

BAB II

MENINGKATKAN RASA TANGGUNG JAWAB MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN REALITAS

A. Tanggung Jawab

1. Pengertian Tanggung Jawab

Tanggung jawab adalah sesuatu yang harus kita lakukan agar kita menerima sesuatu yang dinamakan hak. Tanggung jawab merupakan perbuatan yang sangat penting dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, karena tanpa tanggung jawab maka semua hal tidak akan berjalan dengan baik. Contohnya saja adalah jika seorang ayah tidak melakukan tanggung jawabnya dalam mencari nafkah, maka keluarganya akan sengsara. Bagaimanapun juga tanggung jawab menjadi nomor satu didalam kehidupan seseorang. Dengan kita bertanggung jawab kita akan dipercaya orang lain, selalu tepat melaksanakan sesuatu serta mendapatkan hak dengan sewajarnya.

Tanggung jawab merupakan sebuah kewajiban yang harus siswa penuhi. Kewajiban itu telah siswa pilih, maka siswa harus menaati semua peraturan dan juga konsekuensi yang telah ditentukan oleh pihak sekolah. Siswa telah memilih menjadi seorang pelajar, maka siswa harus menjalani kehidupan layaknya seorang pelajar. Menurut Harris Clemos dan Reynold Bean (2001:2) mengemukakan tanggung jawab adalah: "*ability to answer to in general that world also mean take proper decision, make proper it's meaning specity best choice in*

social norm boundary and expectation which is public to be given to increase relation between human being which are positive and also safety, their prosperity and efficacy. Effective comments which child can be tired target of which it's and result more and moreing it's strength their selfregard". Artinya :kemampuan untuk menggapai secara umum kata itu juga berarti mengambil keputusan yang patut dan efektif. Patut artinya menetapkan pilihan yang terbaik dalam batas-batas norma sosial dan harapan yang umum diberikan, untuk meningkatkan hubungan antara manusia yang positif serta keselamatan, keberhasilan dan kesejahteraan mereka. Tanggapan yang efektif adalah tanggapan yang memungkinkan anak mencapai tujuan-tujuan yang hasil akhirnya adalah makin kuatnya harga diri mereka.

Menurut Pam Schiller & Tamera Bryant (dalam Tu'u 2002 : 131) "Tanggung jawab adalah perilaku yang menentukan bagaimana kita bereaksi terhadap situasi setiap hari, yang memerlukan beberapa jenis keputusan yang bersifat moral". Seorang anak perlu memiliki dan meningkatkan harga diri yang kuat. Memiliki harga diri yang kuat disini adalah anak mampu memiliki sumber daya, kesempatan dan kemampuan untuk mempengaruhi keadaan hidupnya sendiri. Sumber daya yang anak miliki akan mampu membuat anak mengambil keputusan untuk melakukan suatu kegiatan yang dipandang ada manfaatnya. Mengambil suatu keputusan merupakan sikap bertanggung jawab yang perlu ditingkatkan dan dikembangkan secara terus menerus dari sejak anak sampai

dewasa. Seorang anak akan terus belajar untuk meningkatkan rasa mampunya. Jika anak dapat meningkatkan rasa mampunya maka anak tersebut akan lebih percaya diri, tahu bagaimana membawa diri, serta mengerti bagaimana anak dapat memperoleh pujian dan imbalan. “Untuk mengembangkan rasa kemampuan pribadinya, anak memerlukan tiga faktor yaitu sumber daya, kesempatan, dan kemampuan” Anton Adiwiyoto, (2001 : 69). Dari ketiga faktor tersebut anak dapat mengambil keputusan yang lebih baik dalam melakukan kegiatan.

Dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab adalah segala sesuatu yang harus dijalankan oleh seseorang agar mendapatkan suatu keberhasilan yang ingin dicapai, karena dalam mencapai suatu keberhasilan dibutuhkan rasa tanggung jawab yang tinggi. Banyaknya tanggung jawab membuat kita sulit merumuskan dalam bentuk kata-kata yang sederhana dan mudah dimengerti. Tetapi, jika kita amati lebih jauh, pengertian tanggung jawab selalu berkaitan dengan kesadaran untuk melakukan, kesediaan untuk melakukan, dan kemampuan untuk melakukan. Dalam keluarga perlu ditanamkan rasa atau sifat tanggung jawab dengan memberikan tugas-tugas kecil kepada anak dalam kehidupan sehari-hari. Dan sebagai orang tua tentunya kita juga berkeinginan untuk menanamkan rasa tanggung jawab pada anak. Tuntutan yang teguh bahwa anak harus setia menjalankan tugas-tugas kecil itu, maka akan menimbulkan ketaatan terhadap perintah. Mengajarkan anak bertanggung jawab dapat menimbulkan suatu

pengaruh yang yang tidak kita inginkan bagi pembentukan watak anak, karena pada dasarnya rasa tanggung jawab bukanlah hal ditanamkan seseorang dari luar, rasa tanggung jawab stumbuh dari dalam, mendapatkan pengarahan dan pemupukan dari sistem nilai yang kita dapati dalam lingkungan dan masyarakat.

Rasa tanggung jawab yang tidak mengacu kepada nilai-nilai positif maka akan berubah menjadi sesuatu yang asosial. Ada beberapa cara yang dapat diterapkan untuk mendidik anak sejak usia dini agar menjadi anak yang bertanggung jawab, dikemukakan oleh Dr. Carlotta De Lerma dalam <http://www.Wonosari.com/t2844-share-tanggung-jawab> yang harus dilakukan untuk membantu anak bertanggung jawab yaitu:

1. Memberi teladan yang baik
2. Tetap dalam pendirian dan teguh dalam prinsip
3. Memberi anjuran atau perintah hendaknya jelas dan terperinci
4. Memberikan ganjaran atas kesalahan
5. Jangan terlalu banyak menuntut

Tanggung jawab merupakan perbuatan yang kita lakukan dalam kehidupan sehari-hari dan tanggung jawab adalah suatu kewajiban. Tanpa tanggung jawab maka kehidupan akan kacau. Contohnya, ada seorang pelajar yang tidak melaksanakan tanggung jawabnya untuk belajar sebagaimana semestinya yang dilakukan oleh seorang pelajar, maka sekolahnya tentu akan berantakan. Jika

orang tua tidak menjalankan kewajibannya sebagai orang tua untuk mencari nafkah bagi anak-anaknya dan tidak mengajari anak-anaknya, tentu anak-anaknya akan mengalami kesusahan dan mengalami kebodohan. Pentingnya tanggung jawab dalam diri seorang pelajar adalah agar orang tersebut tidak mengalami kegagalan atau kerugian untuk dirinya maupun orang lain. Karena dengan adanya tanggung jawab kita akan mendapatkan hak kita seutuhnya. Dengan tanggung jawab juga orang akan lebih memiliki simpati yang besar untuk kita, dengan sendirinya derajat dan kualitas kita dimata orang lain akan tinggi karena memiliki tanggung jawab yang besar.

