

# IMPLEMENTASI KELOMPOK DUKUNGAN (SUPPORT GROUPS) PADA ANAK SEKOLAH DASAR

**Budi Astuti**

Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling SPs UPI  
Bandung

## **Abstract**

Every child has a problem when they are in period of growth and development. This is a form of challenge for children to learn about how to solve problems with confidence and endurance of these problems. In fact, children may not be able to make planning and training to face the difficulties which are considered as difficult problem, heavy, complicated, severe, and complex problem. Therefore, these children need support from other parties, like parents, friends, teachers, counselors, and the environment. This paper will discuss the role and strategy of counselors in resolving the problems of children at primary school level.

**Keywords:** *Children of Elementary School, Support Groups*

## **A. Pendahuluan**

Setiap anak mengalami permasalahan ketika memasuki masa pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini merupakan satu bentuk tantangan bagi anak untuk dapat belajar tentang cara mengatasi permasalahan-permasalahan dengan keyakinan dan daya tahan terhadap masalah. Pada saat orangtua menemukan anak-anak pulang sekolah dengan berbagai keluhan, orangtua berusaha untuk membantu anak mengubah pola pikir yang dianggap merugikan anak dan mendorongnya untuk mencoba berbagai hal sehingga membuat situasi menjadi lebih baik. Hal inilah yang disebut dengan kemampuan mengatasi masalah hidup (*coping*).

Dalam kenyataannya, anak belum tentu dapat membuat rencana dan berlatih untuk menghadapi kesulitan yang dianggap sulit, berat, rumit, parah, dan kompleks. Permasalahan yang muncul pada anak,

terdapat dalam berbagai bentuk kesulitan dari mulai yang paling ringan sampai dengan yang terberat. Anak-anak sekolah dasar pada umumnya mengalami permasalahan antara lain: kesulitan belajar, membolos, masalah keluarga, kurang dapat menyesuaikan diri dengan teman maupun suasana sekolah, pergaulan dengan teman sebaya, merokok, bersikap agresif dan destruktif, menonton film porno, percobaan bunuh diri, maupun penyalahgunaan narkoba. Anak menjadi kurang percaya diri, kurang gairah dalam belajar, sulit tidur, kecemasan berlebihan, kesedihan, sulit berkonsentrasi, permasalahan psikologis maupun kesehatan lainnya. Anak-anak tersebut membutuhkan dukungan dari pihak lain, menyangkut orangtua, teman, guru, konselor, maupun lingkungan sekitar.

Konselor biasanya merekomendasikan untuk diadakan konseling ataupun koferensi kasus dengan pihak terkait. Sasaran konseling yang harus dicapai adalah menyediakan tempat yang nyaman bagi anak, sehingga anak dapat mendeskripsikan dan mengidentifikasi perasaannya, kemudian anak dapat mempraktikkan cara baru yang berhubungan dengan perasaan, pemikiran dan perilaku untuk mempromosikan penyesuaian yang lebih sehat dan meningkatkan pilihan hidupnya. Di dalam konseling, konselor membantu klien untuk menyadari kekuatan-kekuatannya sendiri, menemukan cara untuk mencegah (usaha preventif) dengan menggunakan kekuatannya tersebut, dan memperjelas keinginan diri sesuai dengan harapan dirinya.

Pada umumnya, anak-anak yang mengikuti proses konseling, akan mengalami langkah-langkah sebagai berikut: penguatan hubungan dengan orang dewasa, meningkatkan pemecahan masalah, mengurangi fokus yang berlebihan pada hal-hal spesifik yang mencemaskan dengan mengembangkan pengertian dan persetujuan yang lebih realistis pada diri sendiri, mengembangkan penerimaan diri, pemahaman terhadap berbagai pilihan dan konsekuensi-konsekuensinya, serta memperkuat mekanisme yang bersifat sehat dan melemahkan diri dari hal yang menyebabkan permasalahan (Jackson, 2007).

