siswa yang menjadi korban, merasa tertekan bahkan mereka tak ingin lagi masuk sekolah dan dampak terparahnya ialah hingga membuat siswa yang menjadi korban tersebut depresi. Tidak hanya di lingkungan sekolah saja tetapi terjadi juga di lingkungan masyarakat. Konseling kelompok ini diharapkan menjadi pilar dari disiplin ilmu konseling yang mampu menangani segala permasalahan para konseli. Diharapkan pula konseling kelompok dapat menjadi pemecah dan penyembuh serta memberikan pengarahan bagi konseli khususnya korban bullying. Bullying adalah pengalaman yang terjadi ketika seseorang merasa teraniaya oleh tindakan orang lain, sedangkan victim merasa tidak berdaya untuk mencegah perilaku bullying yang dialami. Sejumlah besar penelitian telah dilakukan pada bullying tradisional. Bullying didefinisikan sebagai perilaku agresif atau “kerusakan” yang sengaja dilakukan oleh satu orang atau kelompok, dilakukan dengan cara berulang dan melibatkan perbedaan kekuatan dan kekuasaan. (Nansel, Overpeck, Pilla et al., 2001: Hinduja & Patchin, 2010)¹.

Komisi perlindungan anak Indonesia (KPAI) mencatat bahwa dalam kurun waktu 9 tahun dari 2011 sampai 2019, ada 37.381 pengaduan kekerasan terhadap anak. Untuk Bullying baik di pendidikan maupun sosial media, angkanya mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat.² Rata-rata penyebab dari kasus bullying yaitu kurangnya kontrol sosial masyarakat yang berubah menjadi agresif, kemudian tontonan kekerasan di media sosial, adanya sifat tidak suka terhadap orang lain, dan adanya dendam terhadap orang lain. Melihat maraknya kasus bullying yang sangat meningkat perlu adanya pelayanan konseling kelompok untuk menangani kasus bullying.

Pelayanan konseling kelompok merupakan suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya³. Pelayanan konseling kelompok juga merupakan salah satu bagian kegiatan dalam pelayanan bimbingan dan konseling, pelayanan konseling kelompok sering digunakan oleh konseli dalam menyelesaikan masalah konselor salah satunya kasus bullying karena lebih efektif dan efisien.

¹Karyanti, Aminudin, 2019, *Cyberbullying dan Body Shaming*, (K-Media: Jakarta), h. 1

² Tim Kpai, 2020, *Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak Diawal 2020*, <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai> (diakses pada tanggal 2 Juni 2021)

³Namora Lumongga Lubis Hasnida, 2016, *Konseling Kelompok*, (Kencana: Jakarta), h. 19

TINJAUAN PUSTAKA

Istilah bullying berasal dari kata “bull” yang memiliki arti sebagai banteng yang suka menyeruduk ke sana ke sini. Kata bullying yang merupakan kata serapan dari bahasa Inggris yang dalam bahasa Indonesia disebut sebagai “bully” dengan maknanya yaitu ancaman kuat atau sangat kuat dari pihak tertentu yang diperuntukkan bagi pihak yang lemah. Secara etimologi, kata bully bermakna sebagai penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Tidak hanya itu, menurut pengertian bullying juga dikemukakan oleh beberapa orang, di antaranya adalah Craig dan Pepler (1998) pada karya ilmiah yang berjudul *Observations of Bullying and Victimization in the School Yard* yang mendefinisikan bullying sebagai suatu tindakan negatif secara fisik atau lisan yang menunjukkan sikap permusuhan, sehingga menimbulkan stres bagi korbannya, berulang dalam kurun waktu tertentu dan melibatkan perbedaan kekuatan antara pelaku dan korbannya.⁴

Berdasarkan buku berjudul “*The Bully, The Bullied, and The Bystander*”, karya Barbara Coloroso dikemukakan bahwa terdapat empat jenis dari perilaku bullying, yaitu⁵ :

1. Bullying Fisik

Bullying fisik merupakan suatu tindakan kekerasan yang dilakukan kepada seseorang atau kelompok dengan cara menyerang anggota fisik korban. Contohnya adalah memukul, mencakar, menarik rambut, menggigit, mencekik, serta menendang.