2. Bentuk-Bentuk Tanggung Jawab

Sebagai seorang siswa, terdapat beberapa tanggung jawab yang harus dilakukannya. Tanggung jawab tersebut sebagai sebuah kewajiban disamping hak yang dimilikinya, akan tetapi anak sering kurang memahami dan kurang ada keinginan untuk melaksanakan tanggung jawabnya dengan tulus. Hal itu yang bisa menjadi faktor penyebab mengapa banyak siswa yang tidak melaksanakan tanggung jawabnya dengan baik. Menurut Saonji Dahlan dan Asy'ari (2005:70) terdapat beberapa bentuk mengenai rasa tanggung jawab, diantaranya adalah:

a. Melakukan tugas belajar dengan rutin

Belajar adalah suatu kewajiban dan tanggung jawab sebagai seorang siswa yang hasilnya akan diraih dimasa mendatang. Belajar tidak perlu memakan waktu

lama asal dilakukan secara rutin setiap hari minimal satu jam, harus bisa membagi waktu dengan baik, manajemen tugas dengan efisien, dan mempunyai inisiatif untuk belajar. Banyak siswa yang merasa keteteran dengan tugas-tugas sekolah, hal itu dikarenakan tidak dikerjakan dengan sedikit demi sedikit secara rutin. Belajar secara rutin adalah cerminan siswa yang mempunyai kesadaran diri akan tanggung jawabnya.

b. Tidak menyalahkan orang lain yang berlebihan dalam belajar

Pelaku perbuatan merupakan orang pertama yang akan menanggung akibat perbuatannya yang salah. Siswa yang baik adalah tidak lempar batu sembunyi tangan. Kita yang berbuat, maka kita yang harus mempertanggung jawabkannya. Selain tidak menyalahkan orang lain dan keadaan, tanggung jawab bisa digambarkan dengan mengakui kesalahan yang telah diperbuat dan berusaha lapang dada apabila terjadi sesuatu yang tidak sesuai keinginannya.

c. Menghormati dan menghargai aturan di sekolah

Menghormati dan menghargai aturan sekolah merupakan kewajiban dan hal yang utama sebagai seorang pelajar dimana kita harus selalu menaati aturan tersebut seperti memakai seragam lengkap, datang ke sekolah tepat waktu, menghormati peraturan-peraturan yang dibuat oleh sekolah, dan ikut berpartisipasi dalam kebersihan lingkungan sekolah.

d. Mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar

Minat yang kuat untuk menekuni belajar yaitu adanya keinginan dan kemauan yang disertai perhatian dan keaktifan siswa untuk melahirkan rasa senang dalam belajarnya. Minat yang kuat akan menimbulkan usaha yang gigih serius dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi tantangan. Adanya minat dalam belajar misalnya ditandai dengan mengikuti les untuk mata pelajaran yang disukai, berusaha memperoleh nilai yang baik, tidak mudah putus asa, mencatat apa yang dijelaskan oleh guru, dan sebagainya.

e. Melakukan tugas sendiri dengan senang hati

Melakukan tugas sendiri dengan senang hati dapat digambarkan dengan mengerjakan tugas tanpa merasa terbebani dan tidak tergantung pada orang lain (mandiri) dalam belajar dengan berusaha semaksimal mungkin. Sesuatu yang dikerjakan dengan senang hati akan membuahkan hasil yang baik.

3. Faktor-Faktor Siswa Tidak Bertanggung Jawab

Sikap siswa yang tidak bertanggung jawab terhadap pelaksanaan tata tertib sekolah dipengaruhi oleh berbagai faktor. Hal ini dikarenakan siswa banyak berasal dari berbagai latar belakang kehidupan sosial ekonomi dan pendidikan orang tua yang berbeda-beda.

Menurut Suprayekti (2003:6) faktor-faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah:

a. Sekolah dan guru kurang menerapkan disiplin

Tugas seorang guru tidak hanya mengajar siswa tetapi juga harus mendidik siswanya agar siswanya menjadi siswa yang membanggakan, guru harus dapat memberikan teladan kepada siswa dalam hal menerapkan disiplin. Menurut Asrori (2003:161) menyatakan: “Seorang guru di sekolah harus memiliki integritas pribadi yang dapat dipertanggungjawabkan secara utuh sehingga dapat diteladani oleh siswa yang sedang berada pada fase remaja”. Bila sekolah kurang menerapkan disiplin biasanya kurang bertanggung jawab karena siswa menganggap tidak melaksanakan tugas pun disekolah tidak dikenakan sanksi dan tidak pernah di marahi oleh guru.

b. Teman bergaul

Pada saat remaja siswa lebih senang berkumpul bersama sahabat-sahabatnya daripada bersama keluarganya. Menurut Asrori (2003:89) bahwa: “Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk semacam geng”. Pergaulan anak bersama teman sebayanya memiliki pengaruh yang kuat terhadap kondisi mental anak karena jika anak bergaul dengan teman sebaya yang memberikan dampak negatif maka anak tersebut akan dengan

mudah terjerumus juga ke hal yang bersifat negatif, dan sebaliknya jika anak bergaul bersama teman sebayanya yang memberikan dampak positif maka anak juga akan memiliki interaksi yang baik dan memiliki pola pikir yang baik dan lebih kreatif.