Dalam beberapa bentuk permasalahan anak, perlu adanya layanan konseling dengan teknik, metode dan pendekatan tertentu. Teori konseling yang digunakan juga disesuaikan dengan jenis kesulitan yang dialami anak. Dari uraian tersebut, perlu dibahas masa-

lah kelompok dukungan (*support group*) bagi anak-anak untuk memecahkan masalah khusus dalam lingkup kelompok. Pembahasan selengkapnya terdapat pada bab kedua.

## **B. Konseling Kelompok Bagi Anak-Anak**

Kerja kelompok dengan anak-anak, didefinisikan sebagai kelompok anak-anak yang berusia 14 tahun, atau individu pada pendidikan sekolah dasar dan sekolah menengah. Anak-anak berbeda dengan orang dewasa, mereka lebih membutuhkan kelompok yang terstruktur. Anak-anak lebih baik menghadapi teknik nonverbal daripada mengerjakan latihan secara langsung karena keterbatasan mereka dalam kosa kata dan menunjukkan penempatan perasaan melalui permainan kata saja. Pemimpin kelompok dituntut untuk mampu beradaptasi dengan tingkatan sosial, emosional, fisik dan intelektual anak serta memiliki kemampuan menggunakan teknik verbal maupun nonverbal.

Kelompok anak berfungsi mempromosikan kesiapan dan kemampuan anak untuk belajar, keterampilan-keterampilan khusus atau baru, keterampilan hidup dan mengoreksi kondisi-kondisi yang tidak sehat, pengembangan sumber daya atau potensi anak, mengembangkan kesadaran akan nilai, prioritas dan lingkungan, mengeksplorasi dan menghadapi tantangan sosial dan emosional serta memperoleh pengalaman mengelola perasaan, bantuan terhadap permasalahan perilaku, kehidupan yang sehat serta pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Konseling kelompok dalam setting sekolah secara esensial berfungsi menumbuhkan kesehatan mental. Menurut penelitian Cornewell, Hawley, & Romain (2007) dilaporkan bahwa fokus area atau prioritas yang dikembangkan dalam program koordinasi kesehatan sekolah di sekolah dasar, diperoleh persentase dari yang paling besar yaitu kebutuhan pada bidang: layanan psikologis, konseling, dan layanan sosial (87%), pendidikan jasmani (79%), layanan kesehatan (78%), dan layanan nutrisi makanan (44%). Konseling kelompok membantu anak belajar tentang diri dan orang lain dalam interaksi yang terstruktur. Tiga pendekatan dalam konseling kelompok anak adalah:

1. Pendekatan kelompok pusat krisis, yaitu kelompok dengan konflik diantara anggota kelompok, dalam hal ini ditantang untuk

memahami situasi dan berpikir tentang solusi yang mungkin dilakukan.

2. Pendekatan kelompok pusat permasalahan, yaitu sebuah kelompok kecil yang memusatkan perhatian pada satu permasalahan. Tahapan yang dilakukan dalam pendekatan ini adalah: (a) tahapan awal yang berfokus pada membangun hubungan, kepercayaan, keberanian, serta merasa memiliki realisasi universal, (b) tahapan perubahan pemikiran, dan (c) tahapan akhir yaitu layanan untuk mempromosikan perilaku positif.
3. Pendekatan kelompok pusat pertumbuhan, ialah berfokus pada perkembangan sosial dan pribadi siswa. Tujuan kelompok ini adalah untuk mengeksplorasi perasaan, perhatian dan perilaku setiap hari.

Pemimpin kelompok berperan sebagai fasilitator yang mendorong anak mengeksplorasi diri atau dengan model *advocated*. Kegiatan dilaksanakan melalui kerjasama dengan para guru, yang berperan sebagai asisten pimpinan dan memetakan kemajuan perkembangan siswa.