2. Bullying Verbal

Kekerasan verbal pada umumnya sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Kekerasan ini menggunakan perkataan sebagai media dalam melakukan bullying, contohnya dapat berupa mengejek, memberikan kritik yang kejam, penghinaan, pernyataan yang bernuansa seksual, serta gosip.

3. Bullying Relasional

Seperti namanya yaitu relasional yang berarti bentuk bullying ini akan menyerang hubungan atau relasi terhadap korban. Penindasan ini dilakukan dengan cara menjatuhkan harga diri korban, pengucilan, serta penghindaran. Perilaku yang menandai terjadinya bullying relasional meliputi pandangan agresif, helaan napas, tawa mengejek, cibiran, dan bahasa tubuh yang kasar.

4. Cyber Bullying

Di era globalisasi ini yang mana kemajuan teknologi, internet, serta sosial media semakin berkembang. Hal ini memicu terjadinya cyber bullying yang semakin mudah untuk dilakukan. Perilaku bullying ini dapat dikenali melalui beberapa hal seperti memberikan komentar jahat

⁴ W. M. Craig dan D. J. Pepler, *Observations of Bullying and Victimization in the School Yard*. Canadian Journal Of School Psychology. Vol. 2, No. 13, (1998), h.41-59

⁵ B. Coloroso, *The Bully, The Bullied, and The Bystander*. (New York: Harper Collins, 2007)

pada suatu postingan di sosial media, mengirimkan pesan berisi perkataan kasar, serta menyebarkan video yang bertujuan memalukan si korban dan disebarluaskan (happy slapping).

Dalam karya tulis ilmiah berjudul Pelaksanaan Program Anti Bullying Teacher Empowerment yang ditulis oleh Asdrian Ariesto pada tahun 2009, bahwa tindakan bullying terjadi bukan tanpa alasan, melainkan ada faktor-faktor pendukung yang membuat tindakan ini dapat terjadi berupa⁶ :

1. Keluarga

Keluarga yang bermasalah umumnya cenderung menghasilkan anak-anak yang melakukan tindakan bullying. Anak akan mempelajari konflik yang terjadi pada orang tuanya lalu diterapkan terhadap teman-temannya.

2. Sekolah

Ketentuan sekolah yang kurang ketat terhadap kasus bullying akan memberikan sinyal kepada siswa bahwa perilaku bullying bukanlah hal yang salah. Hal ini akan menjadikan siswa sebagai individu yang menganggap lumrah perilaku bullying.

3. Kelompok Sebaya

Interaksi yang terjadi pada anak-anak kadang kala memicu terjadinya perilaku bullying. Anak yang senang melakukan bullying akan mempengaruhi anak lainnya yang berteman baik dengan dia untuk ikut melakukan bullying.

4. Kondisi Lingkungan Sosial

Salah satu faktor lingkungan yang menyebabkan perilaku bullying adalah kemiskinan. Mereka yang hidup dalam kekurangan akan melakukan apa saja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, hal ini menyebabkan adanya kasus pemalakan yang dilakukan baik di lingkungan sekitar maupun di sekolah.

5. Media Informasi

Media yang awalnya bertujuan untuk menyebarkan informasi dan membangun relasi seringkali disalahgunakan oleh pihak tertentu untuk melakukan hal negatif, hal negatif inilah yang kemudian ditiru oleh penonton sehingga dapat memicu terjadinya kasus bullying.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel jurnal Pelayanan Konseling Kelompok dalam Menangani Kasus Bullying yaitu menggunakan metode pendekatan Deskriptif kualitatif.

⁶ A. Ariesto, *Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment*. Skripsi, Universitas Indonesia, Ilmu Kesejahteraan Sosial, Jakarta, (2009).

Metode deskriptif kualitatif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas (Sugiyono, 2005: 21). Penelitian deskriptif kualitatif adalah sebuah penelitian yang lebih luas dalam penggunaan data-datanya. Maksud “luas” dalam hal ini artinya lebih condong pada analisa yang panjang dari ujung awal sampai akhir. Penyelesaian dalam metode penelitian deskriptif inilah yang menyebabkan seseorang harus mempunyai komitmen yang kuat dari teori sampai ketika terjun di lapangan (Hidayat, 2010).