c. Sikap orang tua

Sikap merupakan suatu pandangan hidup atau gaya hidup seseorang. Menurut Asrori (2003:180) bahwa: “Sikap dapat diekspresikan dalam kata-kata atau tindakan yang merupakan respon reaksi dari sikapnya terhadap objek baik yang berupa orang, suatu peristiwa, situasi, dan lain sebagainya”. Jika orang tua memiliki sikap yang terlalu memanjakan anaknya maka anak akan cenderung kurang bertanggung jawab dan takut dalam menghadapi tantangan dan kesulitan-kesulitan, dan sebaliknya jika anak yang sikap orang tuanya otoriter, maka anak akan menjadi penakut dan tidak berani mengambil keputusan dalam bertindak. Dalam mendidik anak bukanlah hal yang mudah, karena jika salah langkah dalam mendidik anak akan berdampak pada perilaku dan pola pikir anak. Jika orang tua mendidik anak dengan kasih sayang dan tidak terlalu memanjakan dan juga tidak terlalu otoriter maka anak akan merasa nyaman dalam berbicara dan bercerita terhadap orang tuanya.

d. Keluarga yang tidak harmonis

Anak yang tumbuh di keluarga yang kurang harmonis (broken home) biasanya akan selalu mengganggu teman dan sikapnya kurang disiplin. Sejalan dengan pendapat Asrori (2003:112) yang menyatakan: “Disiplin yang dilakukan dengan kaku dan tanpa kasih sayang akan menimbulkan keraguan pada diri anak dan akan kehilangan kepercayaan pada dirinya”.

e. Latar belakang sosial, kebiasaan, dan budaya.

Budaya dan tingkat pendidikan orang tua akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku anak. Sejalan dengan pendapat Asrori (2003:108) yang menyatakan: “Anak yang hidup dikeluarga yang baik dan tingkat pendidikan orang tuanya bagus maka anak akan cenderung berperilaku yang baik pula”.

Sikap tanggung jawab siswa juga dipengaruhi oleh lingkungan dimana pun mereka berada. Begitu juga dengan pendapat Jhon Locke (dalam Tu’u Tulus 2004:192) yang menyatakan “Bahwa perkembangan pribadi ditentukan oleh faktor-faktor lingkungan terutama pendidikan, bahwa tiap individu lahir sebagai kertas putih dan lingkungan tersebutlah yang akan “menulisi” kertas putih tersebut”.

B. Layanan Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Konseling adalah intervensi yang direncanakan, sistematis yang ditujukan untuk membantu menjadi lebih sadar atas dirinya sendiri, memaksimalkan kebebasan dan efektivitas manusia (Blocher, 1987), dan Rachman Natawidjaja (1977) mendefinisikan konseling sebagai usaha bantuan untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungannya dengan masalah-masalah yang dihadapinya saat ini dan saat yang akan datang.

Konseling merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Salah satu cara untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat adalah melalui proses konseling yang dilakukan oleh konselor terlatih dan profesional dalam menggunakan teknik-teknik khusus secara sistematis untuk membantu orang lain berhubungan secara realistis dan sukses dengan tugas-tugas perkembangan sesuai dengan usianya, dan menimbulkan kesadaran penuh tentang pribadinya.

Proses dalam konseling kelompok memiliki ciri khas, karena proses itu dilalui oleh lebih dari dua orang, demikian juga dengan aspek pertemuan tatap muka karena yang berhadapan muka adalah sejumlah orang yang tergabung dalam kelompok, yang saling memberikan bantuan psikologis.

Konseling kelompok lebih menekankan kepada pengembangan pribadi, yaitu membantu individu-individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan memfokuskan kepada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Perasaan dan hubungan antar anggota sangat ditekankan di dalam kelompok ini. Jadi anggota akan belajar tentang dirinya dalam hubungannya dengan anggota yang lain ataupun dengan orang lain. Menurut Blocher (1974:5) bahwa kepribadian manusia berkembang secara optimal melalui interaksi yang sehat antara organisme yang sedang dalam perkembangan dengan lingkungan atau budayanya. Lebih lanjut ia menyatakan bahwa kekuatan sosial dan budaya berpengaruh sangat kuat terhadap individu dan perkembangannya.

Kegiatan konseling kelompok mendorong terjadinya interaksi yang dinamis. Suasana dalam konseling kelompok menimbulkan hubungan yang hangat, akrab, terbuka, dan bergairah sehingga memungkinkan terjadinya saling memberi dan menerima, memperluas wawasan dan pengalaman, harga menghargai dan berbagi rasa antara anggota kelompok. Interaksi dinamis ini dapat mengantarkan terjadinya perubahan positif dalam diri masing-masing anggota kelompok. Suasana dalam konseling kelompok mampu memenuhi kebutuhan psikologis individu dalam kelompok, yaitu kebutuhan untuk dimiliki dan diterima oleh orang lain, serta kebutuhan untuk melepaskan atau

menyalurkan emosi-emosi negatif dan menjelajahi diri sendiri secara psikologis. Dalam konseling kelompok terjadi suasana dimana anggota kelompok merasa bebas menyatakan apa saja tentang diri sendiri dan orang lain tanpa merasa takut dikecam oleh anggota lain dan pemimpin kelompok. Situasi seperti ini akan memberi kesempatan untuk terjadinya pemecahan masalah pribadi secara optimal.

Melalui konseling kelompok, individu akan mampu meningkatkan kemampuan mengembangkan pribadi, mengatasi masalah-masalah pribadi, terampil dalam mengambil alternatif dalam memecahkan masalahnya, serta memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu untuk melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuannya semaksimal mungkin melalui perilaku perwujudan diri.

2. Proses Konseling Kelompok

Istilah proses konseling kelompok merujuk pada tahapan-tahapan perkembangan yang dialami oleh kelompok selama menjalani konseling kelompok. Tahapan yang dimaksud bukan dalam arti sesi pertemuan, sebab sesi pertemuan konseling kelompok bisa bervariasi. Corey (1985:13) mendefinisikan proses kelompok sebagai tahap-tahap perkembangan suatu kelompok dan karakteristik setiap tahap.