Anak-anak yang mendapatkan manfaat dari konseling maupun kelompok psikoterapi, biasanya memiliki karakteristik sebagai berikut: (a) mereka bergabung secara sukarela, (b) terlibat dalam diskusi yang benar-benar mengenai, (c) mengenal sikap-sikap baru, (d) saling membantu dengan kelompok-kelompok lain dalam mempelajari sikap-sikap baru, (e) percaya dan yakin akan kemampuan bahwa konselor, pemimpin kelompok, dan orangtua bahkan guru dalam pembentukan sikap baru (Ohlsen, dkk, 1988 dalam Gladding, 1995)

Selanjutnya Myrick, (1987) (dalam Gladding, 1995) memberikan daftar manfaat atau kelebihan dari kelompok psikoedukasional, antara lain:

- a. Memungkinkan bagi para konselor menemui sejumlah anak untuk beberapa permasalahan dan menerapkan cara-cara preventif.
- b. Memungkinkan bagi para konselor untuk menggunakan sumber-sumber dari dalam dan luar (guru dan masyarakat) untuk membantu anak-anak dalam mengembangkan diri.
- c. Memberikan perasaan aman dan nyaman kepada siswa, membantu siswa dan interaksi dengan teman sebaya, dan membantu

belajar cara-cara praktis dalam mengatasi masalah.

Sebaliknya, disamping kelebihan dan manfaat kelompok tersebut, dijelaskan pula kelemahan kelompok psikoedukasional bagi anak ialah:

1. Kadangkala terlalu impersonal dan gagal untuk membantu anak-anak di dalam suatu cara praktis.
2. Terkadang terlalu banyak melibatkan individu dan melarang diskusi umum atau eksplorasi tentang anggota kelompok tertentu.
3. Merupakan suatu stereotip, kadangkala konselor meniru-niru sebagai penyaji pengetahuan dan menghalangi konselor untuk menjadi lebih spontan.

### C. Deskripsi Umum Tentang *Support Group*

Kelompok dukungan (*support group*) biasanya terdiri atas 4 sampai 12 anggota dengan pertemuan bulanan, mingguan, atau bahkan dua kali mingguan. Di dalam kelompok jenis ini, para anggota berbagi pemikiran dan perasaan tentang dirinya sendiri. Saling berbagi dan mendengarkan orang lain memunculkan variasi berbagai sudut pandang untuk menguji permasalahan-permasalahan dan mengembangkan perasaan terhadap para anggota. Dengan demikian, kelompok dukungan memungkinkan para anggota untuk belajar bahwa orang lain sedang berjuang keras untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang sama, emosi yang serupa, dan memiliki pemikiran yang serupa. Contoh lain dari kelompok dukungan meliputi hal berikut:

1. Para narapidana berkumpul bersama-sama untuk berbagi perhatian tentang hilangnya kebebasan, pelepasan dan pembebasan yang akan datang, atau kesepian.
2. Anak-anak dari orang tua yang bercerai yang ingin memperbincangkan tentang pengalaman-pengalaman dan penyesuaian mereka.
3. Korban-korban bencana alam, seperti banjir atau angin topan, gempa, tsunami, badai, gunung meletus, yang berbagi perasaan perihil hilangnya orang-orang yang dikasihi, hilangnya harta, atau perasaan ketakberdayaan.
4. Orang-orang tua yang sedang dalam beradadipusatpenyembuhan.

Kelompok dukungan atau kelompok pertumbuhan memberikan dukungan satu sama lain dalam usaha mengatasi kesepian dan pengasingan.

5. Pembuat rumah yang mencari kenyamanan dan persahabatan dari teman-teman yang seprofesi dengannya.
6. Orang-orang yang sedang bergelut dengan kematian akibat menderita sakit kanker. Individu ini akan menemukan kenyamanan pada saat mendengar bahwa ada orang lain yang juga mengalami kesedihan, keputusasaan dan sedang berjuang untuk melanjutkan hidup mereka.
7. Individu dengan kecacatan yang datang bersama-sama untuk berbagi perasaan dan ketakutan-ketakutan mereka tentang kecacatannya.
8. Veteran-veteran peperangan yang berbagi perasaan saat di pengasingan dan kengerian serta berkabung karena kehilangan teman-teman atau sahabat-sahabat mereka.
9. Orang-orang dengan sindrom AIDS.
10. Sebuah kelompok para orangtua tiri yang sangat tertolong karena dapat berbagi berbagai kesulitan yang spesifik ketika mengalami kehidupan dalam keluarga tersebut.
11. Individu yang mengalami perceraian ingin menemukan bagaimana orang lain sedang menghadapi juga.
12. *Burnout* dan kelompok manajemen stres.