Penyusun dalam penelitian ini menggunakan teknik penelitian perpustakaan, yakni mengamati berbagai literatur yang berhubungan dengan pokok permasalahan yang diangkat baik itu berupa buku, makalah, jurnal ataupun tulisan yang sifatnya membantu. Teknik analisis data menggunakan sumber-sumber buku yang relevan terkait tentang pelayanan konseling kelompok dalam menangani kasus bullying disini peneliti menelaah sehingga menghasilkan data dan informasi.

PEMBAHASAN

Untuk mencapai tujuan dalam konseling kelompok, maka konselor perlu memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses konseling. Yalom (Latipun, 2001) disebut sebagai faktor kuratif. Faktor faktor tersebut antara lain: membina harapan, universalitas, pemberian informasi altruisme, sosialisasi korektif keluarga primer, pengembangan teknik, tingkah laku, belajar menjalin hubungan interpersonal, kohesivitas kelompok. katarsis dan faktor-faktor eksistensial Berikut ini adalah penjelasannya

1. Membina harapan

Harapan akan menimbulkan perasaan optimis pada diri klien untuk dapat menyelesaikan masalahnya. Melalui harapan, klien akan belajar memahami dan mengembangkan kemampuan/potensi yang dimiliki oleh keterlibatan dalam kelompok juga akan menguatkan semangat klien untuk saling membantu mewujudkan tujuan bersama yang ingin dicapai.

2. Universalitas

Universalitas akan mengurangi tingkat kecemasan klien karena mengetahui bahwa bukan hanya dirinya yang memiliki masalah. Teman-teman satu kelompoknya juga memiliki masalah walaupun lam dimensi yang berbeda. Untuk itu memberikan pemahaman pada klien bahwa permasalahan adalah hal yang wajar dalam kehidupan yang sangat dibutuhkan agar klien tertantang untuk mengatasi masalah tersebut.

3. Pemberian informasi

Informasi dapat diperoleh melalui pimpinan kelompok (konselor) maupun dari anggota kelompok lain. Informasi ini meliputi pengalaman dari anggota kelompok. pemecahan

masalah yang ditawarkan oleh konselor atau anggota kelompok dan hal yang bermakna bagi kehidupan klien.

4. Altruisme

Altruisme mengecildpada memberi dan menerima Klien yang merasa bahwa kelompoknya telah memberikan banyak masuk dan bermanfaat pada dirinya selama menjalani proses konseling akan melakukan hal yang sama terhadap anggota kelompoknya hal ini akan mendorong terjadinya umpan balik antar anggota.

5. Pengulangan korektif keluarga primer

Pengulangan korektif keluarga primer dimaksudkan untuk menjalin kedekatan hubungan kedekatan emosional antar anggota dan konselor. Masing-masing klien diharapkan dapat merasa sebagai satu keluarga yang saling mendukung dan memberi perhatian layaknya hubungan saudara. Hal ini lambat laun akan dipelajari oleh anggota kelompok sehingga dapat mencoba perilaku baru dalam berhubungan dengan orang lain.

6. Pengembangan sosialisasi Teknik sosialisasi

Berhubungan dengan cara anggota kelompok menjalin hubungan interpersonal Masing-masing anggota belajar untuk dapat mengkomunikasikan teknik keinginannya dengan tepat, memberikan perhatian dan dapat memahami orang lain. Hal ini juga meliputi bagaimana kesiapan suatu anggota memperoleh umpan balik dari kelompok yang ditujukan untuk dirinya.

7. Peniruan tingkah laku

Tingkah laku yang diperoleh dari pengalaman atau hasil identifikasi anggota kelompok yang dianggap layak untuk ditiru. Mendapatkan model positif yang dapat ditiru akan sangat menguntungkan anggota karena memudahkannya dalam mempelajari tingkah laku baru yang lebih positif.

8. Belajar menjalin hubungan iinterpersonal

Anggota kelompok diharapkan dapat saling belajar menjalin hubungan interpersonal dengan kelompoknya. Beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain; berani mengekspresikan dirinya di hadapan kelompok, merespon apa yang disampaikan anggota kelompok serta meningkatkan sensitivitas terhadap masalah anggota kelompoknya.

