

ANALISIS LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DAN KONSELING KELOMPOK

Adhelia Caroline Sufiandi, Amelia Fauziyyah Soviana, Dieni Nur Ilmi Fauziah Rakhmadiana, Rizky Rahmadhani, Syifa'ul Ummah Salsabila Putri Malinda, Elisabeth Christiana

Universitas Negeri Surabaya

adhelia.23238@mhs.unesa.ac.id, amelia.23009@mhs.unesa.ac.id,
dieni.23326@mhs.unesa.ac.id, rizky.23013@mhs.unesa.ac.id, syifaul.23107@mhs.unesa.ac.id,
elisabethchristiana@unesa.ac.id

Abstrak

Layanan konseling, baik individu maupun kelompok, merupakan bagian integral dari upaya bimbingan untuk membantu individu dalam mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi, baik secara personal maupun interpersonal. Konseling individu merupakan layanan bantuan yang diselenggarakan oleh konselor atau psikolog kepada klien dengan tujuan untuk membantu individu mengatasi permasalahannya. Sementara konseling kelompok adalah upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Dalam kajian ini, metode studi literatur digunakan untuk menganalisis prosedur layanan konseling individu dan kelompok. Berdasarkan hasil analisis, konseling individu dilakukan secara personal untuk membantu klien menyelesaikan masalah spesifik, sedangkan konseling kelompok memanfaatkan dinamika sosial untuk mendorong pembelajaran dan dukungan bersama. Mekanisme dalam layanan ini diatur melalui asas-asas konseling seperti kerahasiaan, kesukarelaan, dan keterbukaan, yang bertujuan memastikan terciptanya lingkungan konseling yang kondusif. Studi ini menyoroti prosedur layanan konseling individu dan kelompok dengan tujuan untuk memahami perbedaan, manfaat, serta implementasi yang efektif dari kedua pendekatan ini.

Kata kunci: Prosedur, Konseling Individual, Konseling Kelompok

Abstract

Counseling services, both individual and group, are integral components of guidance efforts aimed at assisting individuals in overcoming various personal and interpersonal challenges. Individual counseling is a support service provided by counselors or psychologists to help clients address their specific issues. In contrast, group counseling involves a counselor facilitating activities within a group setting to resolve personal problems and promote optimal development. This study employs a literature review method to analyze the procedures of individual and group counseling services. Based on the analysis, individual counseling is conducted on a one-on-one basis to help

Article History

Received: Desember 2024
Reviewed: Desember 2024
Published: Januari 2025

Plagiarism Checker No 77
DOI : Prefix DOI :
10.8734/Musyitari.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

clients resolve specific issues, whereas group counseling leverages social dynamics to encourage mutual learning and support. The mechanisms of these services are guided by counseling principles such as confidentiality, voluntariness, and openness, which aim to foster a conducive counseling environment. The study highlights the procedures of individual and group counseling services, with the objective of understanding the differences, benefits, and effective implementation of these two approaches.

Keywords: *Procedures, Individual Counseling, Group Counseling*

PENDAHULUAN

Layanan bimbingan dan konseling merupakan bagian yang penting dalam pelaksanaan program pendidikan. Salah satu tujuan utama layanan bimbingan dan konseling adalah membentuk siswa menjadi individu yang berkembang optimal, produktif dan berbudaya. Prinsip bimbingan dan konseling adalah “Guidance for All”, artinya individu memiliki hak yang sama dalam mendapatkan layanan bimbingan dan konseling, siapa pun individu itu, dari mana pun individu itu berasal, dan bagaimana pun kondisi individu itu memiliki hak yang sama dalam mendapatkan pelayanan (Nurihsan & Yusuf, 2009: 17).

Salah satu bentuk layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling adalah layanan konseling individual dan konseling kelompok. Natawidjaja (1987), mendefinisikan bahwa “konseling merupakan satu jenis layanan yang merupakan bagian terpadu dari bimbingan. Konseling dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua individu, di mana yang seorang (yaitu konselor) berusaha membantu yang lain (yaitu klien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang.”

Secara khusus layanan konseling individual yaitu layanan yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya. Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang guru Bimbingan dan Konseling (konselor) terhadap seorang konseli (dibaca: siswa) dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli (Sudrajad, 2009). Kemudian Sudrajad menyebutkan dalam suasana konseling individual tersebut, guru BK memberikan ruang dan suasana yang memungkinkan konseli membuka diri secara transparan mungkin.