Terdapat keragaman dalam mengklasifikasikan dan menamai tahap-tahap konseling kelompok. Corey (1985:64-65) mengelompokkan tahapan proses konseling menjadi empat tahap yaitu, tahap orientasi (*orientation phase*), tahap transisi (*transition stage*), tahap kerja (*working stage*), dan tahap konsolidasi (*consolidation stage*). Jacobs, Harvil & Masson (1994:44) mengelompokkan tahapan proses kelompok menjadi tiga tahap, yaitu tahap permulaan (*beginning stage*), tahap pertengahan atau tahap kerja (*middle stage or working stage*), dan tahap pengakhiran atau tahap penutupan (*ending or closing stage*). Gladding (1995) mengelompokkan proses konseling menjadi empat tahap, yaitu tahap permulaan kelompok (*beginning a group*), tahap transisi dalam kelompok (*the transition stage in a group*), tahap bekerja dalam kelompok (*the working stage in a group*), dan tahap terminasi dalam kelompok (*termination of a group*).

Meskipun para ahli berbeda dalam mengklasifikasikan tahapan proses konseling kelompok, penjelasan mereka tentang tahap-tahap tersebut menunjukkan adanya kesamaan, yaitu menggambarkan kemajuan dinamika proses kelompok yang dialami oleh kelompok konseling, yaitu mulai dari suasana yang umumnya penuh kekakuan, kebekuan, keraguan dalam interkasi menuju ke kerja sama dan saling berbagi pengalaman sampai pada akhirnya sama-sama berupaya

mengembangkan perilaku baru yang lebih tepat berkenaan dengan persoalan masing-masing.

Berdasarkan pengklasifikasian proses konseling kelompok yang dikemukakan oleh berbagai ahli tersebut diatas, berikut ini akan disajikan tahap-tahap konseling kelompok yang akan digunakan sebagai pengembangan model berikut ini:

a. Tahap Permulaan (*Beginning Stage*)

Pada tahap permulaan ini konselor perlu mempersiapkan terbentuknya kelompok. Pada tahap ini dilakukan upaya untuk menumbuhkan minat bagi terbentuknya kelompok yang meliputi pemberian penjelasan tentang adanya layanan konseling kelompok bagi para siswa, penjelasan pengertian, tujuan dan kegunaan konseling kelompok, ajakan untuk memasuki dan mengikuti kegiatan, serta kemungkinan adanya kesempatan dan kemudahan bagi penyelenggaraan konseling kelompok. Pada pertemuan awal adalah penting bagi konselor untuk membentuk kelompok, dan menjelaskan tujuan konseling kelompok dengan istilah-istilah yang mudah dipahami oleh siswa yang ada dalam kelompok (Johnson & Johnson, 1987; Siepker & Kandaras, 1985).

Kegiatan awal ini akan membuahkan suasana yang yang memungkinkan siswa untuk memasuki kegiatan kelompok.

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan ke dalam kehidupan suatu kelompok, tahap menentukan agenda, tahap menentukan norma kelompok dan tahap penggalan ide dan perasaan. Pada tahap ini umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan atau harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota.

Peranan konselor dalam tahap ini hendaklah benar-benar aktif. Ini tidak berarti bahwa konselor berceramah atau mengajarkan apa yang seharusnya dilakukan oleh anggota kelompok. Konselor perlu melakukan : (a) penjelasan tentang tujuan kegiatan, (b) penumbuhan rasa saling mengenal antar anggota, (c) penumbuhan sikap saling mempercayai dan saling menerima, dan (d) pembahasan tentang tingkah laku dan suasana perasaan dalam kelompok.

b. Tahap Transisi (*Transition Stage*)

Tahap transisi merupakan masa setelah proses pembentukan dan sebelum masa bekerja (kegiatan). Dalam suatu kelompok, tahap transisi membutuhkan 5% sampai 20 % dari keeluruha waktu kelompok (Gladding, 1995:103-104). Tahap ini yang merupakan proses dua bagian yang diatandai dengan ekspresi sejumlah emosi dan interaksi anggota. Transisi dimulai dengan

masa badai, yang mana anggota mulai bersaing dengan yang lain dalam kelompok untuk mendapatkan tempat kekuasaan dalam kelompok.

Masa badai adalah masa munculnya konflik atau kegelisahan saat kelompok beralih dari ketegangan primer (kejanggalan dalam situasi yang aneh) ke ketegangan sekunder (konflik antar kelompok). Selama masa ini, kelompok berada di ambang ketegangan dan mencapai keseimbangan antara terlalu banyak dan terlalu sedikitnya ketegangan. Setiap kelompok mengalami proses pertentangan/badai dengan cara berbeda. Beberapa orang mungkin menemukan semua masalah yang diasosiasikan dengan masa ini, sementara yang lainnya mungkin hanya mendapati sedikit kesulitan.

Rocman Natawidjaya (1987) menyatakan bahwa hal-hal yang muncul tidak diinginkan merupakan resiko psikologis dari kegiatan kelompok, dan hal itu merupakan hal yang wajar, mengingat bahwa dalam konseling kelompok itu secara sengaja dipancing munculnya emosi-emosi yang terpendam pada diri setiap peserta. Resiko psikologis itu dalam kelompok tidak mungkin dihindari sepenuhnya, tetapi pimpinan kelompok perlu berusaha untuk mengurangi sampai batas yang paling kecil.

Masa ini merupakan masa yang produktif bagi anggota untuk memperbaiki sosialisasinya di masa lalu yang tidak produktif, membuat pengalaman-pengalaman baru dan menetapkan tempatnya dalam kelompok

tersebut. Untuk itu, dibutuhkan kemampuan dan keterampilan konselor dalam beberapa hal, yaitu kepekaan waktu, kemampuan melihat perilaku anggota, dan mengenal suasana emosi di dalam kelompok. Konselor harus peka kapan harus melakukan konfrontasi terhadap anggota, dan kapan harus memberikan dukungan, oleh karena itu konselor perlu memperhatikan pola perilaku anggota dalam kelompok untuk melakukan intervensi selain ketepatan waktu disertai pengalaman yang akurat, konselor perlu mengenal suasana emosi di dalam kelompok.