Peran dari pemimpin kelompok dukungan adalah untuk mendorong interaksi-interaksi saling berbagi antar partisipan. Idealnya, interaksi-interaksi ini bersifat pribadi dan para anggota berbicara secara langsung kepada anggota yang lain. Dalam hal ini bukan berarti para pemimpin tidak berbicara. Pemimpin dapat aktif dan berharap untuk berbagi pengalaman-pengalaman pribadi masing-masing. Bagaimanapun merupakan hal yang penting bahwa para pemimpin kelompok-kelompok dukungan menjaga pemikirannya terhadap proses berbagi yang menguntungkan sebagai tujuan kelompok. Hal tersebut tidak dapat tercapai jika pemimpin atau setiap anggota mendominasi diskusi.

Pemimpin melakukan pekerjaannya dengan bagus apabila mem-

fasilitasi kelompok dan menyediakan pengalaman yang bermakna bagi anggota untuk memberi kesempatan berbagi dan belajar dari yang lain. Dalam pelaksanaannya, terkadang pemimpin tidak terlalu terlibat dalam diskusi kelompok. Dimana banyak pemimpin kelompok melakukan kesalahan dalam beberapa waktu mencegah anggota untuk berbagi perasaan. Seorang pemimpin menyatakan tujuan kelompok adalah untuk menghasilkan interaksi anggota dengan anggota dengan harapan akan memberikan kejelasan pada anggota (Jacobs, Harvill, & Masson, 1994).

Tujuan kelompok dukungan dapat mengacu pada tujuan konseling dalam pendekatan Alder, yaitu:

- a. Membentuk dan memelihara hubungan empatik di antara klien dengan konselor yang didasarkan atas saling mempercayai dan menghargai di mana klien merasa dipahami dan diterima oleh konselor.
- b. Memberikan suatu iklim terapeutik di mana klien dapat memahami keyakinan-keyakinan dan perasaan-perasaan dasarnya mengenai diri sendiri dan memahami penyebab bahwa keyakinan tersebut salah.
- c. Membantu klien mengembangkan wawasan mengenai tujuan-tujuannya yang keliru dan perilakunya yang cenderung merugikan dirinya, melalui proses konfrontasi dan penafsiran.
- d. Membantu klien menemukan pilihan-pilihan dan mendorongnya untuk membuat pilihan.

Selaras dengan tujuan konseling kelompok tersebut, terdapat empat tahap dalam kelompok dukungan dengan pendekatan Adler, antara lain: (1) membentuk dan memelihara hubungan terapeutik yang tepat, (2) menjajagi dinamika yang terjadi di dalam diri individu (menganalisis), (3) mengkomunikasikan kepada individu tentang pemahaman diri sendiri, dan (4) melihat berbagai pilihan yang baru dan membuat pilihan yang baru (Natawidjaja, 1987).

#### **D. *Support Group* Bagi Anak Di Sekolah Dasar**

Pada tahun-tahun terakhir ini, banyak sekali ditemukan berbagai permasalahan siswa (anak-anak sekolah dasar maupun menengah) yang menyangkut penyalahgunaan narkoba (narkotika dan obat-

obatan terlarang). Permasalahan ini tentu sangat memprihatinkan bagi kalangan dunia pendidikan khususnya para profesional, pihak sekolah dan konselor. Oleh karena itu, perlu upaya untuk mengimplementasikan program-program bantuan bagi para siswa. Penelitian-penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa dari beberapa jenis dan bentuk kelompok-kelompok yang berbeda, ditemukan hasil bahwa kelompok dukungan merupakan kelompok yang paling efektif.

Dalam praktiknya, jumlah konselor yang ditugaskan pada tingkat sekolah dasar sangat terbatas, sehingga hal ini menyebabkan keterbatasan layanan bantuan konseling bagi siswa sekolah dasar. Untuk mengatasinya, program layanan konseling siswa difokuskan pada kelompok siswa yang memiliki kepentingan untuk segera diberikan layanan konseling (*concerned persons group*) dan kelompok preventif (*preventive group*); antara lain: manajemen marah, perubahan keluarga akibat permasalahan perceraian. Selain dari tugas-tugas tersebut, konselor sekolah bertanggung jawab mengkoordinir dan mengimplementasikan layanan kelompok dukungan (*support group*) pada tingkatan sekolah dasar.