Sebaliknya, konseling kelompok berorientasi pada perkembangan individu dan usaha menemukan kekuatan-kekuatan yang bersumber pada diri individu itu sendiri dalam memanfaatkan dinamika kelompok. oleh karena itu konseling kelompok tepat diberikan bagi remaja, karena akan memberikan kesempatan untuk menyampaikan keluhan perasaan konfliknya, melepas keragu-raguan diri, dan pada kenyataannya mereka akan senang membagi keluhan-keluhan kepada teman-teman sebaya (Wibowo, 2005).

Dengan perbedaan tujuan dan pelaksanaan, konseling individu dan kelompok memiliki kelebihan masing-masing dalam mendukung perkembangan individu. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai kedua pendekatan ini menjadi penting untuk memastikan implementasi layanan konseling yang efektif dan tepat sasaran.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kedua pendekatan tersebut dengan meninjau definisi, tujuan, prosedur, manfaat, serta perbedaan di antara keduanya. Kajian dilakukan melalui metode studi pustaka dengan mengacu pada sumber-sumber relevan yang membahas konsep dan implementasi konseling individu dan kelompok. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif untuk meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan desain Systematic Literature Review (SLR). Penelitian kualitatif, seperti yang dijelaskan oleh (Fraenkel dan Wallen 2012 dalam Dartina, Vina, et al.2024), bertujuan untuk menggambarkan secara komprehensif kualitas sebuah hubungan, kegiatan, atau situasi. Tujuannya adalah untuk memahami secara mendalam segala detail yang terkait dengan kegiatan atau situasi tertentu. Kitchenham & Charters 2007 dalam Dartina, Vina, et al.2024 menjelaskan bahwa Systematic Literature Review adalah suatu pendekatan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menginterpretasi penelitian sebelumnya secara terstruktur yang relevan dengan topik penelitian yang sedang dilakukan. Sumber data yang digunakan dalam Systematic Literature Review meliputi buku, laporan dokumentasi, artikel, serta publikasi ilmiah lainnya. Oleh karena itu, hasil dari Systematic Literature Review dapat digunakan sebagai dasar bukti untuk penelitian yang akan dilanjutkan. Desain penelitian Systematic Literature Review umumnya melibatkan tiga langkah, yaitu perencanaan (planning), pelaksanaan (conducting), dan pelaporan (reporting) dari review tersebut.

Tabel 1. Deskripsi Data

No.	Data Teks	Sumber Data
1.	Pengertian Konseling Individual	Hellen, K. (2005). <i>Teori konseling dan psikoterapi</i> . Pustaka Pelajar. Prayitno, P., & Amti, E. (2015). <i>Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling</i> . Jakarta: PT. Rineka Cipta. Syahril, A. R. (1986). <i>Pengantar Bimbingan dan Konseling Padang: Angkasa Raya</i> .
2.	Tujuan Konseling Individual	Gibson, R. L., & Mitchell, M. (1995). <i>Introduction to Guidance</i> , New York: Macmillan Publisher
3.	Fungsi Konseling Individual	Prayitno, P., & Amti, E. (2004). <i>DasarDasar Bimbingan dan Konseling</i> . (Cetakan ke-2). Jakarta: Rineka Cipta.
4.	Asas - Asas Konseling Individual	Prayitno, P., & Amti, E. (2009). <i>Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling</i> . Jakarta: Rieneka Cipta
5.	Teknik Konseling Individual	Willis, S. S. (2017). <i>Konseling individual, teori dan praktek</i> .