Beberapa cara umum untuk mengatasi bentuk-bentuk masalah intrapersonal dan interpersonal selama masa ini adalah (1) menggunakan proses peningkatan dimana anggota diminta berinteraksi secara bebas dan mantap, (2) meminta anggota mengetahui apa yang sedang terjadi, (3) mendapatkan umpan balik dari anggota tentang bagaimana mereka melakukan sesuatu dan apa yang menurut mereka perlu.

c. Tahap Kegiatan (*Working Stage*)

Tahap ini merupakan tahap kehidupan yang sebenarnya dari konseling kelompok, yaitu para anggota memusatkan perhatian terhadap tujuan yang akan dicapai, mempelajari materi-materi baru, mendiskusikan berbagai topik, menyelesaikan tugas, dan mempraktekkan perilaku-perilaku baru. Tahap ini sering kali dianggap sebagai tahap yang paling produktif dalam perkembangan

kelompok dan ditandai dengan keadaan konstruktif dan pencapaian hasil. Para anggota kelompok memperoleh keuntungan atau pengaruh-pengaruh positif dari kelompok, dan merupakan saatnya anggota kelompok memutuskan seberapa besar mereka mau terlibat dalam kegiatan kelompok.

Selama dalam tahap kegiatan, konselor dan anggota kelompok merasa lebih bebas dan nyaman dalam mencoba tingkah laku baru dan strategi baru, karena sudah terjadi saling mempercayai satu sama lain. Pada tahap ini dalam perkembangan kelompok, “dukungan terapi” seperti keterbukaan diri sendiri pada orang lain dan ide-ide baru dikembangkan dengan baik. Kelompok menunjukkan keintiman, keterbukaan, umpan balik, kerjasama, konfrontasi, dan humor secara sehat. Tingkah laku positif ini diperlihatkan dalam hubungan interpersonal antar anggota, yaitu dalam hubungan teman. Penekanan utama pada tahap ini adalah produktivitas, baik hasilnya dapat dilihat langsung atau tidak. Anggota kelompok menfokuskan pada meningkatkan diri mereka sendiri dan/atau dalam mencapai tujuan individu atau kelompok yang spesifik.

Pada tahap ini, hubungan antar anggota sudah mulai ada kemajuan, sudah terjalin rasa saling percaya antara sesama anggota kelompok, rasa empati, saling mengikat dan berkembang lebih dekat secara emosional, dan kelompok tersebut akan menjadi kompak (kohesif). Kedekatan emosional akan terjadi jika anggota kelompok dapat mengenali satu sama lain dan telah berhasil dalam

pekerjaannya melalui perjuangan mereka bersama-sama. Kelompok yang kohesif menunjukkan adanya penerimaan yang mendalam, keakraban, pengertian, disamping itu juga mungkin berkembang ekspresi bermusuhan dan konflik. Pada kelompok kohesif yang paling penting adalah adanya saling ketergantungan dari setiap anggota kepada anggota lain. Begitu juga tingkat kepercayaan individu terhadap kelompok akan meningkat sehingga sering terjadi katarsis yang memudahkan konselor untuk memahami anggota kelompok.

Penekanan utama pada tahap ini adalah produktivitas, baik hasilnya dapat dilihat langsung maupun tidak langsung. Anggota kelompok menfokuskan pada meningkatkan diri mereka sendiri dan/atau dalam mencapai tujuan individu atau kelompok yang spesifik. Anggota kelompok harus lebih produktif dalam menyelesaikan tugas pribadi atau masalah dengan melakukan kerja sama yang dinamis dan kondusif. Melalui kerja sama, anggota kelompok akan dapat juga menyadari nilai-nilai dari kelompok dalam kehidupan mereka dan mengingat saat-saat penting dalam kelompok berkaitan dengan apa yang dikatakan atau dilakukan mereka dan anggota kelompok, serta akan menghasilkan pengalaman-pengalaman, keterampilan, sikap, dan pembentukan kepribadian sesuai dengan apa yang diharapkan atau yang menjadi tujuan masing-masing anggota kelompok.

Pada tahap kegiatan ini, kelompok benar-benar sedang mengarahkan kepada pencapaian tujuan. Kelompok berusaha menghasilkan sesuatu yang berguna bagi para anggota kelompok. Konselor tetap tut wuri handayani, terus menerus memperhatikan dan mendengarkan secara aktif, khususnya memperhatikan hal-hal atau masalah khusus yang mungkin timbul dan kalau dibiarkan akan merusak suasana kelompok yang baik. Konselor harus dapat melihat dengan baik dan dapat menentukan dengan tepat arah yang dituju dari setiap pembicaraan. Konselor harus dapat melihat siapa-siapa diantara anggota kelompok yang kira-kira telah mampu mengambil keputusan dan mengambil langkah lebih lanjut.

Tahap ini disimpulkan berhasil bila semua solusi yang mungkin telah dipertimbangkan dan diuji menurut konsekuensinya dapat diwujudkan. Solusi-solusi tersebut harus praktis, dapat direalisasikan, dan pilihan akhir harus dibuat setelah melalui pertimbangan dan diskusi yang tepat. Menurut Gibson & Mitchel (1995), bahwa kemajuan selama tahap ini tidak selalu konstan, kadang-kadang terjadi kemunduran, stagnasi, atau bahkan kebingungan. Oleh karena itu, konselor hendaknya sadar dan bersiap diri dengan kemungkinan negatif.

d. Tahap Pengakhiran (*Termination Stage*)

Kegiatan suatu kelompok tidak mungkin berlangsung terus menerus tanpa berhenti. Setelah kegiatan kelompok memuncak pada tahap kegiatan,

kegiatan kelompok ini kemudian menurun, dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatan pada saat yang dianggap tepat. Menurut Corey (1990), tahap penghentian atau pengakhiran sama pentingnya seperti tahap permulaan pada sebuah kelompok. Selama pembentukan awal pada sebuah kelompok, anggota datang untuk saling mengenali satu sama lain dengan baik. Selama masa penghentian, para anggota kelompok memahami diri mereka sendiri pada tingkat yang lebih mendalam. Jika dapat dipahami dan diatasi dengan baik, penghentian dapat menjadi sebuah dukungan penting dalam menawarkan perubahan dalam diri individu.

Pada tahap akhir atau penghentian pertemuan kelompok yang penting adalah bagaimana keterampilan anggota, termasuk konselor, dalam mentransfer apa yang telah mereka pelajari dalam kelompok ke dalam kehidupannya diluar lingkungan kelompok. Anggota kelompok berupaya merealisasikan rencana-rencana tindakan atau keputusan-keputusannya. Karena itu konselor bersama anggota kelompok perlu memberikan penguatan yang cukup bagi kebanyakan individu, bahkan kadang-kadang diperlukan dukungan dari orang lain diluar kelompok yang berarti bagi anggota kelompok.