Sehubungan dengan pembahasan kelompok dukungan, maka cakupan penjelasan dapat diperluas dan sejalan dengan gagasan kelompok psikoedukasioanal dalam seting sekolah. Menurut Corey & Corey (2006), dalam seting sekolah terdapat kelompok psikoedukasional (*psychoeducational groups*) bekerja dengan anggota kelompok yang memiliki fungsi individual relatif baik, namun memiliki defisit informasi pada area tertentu. Kelompok ini memusatkan diri pada pengembangan keterampilan kognitif, afektif, dan perilaku anggota kelompok dalam sebuah rangkaian yang terstruktur di seputar pertemuan kelompok. Tujuan utama kelompok psikoedukasional adalah untuk mencegah bersatunya defisit edukasional dan permasalahan psikologis. Kelompok-kelompok ini bekerja dengan cara mengangkat, mendiskusikan, dan menggabungkan informasi tertentu. Informasi baru diperoleh melalui latihan peningkatan kemampuan (*skill-building exercise*). Sebagai contoh dari kelompok seperti ini adalah kelompok pencegahan penyalahgunaan obat terlarang.

Beberapa topik bagi sebuah kelompok terstruktur antara lain: manajemen stres, pelatihan tuntutan belajar, mengatasi gangguan



makan (bulimia dan anoreksia), pendampingan perempuan pada masa transisi, menghadapi orang tua pecandu alkohol, mempelajari keterampilan manajemen marah, manajemen mengawali dan mengakhiri hubungan, mengatasi perfeksionisme, dan pendampingan korban kekerasan fisik dan seksual. Kelompok psikoedukasional bekerja secara efektif bagi anak dan remaja karena memiliki kesesuaian dengan pengalaman pendidikan dalam setting sekolah. Kelompok ini berusaha mendampingi anak dalam mengembangkan keterampilan afektif dan tingkah laku yang diperlukan dalam mengekspresikan emosi anak secara tepat.

### **E. Bentuk-Bentuk *Support Group***

Setiap siswa memiliki kebutuhan-kebutuhan yang berbeda dalam kaitannya dengan layanan kelompok dukungan. Oleh karena itu, kelompok dikembangkan dengan berbagai topik atau tema yang relevan. Beberapa bentuk yang bersifat spesifik, antara lain: *concerned persons*, pemahaman yang mendalam, *break free*, dan penyembuhan (*recovery*). Berikut ini adalah penjelasan masing-masing bentuk (Rainey, Hensley, & Crutchfield, 1997).

#### *1. Concerned persons group*

Bagi kelompok *concerned persons*, kelompok ini dirancang untuk siswa yang hidup dalam sebuah anggota keluarga yang menyalahgunakan alkohol dan keluarga yang mengalami permasalahan dengan obat-obatan terlarang. Anak-anak yang tergolong didalam kelompok tersebut terbagi menjadi dua yaitu: anak sebagai pecandu alkohol dan anak sebagai korban penyalahgunaan narkoba. Aktivitas kelompok ini difokuskan pada dampak-dampak merokok dan peran keluarga, ditambah dengan adanya kelas pendidikan kesehatan yang mengupas efek yang membahayakan dari produk-produk tembakau.

#### *2. Insight group*

Kelompok ini disediakan bagi siswa yang terlibat dalam penggunaan alkohol atau obat-obatan lain dan membutuhkan dukungan dari orang lain untuk menanggulangnya. Pada tingkatan sekolah menengah, dalam kelompok ini siswa telah disebut sebagai pemakai. Oleh karena itu, kelompok dukungan juga melayani para siswa yang berminat dalam mempelajari keterampilan-keterampilan menolak. Aktivitas berfokus pada informasi ketergantungan obat, eksplorasi

diri, keterampilan menolak, peran keluarga, dan ketersediaan program dukungan masyarakat.