6.	Tahap - Tahapan Konseling Individual	Willis, S.S. (2013). <i>Konseling Individual Teori dan Praktek</i> . Bandung: Alfabeta Carkhuff. (1985). <i>The Art of Helping</i> . USA: Human Resource Development Press.
7.	Pengertian Konseling Kelompok	Corey, G. (2012). <i>Theory and practice of Group Counseling</i> , eight Edition. USA: <i>Brooks/Cole</i> . Kurnanto, M. E. (2014). <i>Konseling Kelompok</i> . Bandung : Alfabeta. Prayitno. (1997). <i>Pelayanan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Umum (SMU)</i> . Jakarta: PT Bina Sumber Daya MIPA. Tohirin. (2007). <i>Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi</i> . Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
8.	Asas - Asas Konseling Kelompok	Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2016). Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman. <i>Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam</i> , 13(2), 69-84.
9.	Tujuan Konseling Kelompok	Winkel, W.S., & Hastuti, S. (2004). <i>Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan</i> . Yogyakarta: Media Abadi.
10.	Fungsi Konseling Kelompok	Kurnanto, M. E. (2013). <i>Konseling kelompok</i> . Bandung: Alfabeta.
11.	Tahapan - Tahapan Konseling Kelompok	Hariyadi, R., Fauziatin, F., & Khairunisa, K. (2020). Peran Chat Grup Untuk Mengoptimalkan Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Online Di Abad 21. <i>Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia</i> , 6(1), 13-18.
12.	Peran Pemimpin Kelompok dan Anggota Kelompok	Ardi, Z., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2019). Analisis pendekatan Adlerian dalam konseling kelompok untuk optimalisasi potensi diri siswa. <i>Jurnal educatio: jurnal pendidikan indonesia</i> , 5(1), 7-12. Prayitno, P. (2017). <i>Konseling profesional yang berhasil: Layanan dan kegiatan pendukung</i> . Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
13.	Teknik Konseling Kelompok	Tohirin (2009). <i>Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah</i> . Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
14.	Perbandingan Konseling Individual	Gazda, G. M. (1999). <i>Group Procedure with Children: A Developmental Approach</i> . Dalam Ohlsen (Ed.). <i>Counseling Children in Group: A Forum</i> . New Jersey: Prentice Hall.

dan Konseling Kelompok	Sukardi, D. K. (1995). <i>Bimbingan Karier di Sekolah-Sekolah</i> . Jakarta: Ghalia Indonesia
------------------------	---

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konseling Individual

1. Pengertian Konseling Individual

Konseling individual adalah proses yang melibatkan hubungan antara seorang individu yang menghadapi masalah dengan seorang profesional terlatih untuk membantu klien menyelesaikan masalahnya. Layanan ini memungkinkan peserta didik atau klien mendapatkan bantuan langsung melalui pertemuan tatap muka dengan konselor untuk membahas masalah pribadi yang mereka hadapi. Konseling ini juga merupakan inti dari layanan bimbingan secara keseluruhan, di mana jika konseling dilakukan dengan baik, masalah klien dapat teratasi secara efektif, dan layanan bimbingan lainnya hanya berperan sebagai pendamping. Penguasaan konselor terhadap prinsip dasar konseling sangat penting agar proses ini dapat berjalan dengan sukses (Hellen, 2005).

Selanjutnya Prayitno & Amti (2015: 105), menyatakan bahwa konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Sedangkan menurut Syahril (1986), konseling individual merupakan suatu pertalian timbal balik antara dua orang individu yaitu satu konselor membantu satu orang lain (conseelee) supaya ia lebih baik memahami dirinya dalam hubungannya dengan masalah-masalah hidup yang dihadapinya pada waktu itu dan waktu yang akan datang.

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling individual adalah proses pemberian bantuan oleh seorang konselor terlatih kepada individu (klien) yang sedang menghadapi suatu masalah, dengan tujuan membantu klien mengatasi masalah yang dihadapi. Proses ini dilakukan melalui sesi wawancara tatap muka, yang memungkinkan klien membicarakan masalah pribadinya dalam lingkungan yang aman dan mendukung.

2. Tujuan Konseling Individual

Berdasarkan pendapat Gibson & Mitchell (1995), dapat disimpulkan ada sembilan tujuan dari konseling perorangan yakni:

- a. Tujuan perkembangan yakni klien dibantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya serta mengantisipasi hal-hal yang akan terjadi pada proses tersebut (seperti perkembangan kehidupan sosial, pribadi, emosional, kognitif, fisik dan sebagainya).
- b. Tujuan pencegahan yakni konselor membantu klien menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan.
- c. Tujuan peningkatan yakni klien dibantu oleh konselor untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan.
- d. Tujuan perbaikan yakni klien dibantu mengatasi dan/atau menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.