9. Kohesivitas kelompok

Kohesivitas tidak terjadi mulai saja. bentuk penerimaan yang hangat dari masing-masing anggota serta keinginan untuk terus menjalin hubungan interpersonal yang akrab. Jika kohesivitas telah terbentuk, masing-masing anggota akan dapat berinteraksi secara optimal dan tanpa keraguan memberikan umpan balik demi kemajuan anggota kelompok.

10. Katarsis

Anggota kelompok diharapkan dapat melepaskan katar yang dimilikinya melalui perasaan baik secara positif maupun negatif. Ekspresi perasaan tersebut dapat berupa marah, cinta, sedih, kecewa, atau kesulitan yang tidak dapat ditemukan. Katarsis ini dapat disebabkan pengalaman masa lalu atau masa kini yang dialami anggota. Melalui katarsis, anggota kelompok dapat menyadari emosinya dan membuangnya ke alam sadar sehingga tidak ada tindakan represi yang dapat berakibat fatal.

11. Faktor-faktor Eksistensial

Faktor-faktor eksistensial yang perlu dibicarakan dan bahan diskusi bagi anggota kelompok. Hal ini penting untuk memberikan pemahaman pada kelompok bahwa banyak hal yang harus dicapai dalam hidup. Untuk itu, anggota kelompok dapat termotivasi mengatasi masalah untuk mencapai kehidupan yang lebih banyak. Menanamkan tanggung jawab pada klien juga bagian dari faktor eksistensial yang harus dimainkan. Dengan mengetahui faktor-faktor yang telah dijelaskan di atas tujuan maka konselor dapat menyelaraskan kelompoknya dengan yang ingin membantu konseling. Karena keduanya adalah aspek yang saling mendukung dan mendukung proses konseling.

Struktur Konseling Kelompok

Setelah membicarakan tujuan dan faktor-faktor yang mempengaruhi konseling kelompok, maka hal penting lain yang tidak boleh dilupakan adalah struktur, Untuk melaksanakan konseling kelompok. konselor harus memperhatikan struktur yang tepat dan sesuai dengan klien. Corey, Ohlsen, dan Yalom (Latipun, 2001) menyusun struktur konseling kelompok yang terdiri dari jumlah anggota kelompok, homogenitas kelompok sifat kelompok, dan waktu pelaksanaan konseling kelompok. Berikut ini adalah penjelasannya:

1. Jumlah Anggota kelompok

Yalom (Latipun, 2001) Jumlah anggota kelompok terdiri dari 4 sampai 12 orang klien karena hasil penelitian menunjukkan bahwa apabila jumlah anggota kelompok kurang dari 4 dinamika kelompok menjadi hidup, sebaliknya bila anggota kelompok lebih dari 12 orang maka konselor akan kewalahan mengelola kelompok karena jumlah anggota kelompok terlalu besar. Dalam menentukan jumlah anggota kelompok, konselor dapat menerapkannya berdasarkan kemampuan dan pertimbangan keefektifan proses konseling. Konselor yang terbiasa menangani dengan format konseling individu dapat mengalami kesulitan ketika harus menangani klien dalam kelompok dengan jumlah klien di atas 5 orang Tetapi hal tersebut tidak berlaku bagi konselor yang terbiasa menangani konseling kelompok dengan jumlah klien diatas 5 orang Oleh karena itu

penetapan anggota kelompok ini bersifat sangat fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kondisi yang ingin diciptakan klien dan konselor.

2. Homogenitas kelompok

Masalah homogenitas atau heterogenitas dalam konseling kelompok tentu saja sangat relatif artinya tidak ada ketentuan yang baku dalam menentukan karakteristiknya dapat disebut homogen atau heterogen. Beberapa konseling kelompok memandang bahwa homogenitas kelompok dilihat berdasarkan jenis kelamin klien yang sama, jenis masalah yang sama, kelompok usia yang sama dan lain-lain. Tetapi pada saat yang berbeda seorang konselor dalam konseling kelompok dapat hanya menetapkan bahwa homogenitas klien dilihat dari masalah atau gangguan yang dihadapi. Artinya klien yang memiliki masalah yang sama dimasukkan dalam kelompok yang sama meskipun dari segi usia yang jauh berbeda. Kaplan dan Sadock (Latipun, 2001) mengatakan bahwa menentukan homogenitas ini kembali disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan konselor dalam mengelola konseling kelompok.