3. *Break free group*

Kelompok ini disediakan bagi siswa yang telah menggunakan produk-produk rokok tertentu dan bagi siswa yang menginginkan untuk menghentikan pemakaian produk tersebut. Ketika siswa menyatakan untuk mengikuti *break free*, maka ditekankan adanya komitmen untuk menghentikan merokok. Konselor perlu bekerja sama dengan ahli profesional sebagai fasilitas pelayanan kesehatan sekolah, yang dapat melatih anak untuk menghentikan kebiasaan merokok.

4. *Recovery*

Kelompok *recovery* dibentuk bagi siswa yang sudah mendapatkan perawatan atau *treatment* dari ketergantungan obat dan sedang menjalani proses *recovery*. Partisipan sebagai anggota kelompok dukungan dalam setting sekolah tersebut membantu siswa memelihara kesembuhan secara sukses. Aktivitas memusatkan pada pengurangan stres, tekanan teman sebaya, dukungan sistem, membuat tujuan dan keputusan, mencegah untuk tidak berbuat lagi, dan peran keluarga.

## **F. Implementasi *Support Group* Di Sekolah Dasar**

Penelitian yang dilakukan oleh Rainey, Hensley, & Crutchfield (1997) dalam hal implementasi layanan kelompok dukungan untuk anak sekolah dasar melibatkan sejumlah partisipan dari 22 sekolah. Kelompok dukungan di sekolah dasar dijadualkan selama 45 menit dalam satu sesi setiap minggu. Kelompok dukungan berlangsung antara enam sampai delapan kali sesi. Konselor mendiskusikan penyusunan waktu yang tepat untuk mengadakan pertemuan-pertemuan kelompok baik dengan para siswa maupun dengan para guru. Para guru dapat mengambil peran dalam kelompok sehingga anak-anak tidak merasa sedang dihukum didalam kelompoknya. Untuk tujuan kerahasiaan, dalam kelompok masing-masing anak yang berpartisipasi tidak diidentifikasi dalam *hall* atau aula. Hasil penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif ini, menunjukkan bahwa peserta sangat tertolong dalam mengatasi permasalahannya, karena kelompok dukungan bersifat informatif, menarik, dan efektif.

Penelitian lain yang dilaksanakan oleh Steen & Kaffenberger (2007) tentang dinamika kelompok dalam mengembangkan aspek dan si-

kap pribadi dan sosial yang berhubungan dengan permasalahan keluarga, persahabatan, dan manajemen kemarahan (pengendalian emosi). Sasaran hasil dari kelompok adalah strategi dalam fasilitasi pengembangan pribadi dan sosial. Penelitian ini melibatkan 725 siswa sekolah dasar di Virginia. Sasaran hasil dari kelompok dibagi menjadi dua bagian, yaitu akademis dan pribadi-sosial. Sasaran hasil pribadi-sosial yang spesifik memberikan banyak variasi karena masing-masing digolongkan berdasarkan atas kebutuhan-kebutuhan yang khusus dari para siswa. Salah satu contoh adalah kelompok manajemen kemarahan yaitu belajar bagaimana cara berhubungan dengan situasi yang menimbulkan kemarahan, bagaimana cara mengkomunikasikan perasaan, menggunakan strategi untuk membebaskan kemarahan, dan menerapkan keterampilan-keterampilan manajemen kemarahan di luar kelompok.

Pada penelitian ini terdapat beberapa prosedur yang dijalankan yaitu kelompok tersusun dalam 8-10 sesi konseling tergantung pada kemajuan para anggota melalui kelompok (Gladding, 2003). Sesi terjadi selama seminggu sekali pada saat makan siang dan istirahat. Konselor sekolah menggunakan aktivitas termasuk biblioterapi, strategi komunikasi, rancangan seni, bermain peran, *modeling*, dan permainan-permainan. Konselor memberikan umpan balik dan menggunakan strategi untuk memudahkan diskusi dalam kelompok. Kolaborasi atau komunikasi dengan orangtua dan para guru, perlu dilaksanakan untuk mendapatkan informasi data-data siswa secara akurat dan mendapatkan dukungan kerjasama agar proses konseling mencapai keberhasilan yang optimal (Steen & Kaffenberger, 2007).