- e. Tujuan penyelidikan yakni menguji kelayakan tujuan untuk memeriksa pilihan-pilihan, pengtesan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan berbeda dan sebagainya.
- f. Tujuan penguatan yakni membantu klien untuk menyadari apa yang dilakukan, dipikirkan dan dirasakan sudah baik.
- g. Tujuan kognitif yakni menghasilkan fondasi dasar pembelajaran dan keterampilan kognitif.
- h. Tujuan fisiologis yakni menghasilkan pemahaman dasar dan kebiasaan untuk hidup sehat.
- i. Tujuan psikologis yakni membantu mengembangkan keterampilan sosial yang baik, belajar mengontrol emosi, mengembangkan konsep diri positif dan sebagainya

3. Fungsi Konseling Individual

Dalam pelaksanaan layanan konseling individu, terdapat sejumlah fungsi penting yang dijelaskan oleh Prayitno & Amti (2004). Fungsi-fungsi tersebut memiliki peran yang sangat signifikan dalam membantu klien mencapai perkembangan optimal dan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Beberapa fungsi yang dimaksud antara lain adalah :

- a. Fungsi pemahaman, yang bertujuan untuk membantu klien memahami berbagai hal yang penting untuk pengembangan diri mereka, seperti pemahaman tentang diri sendiri, lingkungan keluarga, sekolah, serta lingkungan yang lebih luas seperti dunia pendidikan, dunia kerja, budaya, agama, dan adat istiadat.
- b. Fungsi pengentasan, yaitu membantu individu untuk mengatasi dan mengintegrasikan masalah-masalah yang mereka hadapi.
- c. Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, yang fokus pada pengembangan potensi dan aspek positif dalam diri klien agar mereka dapat mengatasi masalah dengan lebih baik.
- d. Fungsi pencegahan, yang bertujuan untuk membantu individu agar dapat mencegah masalah kejiwaan sebelum muncul, dengan meningkatkan perhatian dan kesadaran diri.
- e. Fungsi advokasi, yaitu memberikan dukungan dan pembelaan bagi klien yang hak-haknya dilanggar, atau yang mengalami konflik atau perlakuan yang merugikan dalam kehidupan mereka.

4. Asas-asas Konseling Individual

Dalam layanan konseling individu penting untuk mempermudah proses konseling dan mempererat hubungan antara konselor dan klien menurut Prayitno & Amti (2009). Berikut adalah penjelasan singkatnya :

- a. Asas Kerahasiaan yaitu semua informasi yang diberikan klien kepada konselor harus dirahasiakan dan tidak boleh disebarkan kepada pihak lain tanpa izin.
- b. Asas Kesukarelaan yaitu konseling harus dilakukan dengan dasar kesukarelaan, baik dari klien maupun konselor. Klien diharapkan membuka diri dengan ikhlas, sementara konselor juga memberikan bantuan tanpa paksaan.
- c. Asas Keterbukaan yaitu konselor dan klien harus saling terbuka, bukan hanya menerima saran, tetapi juga berbagi informasi yang relevan untuk pemecahan masalah.
- d. Asas Kekinian yaitu bantuan konselor harus segera diberikan ketika klien membutuhkan, tanpa penundaan.

- e. Asas Kemandirian yaitu tujuan konseling adalah agar klien menjadi mandiri, tidak bergantung pada konselor.
- f. Asas Kegiatan yaitu klien harus aktif dalam proses konseling dan melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan.
- g. Asas Kedinamisan yaitu konseling bertujuan untuk mendorong perubahan positif dan berkelanjutan dalam diri klien.
- h. Asas Keterpaduan yaitu konseling harus memperhatikan keseimbangan aspek kepribadian klien dan keselarasan dalam proses dan isi layanan.
- i. Asas Kenormatifan yaitu layanan konseling harus sesuai dengan norma yang berlaku, baik agama, hukum, adat, maupun kebiasaan sehari-hari.
- j. Asas Keahlian yaitu konseling harus dilakukan oleh profesional yang terlatih dengan prosedur, teknik, dan alat yang tepat untuk mencapai hasil yang optimal.
- k. Asas Alih Tangan yaitu jika konselor tidak dapat memberikan solusi yang diharapkan, klien bisa dirujuk ke ahli atau lembaga lain yang lebih sesuai.
- l. Asas Tut Wuri Handayani yaitu layanan konseling harus bermanfaat tidak hanya saat klien menghadapi masalah, tetapi juga setelahnya, sehingga dampaknya dirasakan secara menyeluruh.