Dalam penghentian, ada beberapa masalah dan proses yang terjadi. Perasaan kehilangan, sedih, dan terpisah. Seringkali, perasaan-perasaan ini dicampur dengan harapan, kesenangan, dan penyelesaian (Schulz, 1967). Pada

tahap ini, Corey (1985) mengemukakan bahwa sesudah berakhirnya pertemuan kelompok, fungsi utama dari anggota kelompok adalah merencanakan program dari apa yang pernah dia pelajari yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, melakukan evaluasi kelompok, dan melakukan tindak lanjut melalui pertemuan yang telah ditetapkan jika diperlukan.

Cara yang paling baik untuk setiap individu mengakhiri sebuah kelompok adalah untuk memperlihatkan pada apa yang telah mereka alami dan membuat jalan untuk awal baru diluar kelompok, tetapi pencapaian dari keadaan ideal ini tidak selalu memungkinkan. Untuk itu, pemimpin kelompok mungkin harus memfokuskan perhatian khusus pada masalah perpisahan dengan beberapa orang lebih dari pada yang lainnya (Corey, Corey, Calanan, & Rusell, 1992). Kadang-kadang, individu menghentikan kelompok secara tiba-tiba atau pengalaman kelompok berakhir begitu saja karena tindakan pemimpin kelompok. Kedua masalah itu adalah contoh-contoh dari pemberhentian prematur. Ada batas-batas etika untuk mengikuti masalah berakitan dengan alasan untuk tindakan atau keadaan teoritikal pemimpin kelompok. Sebagian besar batasan ini konseling karena akibat dari penghentian prematur adalah lebih besar daripada tipe kelompok ini. Biasanya, tiga penghentian prematur harus berhubungan dengan : (a) penghentian kelompok sebagai satu kesatuan,

(b) penghentian pada anggota kelompok yang berhasil, dan (c) penghentian pada anggota kelompok yang tidak berhasil.

3. Asas-asas konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

a. Asas kerahasiaan

Para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, tertentu hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.

b. Asas keterbukaan

Para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang disarankan dan dipikirkannya adanya rasa malu dan ragu-ragu.

c. Asas kesukarelaan

Semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau dipimpin kelompok.

d. Asas kenormatifan

Semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku

C. Pendekatan Realitas

1. Pengertian Pendekatan Realitas

Tokoh pendekatan realitas adalah Willam Glasser. Pendekatan realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Pendekatan berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti pendekatan realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental.

Pendekatan realitas berlandaskan premis bahwa ada suatu kebutuhan psikologis tunggal yang hadir sepanjang hidup, yaitu kebutuhan akan identitas yang mencakup suatu kebutuhan untuk merasakan keunikan, keterpisahan, dan ketersendirian. Kebutuhan akan identitas menyebabkan dinamika-dinamika tingkah laku, dipandang sebagai universal pada semua kebudayaan.

Menurut pendapat realitas, akan sangat berguna apabila menganggap identitas dalam pengertian “identitas keberhasilan” lawan “identitas kegagalan”. Dalam pembentukan identitas, masing-masing dari kita mengembangkan keterlibatan-keterlibatan dengan orang lain dan dengan bayangan diri, yang dengannya kita

merasa relative berhasil atau tidak berhasil. Orang lain memainkan peranan yang berarti dalam membantu kita menjelaskan dan memahami identitas kita sendiri. Cinta dan penerimaan berkaitan langsung dengan pembentukan identitas. Menurut Glasser, basis dari terapi realitas adalah membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencakup “kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain”.

Pandangan tentang manusia mencakup pernyataan bahwa suatu “kekuatan pertumbuhan” mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Sebagaimana dinyatakan oleh Glasser dan Zunin, “Kami percaya bahwa masing-masing individu memiliki suatu kekuatan ke arah kesehatan atau pertumbuhan. Pada dasarnya, orang-orang ingin puas hati dan menikmati suatu identitas keberhasilan, menunjukkan tingkah laku yang bertanggung jawab dan memiliki hubungan interpersonal yang penuh makna”. Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya, maka mereka pun bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

Maka jelaslah bahwa terapi realitas tidak berpijak pada filsafat deterministik tentang manusia, tetapi dibangun di atas asumsi bahwa manusia adalah agen

yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri sehingga tampaknya orang menjadi apa yang ditetapkan oleh dirinya sendiri.

2. Ciri-ciri Pendekatan Realitas

Pendekatan realitas memiliki ciri-ciri yang berbeda dari pendekatan lainnya.

Ciri-ciri dari pendekatan realitas diantaranya yaitu:

1. Pendekatan realitas menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari ketidakbertanggungjawaban. Pendekatan ini tidak berurusan dengan diagnosis-diagnosis psikologis. Ia mempersamakan gangguan mental dengan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab dan mempersamakan kesehatan mental dengan tingkah laku yang bertanggung jawab.
2. Pendekatan realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Meskipun tidak menganggap perasaan-perasaan dan sikap-sikap itu tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang. Pendekatan realitas juga tidak bergantung pada pemahaman untuk mengubah sikap-sikap, tetapi menekankan bahwa perubahan sikap mengikuti perubahan tingkah laku.

3. Pendekatan realitas berfokus pada saat sekarang, bukan kepada masa lampau.

Karena masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang bisa diubah adalah saat sekarang dan masa yang akan datang. Pendekatan realitas menekankan kekuatan-kekuatan, potensi-potensi, keberhasilan-keberhasilan, dan kualitas-kualitas yang positif dari klien, dan tidak memperhatikan kemalangan dan gejala-gejalanya. Glasser berpendapat bahwa klien dipandang sebagai “pribadi dengan potensi yang luas, bukan hanya sebagai pasien yang memiliki masalah-masalah”.