### **G. Implikasi Terhadap Praktik Konseling Kelompok**

Konseling yang dilaksanakan secara berkelompok bagi komunitas anak-anak pada dasarnya merupakan suatu proses antar pribadi yang dinamis dan terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi tersebut diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling memedulikan di antara para peserta konseling kelompok, termasuk konselor atau konselor-konselor itu sendiri.

Klien-klien dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu-individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan persoalan yang tidak memerlukan perubahan kepribadian dalam penanganannya. Klien dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.

Terdapat banyak jenis layanan konseling kelompok baik dalam seting sekolah maupun diluar seting sekolah. Diantaranya adalah kelompok dukungan (*support group*), konseling kelompok (*counseling group*), kelompok tugas (*task group*), kelompok pertumbuhan (*growth group*), kelompok kerja (*work group*), kelompok psikoterapi (*psychotherapy group*), kelompok psikoedukasional (*psychoeducational group*), kelompok pertemuan (*encounter group*), kelompok latihan di laboratorium (*laboratory-training group*), kelompok terstruktur, kelompok membantu diri sendiri (*self-help group*) dan sebagainya.

Kelompok dukungan (*support groups*) memiliki karakteristik tersendiri yang dapat membedakan dengan jenis dan pendekatan kelompok yang lain. Kelompok dukungan (*support group*) biasanya terdiri atas 4 sampai 12 anggota dengan pertemuan bulanan, mingguan, atau bahkan dua kali mingguan. Di dalam kelompok jenis ini, para anggota berbagi pemikiran dan perasaan tentang dirinya sendiri. Saling berbagi dan mendengarkan orang lain memunculkan variasi berbagai sudut pandang untuk menguji permasalahan-permasalahan dan mengembangkan perasaan terhadap para anggota. Dengan demikian, kelompok dukungan memungkinkan para anggota untuk belajar bahwa orang lain sedang berjuang keras untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang sama, emosi yang serupa, dan memiliki pemikiran yang serupa. Contoh-contoh dari kelompok dukungan pada partisipan anak-anak meliputi: (a) Anak-anak dari orang tua yang bercerai, (b) Anak-anak korban bencana alam, seperti banjir atau angin topan, gempa, tsunami, badai, gunung meletus, yang berbagi perasaan perih hilangnya orang-orang yang dikasihi, hilangnya harta, atau perasaan ketakberdayaan, (c) Individu dengan kecacatan yang ingin berbagi perasaan dan ketakutan-ketakutan mereka tentang kecacatannya, (d) Anak-anak yang hidup bersama dengan orangtua tiri, dan sebagainya.

Implementasi kelompok dukungan bagi anak di sekolah dasar merupakan bagian dari aplikasi layanan bimbingan dan konseling terutama konseling kelompok untuk populasi khusus yaitu anak-anak. Usaha implementasi kelompok dukungan ini dapat dirasakan efektivitasnya dan dapat menjawab kebutuhan sekolah dalam hal pemberian layanan konseling (aspek psikologis siswa) dan layanan sosial yang termasuk sebagai prioritas terpenting untuk dilaksanakan. Hal ini sangat bermanfaat bagi pengembangan model-model konseling kelompok di sekolah dasar yang sampai saat ini masih belum memadai. Keterbatasan jumlah konselor yang terdapat di sekolah dasar dalam implementasi kelompok dukungan dapat disiasati dengan disediakannya konselor kunjung pada setiap sekolah. Selain itu, dapat juga ditempuh cara-cara memberikan pelatihan-pelatihan komprehensif melalui *short course* kepada para guru yang terlibat langsung dalam proses pembelajaran dengan bimbingan intensif dari para konselor.

Hal penting lainnya adalah perlu adanya kolaborasi dengan para profesional yang terkait dengan permasalahan yang diangkat dalam kelompok, sehingga setiap siswa mendapatkan fasilitas yang dibutuhkan. Misalnya: ahli kesehatan (dokter) untuk melayani anak dalam menghadapi masalah rokok menyangkut kesehatan fisiknya, penyalahgunaan narkoba, alkohol dan sebagainya; psikolog atau psikiater untuk membantu anak-anak yang mengalami stres atau depresi pasca trauma akibat bencana alam; pihak sekolah (guru dan kepala sekolah) sebagai fasilitator bagi anak dalam pelaksanaan kegiatan kelompok dukungan; konselor keluarga bagi anak-anak yang mengalami rasa kehilangan dan kebencian saat kedua orangtuanya bercerai, dan para profesional yang lainnya.