5. Teknik Konseling Individual

Menurut Willis (2017), dalam proses konseling individu, terdapat beberapa teknik yang digunakan untuk membantu konseli mengatasi permasalahan mereka. Berikut adalah penjelasan lebih lengkap mengenai teknik-teknik tersebut :

- a. Attending, Perilaku attending yang baik adalah kombinasi antara mata, bahasa badan dan bahasa klien, sehingga akan memudahkan pembimbing untuk membuat klien terlibat pembicaraan dan terbuka
- b. Empati adalah kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan klien. Merasa dan berpikir bersama klien, dan bukan untuk atau tentang klien
- c. Refleksi Perasaan adalah keterampilan konselor untuk dapat memantulkan (merefleksikan) perasaan klien sebagai hasil pengamatan verbal dan non-verbal klien.
- d. Eksplorasi yaitu suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien
- e. Menangkap Pesan Utama (Paraphrasing). Paraphrasing yang baik adalah menyatakan kembali pesan utama klien secara seksama dengan kalimat yang mudah dan sederhana.

6. Tahap - Tahapan Konseling Individual

Mengenai tahapan-tahapan dalam pelaksanaan konseling individual, Willis (2013) menjelaskan bahwa susunan proses konseling yang dilakukan konselor secara sistematis adalah sebagai berikut:

- a. Tahap awal (pembukaan) pada tahap ini konselor menciptakan rapport, adanya kontrak, dan menemukan (bersama konseli) masalah atau isu sentral konseli.
- b. Tahap pertengahan (tahap kerja) pada tahap ini konselor membawa konseli untuk meningkatkan partisipasi dan keterbukaan konseli dalam proses konseling, sehingga masalah konseli yang sudah ditemukan akan berkembang dan mengarah kepada tujuan konseling sebagaimana harapan konseli.
- c. Tahap akhir (tahap tindakan) pada tahap ini terjadi perubahan perilaku konseli kearah positif, konseli dapat membuat rencana hidup, stres konseli menurun,

konseli mengevaluasi proses konseling, dan penutupan sesi oleh konselor atas persetujuan konseli.

Dalam tahapan konseling, Carkhuff (1985) menggunakan istilah lain. Adapun tahapan konselingnya adalah sebagai berikut:

- a. Pra Konseling, pada tahap ini konselor menggunakan teknik attending yang bertujuan untuk menghadirkan, melibatkan, menghargai konseli agar konseli mau membuka diri dalam tahap selanjutnya.
- b. Responding, pada tahap ini konselor memfasilitasi konseli untuk mengeksplor perasaan, mengeksplor isi masalah yang dihadapi, dan mengeksplor makna masalah yang sedang dihadapi secara mendalam.
- c. Personalizing, pada tahap ini konselor memfasilitasi konseli untuk memahami masalahnya sebagai masalah dirinya sendiri, memahami isi masalah, dan memahami target-target atau harapan - harapan dari pemahaman terhadap masalah yang sedang dihadapi.
- d. Initiating, pada tahap ini konselor memfasilitasi konseli untuk melakukan tindakan dengan mengembangkan target-target, program, jadwal, penguatan, dan langkah langkah tindakan yang akan dilakukan konseli.

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Prayitno (1997 : 84), mengartikan konseling kelompok adalah sebagai berikut Konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karier).

Konseling kelompok menurut Corey (2012 : 28), adalah sebagai suatu layanan yang dapat mencegah atau memperbaiki baik pada bidang pribadi, sosial belajar ataupun karir. Konseling kelompok menekankan pada komunikasi interpersonal yang ,melibatkan pikiran, perasaan dan perilaku dan memfokuskan pada saat ini dan sekarang. Konseling kelompok biasanya berorientasi pada masalah dan anggota kelompok sebagian besar dipengaruhi oleh isi dan tujuan mereka.

Tohirin (2007 : 179), mengartikan layanan konseling kelompok adalah upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Menurut Kurnanto (2014), konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan.

Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan layanan konseling yang dilaksanakan dalam konteks kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu mengatasi berbagai permasalahan pribadi, sosial, belajar, atau karier. Layanan ini tidak hanya bersifat pencegahan tetapi juga bertujuan untuk memperbaiki masalah yang ada, mendorong pertumbuhan, dan perkembangan individu secara optimal.