3. Sifat kelompok

Ada dua macam sifat kelompok yang terdapat dalam konseling kelompok yaitu :

a. Sifat terbuka

Dikatakan sebagai sifat terbuka karena kelompok ini dapat melihat kehadiran anggota baru setiap saat sampai batas yang telah ditetapkan. Contoh sebuah kelompok telah terdiri dari 5 orang anggota kemudian minggu berikutnya ada 2 orang klien yang akhirnya dimasukkan konselor ke dalam anggota kelompok karena dianggap memiliki homogenitas dengan kelompok yang telah terbentuk. Walaupun bersifat terbuka, tetapi yang perlu diingat adalah bahwa jumlah maksimal anggota telah ditetapkan oleh konselor sebelumnya. misalnya 12 orang. Maka setelah anggota kelompok berkumpul 12 orang konselor tidak akan menambah anggota lagi. Efek samping dari sifat terbuka adalah anggota kelompok akan kesulitan membentuk kohesivitas dengan sesama anggota.

b. Sifat Tertutup

Bersifat tertutup yang dimaksud adalah konselor tidak memungkinkan masuknya klien baru untuk bergabung dalam kelompok yang terbentuk. Contoh: sebuah kelompok terdiri dari 4 orang maka sampai proses konseling kelompok berakhir, jumlah ini tidak akan bertambah dari sifat tertutup ini adalah memudahkan kelompok untuk membangun dan memelihara kohesivitas. Akan tetapi efek sampingnya adalah apabila ada anggota kelompok yang keluar karena alasan pribadi, sistem tidak dapat

menerima masuknya anggota baru sehingga harus melanjutkan konseling dengan sisa anggota yang ada.

4. Waktu pelaksanaan

Batas akhir pelaksanaan konseling kelompok sangat ditentukan berapa besar permasalahan yang dihadapi kelompok. Biasanya masalah yang tidak terlalu kompleks yang membutuhkan waktu penanganan yang lebih cepat bila dibandingkan dengan masalah yang kompleks dan rumit. Selain itu, pertemuan pertemuan sangat ditentukan oleh situasi dan kondisi anggota kelompok. Yalom (Latipun, 2001) menyatakan bahwa durasi konseling yang terlalu lama yaitu di atas dua jam akan tidak kondusif karena anggota mengalami kelelahan dan memungkinkan terjadinya diskusi. penentuan waktu yang tepat ditentukan oleh kebijaksanaan yang dibuat oleh konselor. Tetapi secara umum, pada konseling kelompok yang bersifat jangka pendek, waktu pertemuan berkisar antara 8-20 pertemuan. Frekuensi pertemuan 1-3 kali dalam seminggu dengan durasi antara 60-90 menit/sesi dan batasan waktu yang biasanya ditetapkan pada konseling kelompok pada Umumnya dilakukan 1-2 kali dalam seminggu. Hal ini dikarenakan apabila terlalu jarang (misalnya 1 kali dalam 2 minggu akan menyebabkan banyaknya informasi dan umpan balik yang terlupakan.

Tahapan Konseling Kelompok

Tahapan yang dilalui dalam kelompok yang merupakan alur perjalanan dalam sebuah proses konseling, alur perjalanan dalam sebuah proses konseling itu menjadi enam yaitu: pra konseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir dan pasca konseling, Berikut adalah penjelasannya.

1. Pra Konseling

Tahap pra konseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap-tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama menurut pertimbangan homogenitas. Setelah itu, konselor akan menawarkan program yang dapat dijalankan untuk mencapai tujuan. Penting sekali bahwa pada tahap inilah konselor berjalan harapan pada anggota kelompok agar bahu membahu mewujudkan tujuan bersama sehingga proses konseling akan efektif. Konselor juga perlu bahwa pada konseling kelompok hal paling utama adalah keterlibatan klien untuk berpartisipasi dalam keanggotaannya dan tidak sekedar menghadiri pertemuan kelompok. Selain itu, penasihat juga perlu memperhatikan kenyamanan masalah sehingga para anggota dapat menghubungi inti permasalahan yang sebenarnya.