## H. Penutup

Berdasarkan uraian dan pembahasan, dapat dirangkum beberapa poin penting sebagai berikut:

1. Anak-anak merupakan populasi khusus yang memiliki karakteristik unik dan bersifat *individual differences*. Oleh karena itu pendekatan konseling kelompok terhadap masing-masing permasalahan perlu disesuaikan dengan jenis, karakteristik, gejala, dan dampak dari permasalahan-permasalahan yang dihadapi. Artinya bahwa anak-anak yang mengalami masalah yang sama, akan memunculkan dampak yang berbeda yang respon dan

- reaksi masing-masing. Dengan demikian, pendekatan dan teknik konseling yang diberikan untuk masing-masing anak akan berbeda.
2. Salah satu pendekatan yang ditempuh konselor dalam hal permasalahan yang bersifat sama atau serupa sebagai alternatifnya adalah dengan *support counseling* atau *support groups* (kelompok dukungan). Dalam hal ini, para anggota berbagi pemikiran dan perasaan tentang dirinya sendiri. Saling berbagi dan mendengarkan orang lain sehingga memunculkan berbagai variasi sudut pandang untuk menguji permasalahan-permasalahan dan mengembangkan perasaan terhadap para anggota. Dengan demikian, kelompok dukungan memungkinkan para anggota untuk belajar bahwa orang lain sedang berjuang keras untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang sama, emosi yang serupa, dan memiliki pemikiran yang serupa.
  3. Anak-anak yang terlibat dalam kegiatan kelompok dukungan akan mengikuti beberapa tahapan, dinamika, dan proses, yang telah ditetapkan secara bersama-sama dalam peraturan-peraturan kelompok. Tahapan, dinamika, dan proses tersebut dapat membantu anak dalam mengkomunikasikan perasaan dan berbagi kepada anggota kelompok yang lain sehingga ditemukan pemecahan masalah yang terbaik dan membuat pilihan keputusan yang bermanfaat dalam hidupnya.
  4. Dalam kelompok dukungan, anak-anak memperoleh hasil yang efektif karena peserta merasa sangat tertolong dari masalah yang dialaminya. Hal ini karena didalam kelompok dukungan terdapat muatan yang bersifat informatif, menarik dalam segi implementasi dan aplikasinya, dan efektif dari segi keberhasilan kegiatan.

## I. Daftar Pustaka

- Corey, M.S. & Corey, G. (2006). *Groups: Process and Practice*. Belmont, CA.: Thomson Brooks/Cole.
- Cornwell, L., Hawley, S.R., & Romain, T.S. (2007). Implementation of Coordinated School Health Program in a Rural, Low Income Community. *The Journal of School Health; Nov 2007; 77, 9;*

*ProQuest Education Journals.*

- Gladding, S.T. (1995). *Group Work: A Counseling Specialty*. New Jersey: Englewood Cliffs, Prentice-Hall.
- Jackson, P. (2007). When to Know if Your Child Needs Counseling. Departement Clay County Schools. <http://www.google.com>.
- Jacobs, E.E., Harvill, R.L., & Masson, R.L. (1993). *Group Counseling. Strategies and Skills*. California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Natawidjaja, R. (1987). *Pendekatan-pendekatan dalam Penyuluhan Kelompok I*. Bandung: CV. Diponegoro.
- Rainey, L.M., Hensley, F.A., & Crutchfield, L.B. (1997). Implementation of Support Groups in Elementary and Middle School Student Assistance Programs. *Professional School Counseling*, Dec 1997; 1, 2; *ProQuest Education Journals*.
- Steen, S. & Kaffenberger, C.J. (2007). Integrating Academic Interventions Into Small Group Counseling in Elementary School. *Professional School Counseling*, June 2007.