2. Asas - Asas Konseling Kelompok

Menurut Fahmi & Slamet (2016), dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok, terdapat sejumlah aturan maupun asas-asas penting yang harus dipatuhi dan diperhatikan oleh setiap anggota kelompok. Asas-asas ini dirancang untuk menciptakan suasana yang kondusif, menjaga keteraturan proses konseling, serta memastikan bahwa tujuan dari konseling kelompok dapat tercapai secara efektif. Asas-asas tersebut meliputi :

- a. Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok.
- b. Asas Kesukarelaan Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.
- c. Asas keterbukaan, keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keragu-raguan atau kekhawatiran dari anggota.
- d. Asas kegiatan, Hasil Layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.
- e. Asas kenormatifan dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.
- f. Asas kekinian masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

3. Tujuan Konseling Kelompok

Adapun tujuan konseling kelompok menurut Winkel & Hastuti (2004), tujuan konseling kelompok tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan 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 anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar kehidupan kelompoknya.
- d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri.

- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima risiko yang wajar dalam bertindak, daripada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa.
- g. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang.
- h. Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
- i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat di kemudian hari

4. Fungsi Konseling Kelompok

Dalam konteks konseling kelompok, menurut Kurnanto (2013 : 55), terdapat dua fungsi utama yang sangat berperan penting dalam mencapai tujuan dari proses konseling itu sendiri. Dua fungsi tersebut, yaitu :

- a. Fungsi Layanan Kuratif, merupakan layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu. Dimana konseling kelompok membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan memberi dorongan, kesempatan, dan pengarahan sehingga individu dapat menjalani kehidupannya dengan baik.
- b. Fungsi Layanan Preventif, merupakan layanan yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Setiap individu memiliki potensi dalam dirinya termasuk potensi dalam memecahkan masalah. Hanya saja tidak semua individu dapat mengendalikan secara tepat. Oleh karena itu perlu ada pengarahan dan bimbingan untuk mencegah hal-hal yang tidak diinginkan.

5. Tahapan - Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Haryadi, et.al. 2020, dalam pelaksanaannya untuk mengoptimalkan dan menjaga keefektifan konseling kelompok dilakukan melalui beberapa tahap agar yang menjadi tujuan bersama dapat tercapai. Tahapan tersebut antara lain :

- a. Tahap awal: menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih, berdoa, menjelaskan pengertian konseling kelompok, menjelaskan tujuan, menjelaskan cara pelaksanaan, menjelaskan asas-asas, dan melakukan perkenalan.
- b. Tahap peralihan: membangun percaya satu sama lain, menanyakan kesiapan anggota kelompok.
- c. Tahap kegiatan: penggalan permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif dengan mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian, memilih atau menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, membahas masalah yang telah dipilih secara tuntas, selingan, menegaskan komitmen.
- d. Tahap pengakhiran: melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok dengan menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri, anggota kelompok mengemukakan kesan dan mengapresiasi setiap anggota kelompok atas partisipasi

dan kepercayaannya selama proses konseling, mengucapkan terimakasih, berdoa, dan diskusi tentang pertemuan yang akan datang.

6. Komponen Konseling Kelompok

Menurut Ardi, et.al. 2019, dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat peran penting yang harus dijalankan oleh pemimpin kelompok. Peran ini memiliki pengaruh besar terhadap kelancaran dan efektivitas proses konseling. Peran pemimpin kelompok tersebut, yaitu :

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

Menurut Prayitno (2017), peran anggota dalam konseling kelompok meliputi beberapa aspek penting, di antaranya:

- a. Peran anggota kelompok dalam layanan konseling kelompok bersifat dari, oleh dan untuk para anggota kelompok itu sendiri. Masing-masing anggota kelompok beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk :
 1. Mendengar, memahami dan merespon dengan tepat dan positif
 2. Befikir dan berpendapat
 3. Menganalisis, mengkritisi dan berargumentasi
 4. Merasa, berempati dan bersikap
 5. Berpartisipasi dalam kegiatan bersama
- b. Aktivitas mandiri masing-masing anggota kelompok itu diorientasikan pada kehidupan bersama dalam kelompok. Kebersamaan ini diwujudkan pada kehidupan bersama dalam kelompok. Kebersamaan ini diwujudkan melalui:
 1. Pembinaan keakraban dan keterlibatan secara emosional antar anggota kelompok
 2. Kepatuhan terhadap aturan kegiatan dalam kelompok
 3. Komunikasi jelas dan lugas dengan lembut dan bertata krama
 4. Saling memahami, memberi kesempatan dan membantu
 5. Kesadaran bersama untuk menyukkseskan kegiatan kelompok.