4. Pendekatan realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai. Pendekatan realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membantu kegagalan yang dialaminya. Pendekatan ini beranggapan bahwa perubahan mustahil terjadi tanpa melihat pada tingkah laku dan membuat beberapa ketentuan mengenai sifat-sifat konstruktif dan destruktifnya. Jika para klien menjadi sadar bahwa mereka tidak akan memperoleh apa yang mereka inginkan dan bahwa tingkah laku mereka merusak diri, maka ada kemungkinan yang nyata untuk terjadinya perubahan positif, semata-mata karena mereka menetapkan bahwa alternative-alternatif bisa lebih baik daripada gaya mereka sekarang yang tidak realistik.

5. Pendekatan realitas tidak menekankan transferensi. Ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi. Pendekatan realitas mengimbau agar para klien menempuh cara beradanya yang sejati, yakni bahwa mereka menjadi diri sendiri, tidak memainkan peran sebagai ayah atau ibu klien. Glasser menyatakan bahwa para klien tidak mencari suatu pengulangan keterlibatan di masa lampau yang tidak berhasil, tetapi mencari suatu keterlibatan manusiawi yang memuaskan dengan orang lain dalam keberadaan mereka sekarang. Terapis bisa mejadi orang yang membantu para klien dalam memnuhi kebutuhan-kebutuhan mereka sekarang dengan membangun suatu hubungan yang personal dan tulus.
6. Pendekatan realitas menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan aspek-aspek ketidaksadaran. Teori psikoanalitik, yang berasumsi bahwa pemahaman dan kesadaran atas proses-proses ketaksadaran sebagai suatu prasyarat bagi perubahan kepribadian, menekankan pengungkapan konflik-konflik tak sadar melalui teknik-teknik seperti analisis transferensi, analisis mimpi, asosiasi-asosiasi bebas, dan analisis resistensi. Sebaliknya, terapi realitas menekankan kekeliruan yang dilakukan oleh klien, bagaimana tingkah laku klien sekarang hingga dia tidak mendapatkan apa yang diinginkannya, dan bagaimana dia bisa

terlibat dalam suatu rencana bagi tingkah laku yang berhasil dan berlandaskan tingkah laku yang bertanggung jawab dan realistik.

7. Pendekatan realitas menghapus hukuman. Glasser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik. Ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan yang mencela karena pernyataan-pernyataan semacam itu merupakan hukuman. Alih-alih penggunaan hukuman, Glasser menganjurkan untuk membiarkan klien mengalami konsekuensi-konsekuensi yang wajar dari tingkah lakunya.
8. Pendekatan menekankan tanggung jawab. Belajar tanggung jawab adalah proses seumur hidup. Meskipun kita semua memiliki kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk memiliki rasa berguna, kita tidak memiliki kemampuan bawaan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan itu. Glasser menyatakan bahwa “kita perlu belajar mengoreksi diri apabila kita berbuat salah dan membanggakan diri apabila kita berbuat benar”. Menurut Glasser, orang yang bertanggung jawab melakukan apa-apa yang memberikan kepada dirinya perasaan diri berguna dan perasaan bahwa dirinya berguna bagi orang lain.

Glasser (1965) menyatakan bahwa mengajarkan tanggung jawab adalah konsep inti dalam terapi realitas. Jika kebanyakan hewan didorong oleh naluri, manusia mengembangkan kemampuan untuk belajar dan mengajarkan tanggung jawab. Oleh karenanya, terapi realitas menekankan fungsi terapis sebagai pengajar.

3. Hubungan antara Terapis dan Klien

Sebelum terjadi terapi yang efektif, keterlibatan antara terapis dan klien harus berkembang. Para klien perlu mengetahui bahwa orang yang membantu mereka, yakni terapis, menaruh perhatian yang cukup besar kepada mereka, menerima dan membantu mereka dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka di dunia nyata.

Berikut tinjauan ringkas atas prinsip-prinsip atau konsep-konsep yang spesifik yang menyajikan kerangka bagi proses belajar yang terjadi sebagai hasil dari hubungan antara terapis dan klien atau antara guru dan siswa, yang dikemukakan oleh Glasser (1965, 1969) serta Glasser dan Zunin (1973).

1. Pendekatan realitas berlandaskan hubungan atau keterlibatan pribadi antara terapis dan klien. Terapis, dengan kehangatan, pengertian, penerimaan, dan kepercayaannya atas kesanggupan klien untuk mengembangkan suatu identitas keberhasilan, harus mengomunikasikan bahwa dia menaruh perhatian. Melalui keterlibatan pribadi dengan terapis, klien belajar bahwa lebih banyak hal dalam

hidup ini dari pada hanya memusatkan perhatian kepada kegagalan, kesusahan, dan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab. Terapis juga menunjukkan perhatiannya dengan menolak penyalahan atau dalih-dalih dari klien. Terapis cukup menaruh perhatian untuk memandang klien dari segi akan menjadi apa kliennya itu jika ia memutuskan untuk hidup dengan menghadapi kenyataan.

2. Perencanaan adalah hal yang esensial dalam terapi realitas. Situasi terapeutik tidak terbatas pada diskusi-diskusi antara terapis dan klien. Mereka harus membentuk rencana-rencana yang telah dibentuk maka harus dijalankan. Kerja yang paling penting adalah membantu klien agar mengenali cara-cara yang spesifik untuk mengubah tingkah laku kegagalan menjadi tingkah laku keberhasilan. Rencana-rencana harus dibuat realistis dan ada dalam batas-batas motivasi dan kesanggupan-kesanggupan masing-masing klien. Glasser mengemukakan konsep pelibatan siswa dalam pembuatan rencana bagi pengalaman-pengalaman belajar yang relevan dan keberhasilan. Ia mengungkapkan bahwa sekolah-sekolah sering kekurangan relevansi bagi para siswa: "Sekolah-sekolah biasanya tidak mengajarkan kurikulum yang relevan; walaupun melakukannya, mereka gagal mengajari anak bagaimana mengaitkan belajar dengan kehidupan di luar sekolah". Jika sekolah-sekolah terlibat dalam relevansi itu, maka pencernaan pengalaman-pengalaman belajar kehidupan nyata yang mengarah pada identitas keberhasilan menjadi mungkin

dilaksanakan. Glasser mendiskusikan rincian dari sifat, struktur, dan fungsi ‘pertemuan-pertemuan kelas’.