2. Tahap Permulaan

Tahap ini ditandai dengan dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya struktur kelompok. Adapun manfaat dari dibentuknya struktur kelompok ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami aturan yang ada di kelompok. aturan-aturan ini akan menuntut anggota kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok. konselor dapat kembali menegaskan tujuan yang harus dicapai dalam konseling. Hal ini untuk menyadarkan klien pada makna kehadirannya yang terlibat dalam kelompok. Selain itu, klien diarahkan untuk memperkenalkan diri mereka masing-masing yang dipimpin oleh ketua kelompok (konselor). Pada saat inilah klien menjelaskan tentang dirinya dan tujuan yang ingin dicapai dalam proses konseling. Biasanya klien hanya akan menceritakan hal-hal umum yang ada dalam dirinya dan belum mengungkapkan masalahnya. Black (Latipun, 2001) menguraikan secara sistematis langkah-langkah yang dijalani pada permulaan adalah pengenalan, tujuan yang ingin dicapai, penjelasan dukungan dan dukungan. serta menjaga hubungan yang berpusat pada kelompok melalui saling memberi umpan balik. toleransi terhadap perbedaan dan saling memberi peng- penguatan positif

3. Tahap Transisi

Tahap ini disebut sebagai tahap peralihan. Hal umum yang sering muncul pada tahap ini adalah terjadinya suasana yang tidak seimbang dalam diri masing-masing anggota kelompok. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama diketahui dan diketahui penyebabnya. Walaupun anggota kelompok mulai terbuka satu sama lain, tetapi dapat pula terjadi kecemasan, resistensi, konflik, dan keengganan anggota kelompok membuka diri. Oleh karena konselor selaku pimpinan kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

4. Tahap Kerja

Tahap kerja sering disebut sebagai tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan tindakan selanjutnya yaitu merencanakan tindakan. Pada tahap ini anggota kelompok diharapkan dapat membuka dirinya lebih jauh dan menghilangkan defensifnya, adanya perilaku pemodelan yang diperoleh dari mempelajari tingkah laku petting ah serta belajar untuk bertanggung jawab dan untuk bertanggung jawab. Akan tetapi pada tahap ini juga dapat terjadi konfrontasi antar anggota dan transferensi. Dan peran konselor dalam hal ini adalah upaya menjaga ketertiban dan kebersamaan anggota kelompok aktif. Kegiatan kelompok pada tahap ini mempengaruhi pada tahapan sebelumnya. Jadi apabila pada

tahap sebelumnya berlangsung dengan efektif maka tahap ini juga dapat dilalui dengan baik, begitupun sebaliknya. Saat tahap ini berjalan dengan baik, biasanya anggota kelompok melakukan kegiatan tanpa mengharapkan campur tangan pemimpin kelompok lebih jauh.

5. Tahap Akhir

Tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mencoba perilaku baru yang telah mereka awali dan dapatkan dari kelompok. Umpan balik adalah hal penting yang harus dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini dilakukan untuk menilai dan memperbaiki perilaku kelompok apabila belum sesuai. Oleh karena itu tahap akhir ini dianggap sebagai tahap melatih diri klien untuk melakukan perubahan. Sehubungan dengan pengakhiran kegiatan, kelompok harus ditujukan pada tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok. Kegiatan kelompok ini biasanya diperoleh dari pengalaman sesama anggota. Jika pada tahap ini terdapat anggota yang memiliki masalah Sehubungan dengan pengakhiran kegiatan, tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok. Kegiatan kelompok ini biasanya diperoleh dari pengalaman sesama anggota. Jika pada tahap ini terdapat anggota yang memiliki masalah belum dapat terselesaikan pada fase sebelumnya, maka pada tahap ini masalah tersebut harus diselesaikan. Konselor dapat memastikan waktu yang tepat untuk memulai konseling. Jika anggota kelompok bahwa tujuan telah tercapai dan telah terjadi perubahan perilaku maka proses konseling segera berakhir.

6. Pasca Konseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya menetapkan evaluasi sebagai bentuk lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.