7. Teknik Konseling Kelompok

Secara umum teknik-teknik yang diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok dapat diterapkan dalam layanan konseling kelompok. Menurut Tohirin (2009 : 183), ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam layanan konseling kelompok adalah:

- a. Teknik Umum (Pengembangan Dinamika Kelompok)

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik tersebut secara garis besar meliputi:

1. Komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka
 2. Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi.
 3. Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas anggota kelompok.
 4. Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh (uswatun hasanah) untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan.
 5. Pelatihan untuk membantu pola tingkah laku baru yang dikehendaki.
- b. Teknik Permainan Kelompok

Dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut :

1. Sederhana
2. Menggembirakan
3. Menimbulkan suasana rilek dan tidak melelahkan
4. Meningkatkan keakraban, dan
5. Diikuti oleh semua anggota kelompok

C. Perbandingan Konseling Individual dan Konseling Kelompok

1. Persamaan antara Konseling Individual dan Konseling Kelompok

Dalam melaksanakan konseling individual dan konseling kelompok, terdapat beberapa persamaan dan perbedaan dalam prosesnya. Menurut Sukardi (1995), persamaan konseling kelompok dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Keduanya bersifat objektif dan bertujuan untuk membantu konseli agar dapat memimpin, berintegrasi, dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Konselor melakukan pendekatan karena konseli memerlukan bantuan agar mereka mampu menerima dan memahami diri sendiri.
- b. Wajib mempertahankan suasana penerimaan dan permisif apabila pesertanya (konseli) kurang memiliki pengalaman untuk tetap bertahan dalam hubungan konseling.
- c. Bagi konselor, konseling individual dan konseling kelompok merupakan suatu teknik yang penting. Hal itu dikarenakan uraian, penjelasan, alasan, pantulan perasaan, structuring, penerimaan serta ketepatan penggunaan seluruh situasi adalah teknik penting yang digunakan sebagai dasar dalam mengadakan hubungan selanjutnya. Konselor mengadakan pendekatan dengan keterampilan untuk mengajak konseli agar bersedia membicarakan atau mengungkapkan masalah, perasaan, dan sikapnya.
- d. Keduanya berupaya membantu konseli yang mengalami masalah perkembangan. Sesi konseling juga berusaha membantu konseli dengan pendekatan yang berorientasi pada kebutuhan, minat perhatian, dan pengalaman konseli secara umum. Kedua pendekatan ini membutuhkan keleluasaan pribadi konseli dan hubungan penuh keakraban dengan memanfaatkan sumber yang ada pada diri konseli.

2. Perbedaan antara Konseling Individual dan Konseling Kelompok

Menurut Gazda (1999), menjelaskan perbedaan antara konseling individual dengan konseling kelompok berdasarkan tinjauan dari beberapa aspek berikut.

- a. Hubungan Antar Pribadi dalam Konseling Dalam konseling kelompok, hubungan antarpribadi terjalin antara konseli dengan konselor dan hubungan antar klien itu sendiri. Pada konseling individual, hubungan antarpribadi hanya terjadi di antara konseli dan konselor.
- b. Tanggung Jawab. Dalam konseling kelompok, selain bertanggung jawab atas tingkah lakunya sendiri, konseli juga bertanggung jawab untuk membantu konseli lain dalam memecahkan masalah. Proses saling bantu-membantu antara konseli memungkinkan mereka tidak terlalu bergantung kepada konselor. Pada konseling individu, konseli lebih banyak bergantung kepada konselor.
- c. Pusat Perhatian. Dalam konseling kelompok, konseli lebih banyak memusatkan perhatian mereka pada hal-hal yang terjadi di dalam kelompok (here and now). Konseling individual lebih menitikberatkan atau berpusat pada hal-hal there and then.
- d. Reality Testing. Konseling kelompok memberikan kesempatan seluas-luasnya pada konseli untuk mengadakan reality testing terhadap berbagai masalah mereka sendiri maupun perubahan tingkah laku yang ingin dicobanya. Pada konseling individual, kemungkinan untuk mengadakan reality testing terbatas pada diri konselor saja.
- e. Insight, dengan adanya kemungkinan seluas-luasnya untuk mengadakan reality testing dalam konseling kelompok, maka perubahan tingkah laku sering terjadi tanpa diikuti dengan insight. Pada konseling individual, diperlukan insight sebelum mengadakan perubahan tingkah laku dalam situasi yang riil.
- f. Suasana Kelompok, adanya suasana permisif, penerimaan, dukungan, serta tekanan dari kelompok sering memudahkan konseli untuk mendiskusikan masalah yang dirasa sukar baginya.
- g. Jumlah Konseli yang Dibantu, konseling kelompok memungkinkan seorang konselor untuk membantu konseli dalam jumlah yang lebih banyak dibandingkan dengan jumlah konseli yang dapat dibantu dalam konseling individual.