3. Komitmen adalah kunci utama pendekatan realitas. Setelah para klien membuat pertimbangan-pertimbangan nilai mengenai tingkah laku mereka sendiri dan memutuskan rencana-rencana tindakan, terapis membantu mereka dalam membuat suatu komitmen untuk melaksanakan rencana-rencana itu dalam kehidupan sehari-hari mereka. Prinsip yang sama berlaku pada penerapan di sekolah. Glasser menekankan bahwa “*kita harus mengajarkan komitmen kepada anak*”, tetapi bagaimana hal itu “tidak cukup” sebab anak juga harus membuat pertimbangan nilai: dia harus memilih suatu cara yang lebih baik dan mengikatkan diri pada pilihannya itu. Dari komitmen itulah kita mencapai kematangan dan rasa berguna. Dari komitmen itulah kita memperoleh pengertian tentang cinta yang sungguh-sungguh”. Pendekatan realitas tidak menerima dalih. Jelas bahwa tidak semua komitmen klien bisa terlaksana. Rencana-rencana bisa gagal. Akan tetapi, jika rencana-rencana gagal, pendekatan realitas tidak menerima dalih. Ia tidak tertarik untuk mendengar alasan-alasan, penyalahan, dan keterangan-keterangan klien tentang mengapa rencananya gagal. Glasser menegaskan bahwa terapis jangan menyalahkan atau mencela klien dengan atas kegagalannya, juga jangan menjadi “detektif” untuk mencari sebab-sebab kegagalan itu. Prinsip tidak menerima dalih juga perlu

diterapkan di sekolah-sekolah. Glasser menyatakan bahwa “para guru yang menaruh perhatian tidak menerima dalih”. Ia juga menyatakan bahwa apabila anak membuat pertimbangan-pertimbangan nilai dan komitmen-komitmen, tidak ada dalih bagi kegagalan memenuhi komitmen-komitmen itu. Oleh sebab itu, guru atau terapis jangan menerima alasan-alasan mengapa suatu rencana gagal, sebab tindakan demikian hanya memperkuat identitas kegagalan.

4. Teknik-teknik dan Prosedur-prosedur Utama

Pendekatan realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal, prosedur-prosedurnya di fokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan, terapis bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

- a. Terlibat dalam permainan peran dengan klien
- b. Menggunakan humor
- c. Mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun
- d. Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan
- e. Bertindak sebagai model dan guru
- f. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi
- g. Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realistis, dan
- h. Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif

Pendekatan realitas tidak memasukkan sejumlah teknik yang secara umum diterima oleh pendekatan-pendekatan terapi lain. Para psikiater yang mempraktekkan terapi realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi-medikasi konservatif, sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu, para pemraktek pendekatan realitas tidak menghabiskan waktunya untuk bertindak sebagai “detektif” mencari alasan-alasan, tetapi berusaha membangun kerja sama dengan para klien untuk membantu mereka dalam mencapai tujuan-tujuannya.

D. Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Realitas Untuk Meningkatkan Rasa Tanggung Jawab

Salah satu layanan yang diberikan untuk meningkatkan rasa tanggung jawab adalah layanan konseling kelompok. Konseling merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Menurut Gazda (1984) dan Shertzer&Stone (1980): konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pemikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung. Konseling kelompok lebih menekankan kepada

pengembangan pribadi, yaitu membantu individu-individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan memfokuskan pada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Konseling kelompok juga menekankan pada proses berfikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat.

Dalam melaksanakan proses konseling kelompok dibutuhkan beberapa tahap-tahap yang harus dilewati. Karena masing-masing tahap yang dilewati seluruhnya saling berkaitan. Istilah proses konseling kelompok merujuk pada tahapan-tahapan yang perkembangan yang dialami oleh kelompok selama menjalani konseling kelompok. Tahapan-tahapan yang dimaksud bukan dalam arti sesi pertemuan, sebab sesi pertemuan konseling kelompok bisa bervariasi. Corey (1985:13) mendefinisikan proses kelompok sebagai tahap-tahap perkembangan suatu kelompok dan karakteristik setiap tahap. Ada empat tahap yang harus dilakukan dalam melakukan konseling kelompok, yaitu tahap permulaan, tahap transisi, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Pada tahap permulaan yang dilakukan adalah melakukan perkenalan, pelibatan diri, agenda, menjelaskan tentang norma-norma kelompok, serta menggali ide dan perasaan klien. Pada tahap transisi dimulai dengan masa badai. Pada tahap kegiatan ini dimulai dengan para klien mengungkapkan masalah-masalah yang dihadapinya dan anggota kelompok mulai

bertukar pikiran untuk bersama-sama mencari dan mendapatkan solusinya. Dan pada tahap pengakhiran yang dilakukan klien adalah mengambil kesimpulan dan memberikan kesan serta pesan selama kegiatan konseling dilakukan.

Untuk lebih mengoptimalkan upaya-upaya meningkatkan rasa tanggung jawab maka digunakan juga beberapa teknik melalui salah satu model pendekatan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan realitas. Pendekatan realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti dari terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Menurut terapi realitas, akan sangat berguna apabila menganggap identitas dalam pengertian “identitas keberhasilan” lawan “identitas kegagalan”. Dalam pembentukan identitas, masing-masing dari kita mengembangkan keterlibatan-keterlibatan dengan orang lain dan dengan bayangan diri, yang dengannya kita merasa relatif berhasil atau tidak berhasil. Cinta dan penerimaan berkaitan langsung dengan pembentukan identitas.

Pendekatan realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya

untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan dan khususnya untuk meningkatkan tanggung jawab pada siswa maka teknik yang digunakan adalah terlibat dalam permainan dengan klien, bertindak sebagai model dan guru dan mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun.

Pelaksanaan pendekatan realitas dalam penerapan layanan konseling kelompok dilakukan pada tahap kegiatan karena pada tahap ini diterapkanlah teknik-teknik pendekatan realitas yang telah dipilih. Anak-anak pada usia remaja lebih mudah meniru apa yang dicontohkan dan diperagakan maka dari itu teknik menjadi model dan guru dipilih serta menolak dalih apapun dan mengonfrontasikan klien karena jika membiasakan siswa beralih dan mencari alasan akan menyebabkan siswa tidak mau melakukan sesuatu yang baru dan sulit untuk dijadikan pribadi yang lebih baik dan bertanggung jawab.