Konselor dapat menyusun rencana baru atau melakukan perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya. Atau dapat melakukan perbaikan terhadap cara pelaksanaannya. Apapun hasil dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan seyogyanya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama. Sehingga dari berbagai tahapan yang diberlakukan akan menghasilkan tujuan dan fungsi yang hendak dicapai oleh Konseli. yang mana Tujuan dari Konseling Kelompok itu sendiri adalah guna memperjelas alasan klien datang kepada konselor serta bantuan apa yang harus diberikan oleh konselor kepada klien. Krumboltz (Latipun, 2001) mengelompokkan tujuan tujuan konseling menjadi tiga jenis sebagai berikut:

- a. Mengubah penyesuaian perilaku yang tidak sesuai

Penyesuaian ini akan diubah menjadi perilaku yang tidak menyebabkan hambatan atau kesulitan mental. hal ini dilakukan untuk mengembangkan pribadi yang baik dari klien. klien akan menyadari bahwa perilakunya menyimpang dengan bantuan konselor klien akan mengerti bagaimana keluar dari penyimpangan tersebut. sehingga klien dapat memutuskan apa yang tepat untuk dilakukan.

b. Belajar mengambil keputusan

Mengambil keputusan bukanlah suatu yang mudah untuk menentukannya bagi klien, tetapi hal ini sebagai salah satu dari tujuan konseling. membuat keputusan diawali dengan mengidentifikasi alternatif, memiliki alternatif menetapkan alternatif serta prediksi dari berbagai konsekuensi dari keputusan yang telah diambil. dalam hal ini tugas konselor adalah memberikan dorongan untuk berani mengambil keputusan walau dengan resiko yang sudah dipertimbangkan sebagai konsekuensi.

c. Mencegah timbulnya masalah

Mencegah timbulnya permasalahan terdiri dari tiga pengertian yaitu mencegah jangan sampai mengalami masalah dikemudian hari, mencegah jangan sampai masalah yang dialami berkepanjangan dan mencegah jangan masalah sampai yang dihadapi berakibat gangguan yang menetap. dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling adalah mencegah agar masalah yang dihadapi cepat selesai dan tidak mengakibatkan gangguan.

Interaksi Dalam Konseling Kelompok

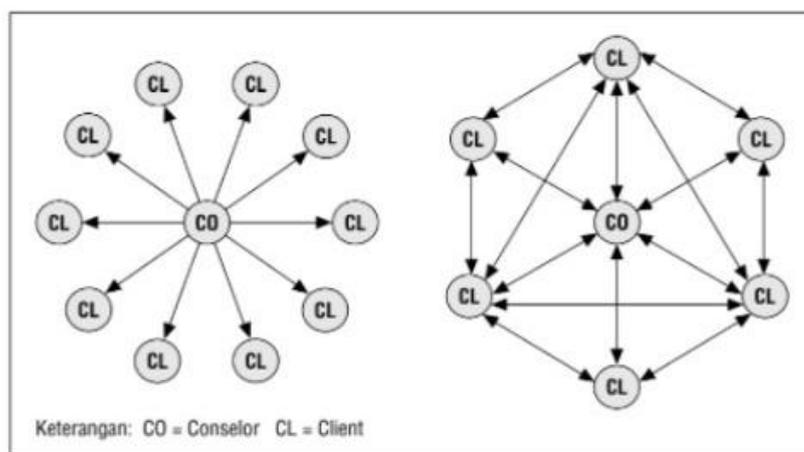
Mempertemukan klien - klien dalam latar belakang kehidupan yang berbeda walaupun telah memilihnya berdasarkan homogenitas akan menimbulkan dua proses interaksi yang berbeda. Interaksi dapat berlangsung positif apabila pada interaksi kelompok tersebut terjadi kohesivitas, saling memberi umpan balik, dan kedekatan emosional antaranggota. Sebaliknya, interaksi dapat berlangsung negatif apabila pada interaksi yang terjadi hal - hal yang mengacaukan proses konseling. Latipun 2001) mengemukakan interaksi negatif tersebut berikut ini :

1. Konflik, Yaitu umpan balik antar - anggota kelompok yang dapat disebabkan karena ketidaksiapan menerima umpan balik.
2. Kecemasan. Kecemasan ini kemungkinan disebabkan sikap tertutup pada anggota yang sulit membuka diri dan berinteraksi dengan anggota kelompok lain . Hal ini biasanya terjadi pada klien yang memiliki perasaan rendah diri .
3. Transferensi. Anggota kelompok melimpahkan pengalaman masa lalunya yang tidak menyenangkan pada konselor atau anggota kelompoknya . Hal ini akan menghambat proses konseling apabila konselor tidak dapat mengendalikannya .