SIMPULAN

Dari pembahasan di atas dapat ditarik kesimpulan, Studi ini menganalisis prosedur layanan konseling individu dan kelompok dengan tujuan untuk memahami perbedaan, manfaat, serta implementasi yang efektif dari kedua pendekatan ini. Temuan penelitian menunjukkan bahwa konseling individu fokus pada pemecahan masalah spesifik secara personal melalui hubungan langsung antara konselor dan konseli. Sebaliknya, konseling kelompok memanfaatkan dinamika sosial untuk mendukung pembelajaran dan pengembangan interpersonal melalui interaksi antaranggota.

Kedua jenis layanan ini memiliki asas-asas utama seperti kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, dan kemandirian yang memastikan lingkungan konseling yang kondusif. Dalam konseling individu, prosesnya lebih menekankan penggalian mendalam terhadap permasalahan personal, sementara konseling kelompok lebih berorientasi pada penguatan keterlibatan sosial dan dukungan emosional di dalam kelompok.

Sebagai implikasi dari temuan ini, penting bagi praktisi bimbingan dan konseling untuk memahami secara mendalam karakteristik dan kebutuhan klien sehingga dapat memilih pendekatan yang sesuai. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi efektivitas spesifik dari berbagai teknik konseling dalam konteks individu maupun kelompok, serta

mengembangkan panduan implementasi yang lebih terstruktur dan adaptif untuk mendukung perkembangan klien secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardi, Z., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2019). Analisis pendekatan Adlerian dalam konseling kelompok untuk optimalisasi potensi diri siswa. *Jurnal educatio: jurnal pendidikan indonesia*, 5(1), 7-12.
- Carkhuff. (1985). *The Art of Helping*. USA: Human Resource Development Press.
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of Group Counseling*, eight Edition. USA: Brooks/Cole.
- Dartina, V., Nabila, S., Alfaiz, A., & Maharani, I. F. (2024). Systematic Literature Review: Penerapan Layanan Konseling Kelompok Solution Focused Brief Therapy (SFBT) pada Peserta Didik di Sekolah Menengah. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 36-46.
- 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.
- Gazda, G. M. (1999). *Group Procedure with Children: A Developmental Approach*. Dalam Ohlsen (Ed.). *Counseling Children in Group: A Forum*. New Jersey: Prentice Hall.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. (1995). *Introduction to Guidance*, New York: Macmillan Publisher
- Haryadi, R., Fauziatin, & Khairunisa. (2020). PERAN CHAT GRUP UNTUK MENOPTIMALKAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK ONLINE DI ABAD 21. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, Vol 6 No 1, 13- 18.
- Hellen, K. (2005). *Teori konseling dan psikoterapi*. Pustaka Pelajar.
- Kurnanto, M. E. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Kurnanto, M. E. (2014). *Konseling Kelompok*. Bandung : Alfabeta.
- Natawidjaja, R. (1987). Pendekatan-pendekatan dalam penyuluhan kelompok. *Bandung: CV. Diponegoro*.
- Nurihsan, J., & Yusuf, S. (2009). *Landasan bimbingan & konseling*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Prayitno, P., & Amti, E. (2009). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno, P., & Amti, E. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Prayitno, P., & Amti, E. (2004). *DasarDasar Bimbingan dan Konseling*. (Cetakan ke-2). Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, P. (2017). *Konseling profesional yang berhasil: Layanan dan kegiatan pendukung*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Prayitno. (1997). *Pelayanan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Umum (SMU)*. Jakarta: PT Bina Sumber Daya MIPA.
- Sudrajad, A. (2009). *Layanan Konseling Individual*.
- Sukardi, D. K. (1995). *Bimbingan Karier di Sekolah-Sekolah*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Syahril, A. R. (1986). *Pengantar Bimbingan dan Konseling Padang*: Angkasa Raya.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. (2009). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Wibowo, M. E. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang. Universitas Negeri Semarang Press.
- Willis, S. S. (2017). *Konseling individual, teori dan praktek*.
- Willis, S.S. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.