4. Dominasi. Terjadi apabila salah satu anggota menguasai caraan sementara anggota lain tidak diberikan kesempatan untuk mengemukakan masalahnya. Hal ini akan membuat anggota ke kelompoknya lebih banyak diam dan menolak menyampaikan umpan balik.

Konselor harus teliti dan cermat dalam memahami sifat - sifat anggota kelompoknya agar hal - hal yang dapat mengacaukan proses konseling dapat dihindari. Pertanyaan yang muncul kemudian adalah bagaimana cara membentuk interaksi dalam kelompok? Baruth, C.G. dan Robinson (dikutip dari Latipun, 2001, hlm.171) menjelaskannya dalam pola interaksi kelompok sebagai berikut :

Gambar 1. Pola Interaksi Kelompok



Berdasarkan gambar di atas dapat kita lihat bahwa baik pola kelompok insidental maupun pola kelompok terapi sama - sama menunjukkan dinamika kelompok yang menciptakan hubungan yang setara antara anggota kelompok dan konselor . Dinamika kelompok yang saling memberikan umpan balik inilah yang paling tepat untuk diterapkan dalam proses konseling yang efektif.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dalam penelitian dalam rangka menjawab tujuan penulisan yang telah dipaparkan pada pendahuluan, dapat kita simpulkan bahwa Dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat beberapa asas yang perlu dipahami oleh setiap anggota kelompok, di antaranya adalah asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan. konseling kelompok sendiri merupakan layanan konseling secara individual yang dilakukan dalam suasana kelompok. Kelompok tersebut berisikan konselor dan juga klien yang berjumlah paling sedikit dua orang. Tujuan dari layanan ini adalah membangun kemampuan berkomunikasi untuk menyelesaikan permasalahan yang dimiliki.

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok, dapat didukung dengan menerapkan beberapa teknik berupa teknik umum, teknik permainan kelompok, teknik modeling, bermain peran, menggunakan humor, serta homework assignments. adapun alur perjalanan dalam sebuah

proses konseling itu menjadi enam yaitu: pra konseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir dan pasca konseling. Tahapan yang dilalui dalam kelompok yang merupakan alur perjalanan dalam sebuah proses konseling, alur perjalanan dalam sebuah proses konseling itu menjadi enam yaitu: pra konseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir dan pasca konseling.

Berdasarkan grafik yang telah dipaparkan dapat kita simpulkan bahwa baik pola kelompok insidental maupun pola kelompok terapi sama - sama menunjukkan dinamika kelompok yang menciptakan hubungan yang setara antara anggota kelompok dan konselor . Dinamika kelompok yang saling memberikan umpan balik tentunya yang paling tepat untuk diterapkan dalam proses konseling yang efektif.

DAFTAR RUJUKAN

- Ariesto, A. (2009). *Pelaksanaan Program Anti Bullying Teacher Empowerment*. Skripsi, Universitas Indonesia, Ilmu Kesejahteraan Sosial, Jakarta.
- Astuti, Ponny Retno. (2008). *Meredam Bullying*. Jakarta: PT Grasindo.
- Colorosso, B. (2007). *The Bully, The Bullied, and The Bystander*. New York: Harper Collins.
- Craig, W. M., & Pepler, D. J. (1998). *Observations of Bullying and Victimization in the School Yard*. Canadian Journal of School Psychology.
- Fahmi, N. N., & Slamet. (2016). *Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman*. Jurnal Hisbah, 13(1).
- Fakhriyani, Diana Fidya. (2019). *Kesehatan Mental*. Madura: Duta Media Publishing.
- Karyanti, Aminudin. (2019). *Cyberbullying dan Body Shaming*. Jakarta: K-Media
- Lumongga, Namora. (2017). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Namora Lumongga Lubis Hasnida, 2011, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Kencana : Jakarta)
- Namora Lumongga Lubis Hasnida, 2016, *Konseling Kelompok*, (Kencana: Jakarta), h. 19
- Priyatna, Andi. (2010). *Let's End Bullying*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Tim Kpai. (2020). "Sejumlah Kasus Bullying Sudah Warnai Catatan Masalah Anak Diawal2020." <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai> (diakses pada tanggal 2 Juni 2021)
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). *Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying*. Jurnal Penelitian & PPM, 4(2).