

EFEKTIVITAS PELATIHAN PROGRAM KELOMPOK “AJI” PADA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING

Tina Afiatin, Subandi, & Haryanto
Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

AJI (Adventurous Juvenile Intervention) is a training program designed for increasing group counseling skill in a natural setting by using “learning by doing” and “experiential learning” principle. Through this program school counselors not only have an opportunity to participate in-group counseling session but also practice to become a group counselor.

This research aimed to test the effectiveness of AJI program in increasing the skill of school counselor for group counseling. The subject was 21 school counselors of middle school (SLTP) from Sleman Yogyakarta (11 male and 10 female; 12 subject hold S1 and 9 subject got D3 Diploma Degree). Quasi-experiment method was applied.

The results indicate that there is a significant difference in the subject’s skill in counseling before and after intervention ($t = -15.617$; $p < 0,01$). There is also significant difference in the knowledge of group counseling ($t = -20.414$; $p < 0,01$). The qualitative data can be concluded that the school counselors get a deeper understanding of group counseling and its procedure as well as their ability to lead a group counseling for students. Overall, both quantitative and qualitative data analysis indicated that AJI program is effective in increasing the counseling skill of school counselors.

Keyword: *Adventurous Juvenile Intervention.*

Salah satu sarana di sekolah yang berfungsi dalam upaya membantu perkembangan remaja (siswa) adalah layanan bimbingan dan konseling. Menurut peraturan perundangan yang berkaitan dengan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah disebutkan bahwa jenis layanan bimbingan dan konseling yaitu layanan orientasi informasi, penempatan, pembelajaran, konseling perseorangan,

bimbingan kelompok dan konseling kelompok (Prayitno, 1997). Peranan Guru Bimbingan dan Konseling (disebut dengan guru pembimbing) diatur oleh SK Menpan No. 84/1993 dan SKB Mendikbud dan Kepala BAKN No. 0433/1993 salah satu butirnya menyatakan bahwa setiap guru pembimbing diberi tugas bimbingan dan konseling sekurang-kurangnya terhadap 150 siswa.

Berdasarkan gambaran tentang tugas Guru Bimbingan dan Konseling (guru pembimbing) yang telah dikemukakan dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok merupakan sarana yang seharusnya dilakukan oleh para guru pembimbing agar mereka dapat melaksanakan fungsi layanan serta memenuhi ketentuan untuk melayani minimal 150 orang siswa. Tanpa kegiatan konseling kelompok, sangat sulit bagi guru pembimbing dapat mencapai target layanan seperti yang disyaratkan. Menurut Prayitno (1997) layanan konseling kelompok seharusnya diberikan sebanyak kira-kira 15% dari seluruh jenis layanan bimbingan dan konseling. Namun berdasarkan laporan dari para siswa dan guru pembimbing di DIY ternyata layanan konseling kelompok jarang sekali bahkan belum pernah diberikan oleh guru pembimbing. Salah satu kendala yang dialami oleh guru pembimbing adalah belum dikuasainya ketrampilan sebagai konselor kelompok (Afiatin, dkk. 1994).

Untuk membekali pengetahuan dan ketrampilan bagi para guru pembimbing untuk dapat melaksanakan konseling kelompok perlu diberikan pelatihan bagi para guru pembimbing. Menurut Lynton & Pareek (1990) pelatihan merupakan strategi yang efektif untuk membekali seseorang dalam hal pengetahuan dan tindakan yang berhubungan dengan pengetahuan yang diberikan tersebut. Pelatihan bertujuan untuk menyiapkan seseorang melakukan aktivitas berkaitan dengan suatu teknik dan setting organisasi tempat mereka akan bekerja.

Ketrampilan konseling dapat dilatihkan melalui kegiatan kursus pelatihan konselor profesional. Pelatihan tersebut dapat dilakukan melalui program pelatihan di

alam terbuka (*outdoor training*). Hasil penelitian Sue, dkk. (1998) tentang efek pelatihan di alam terbuka bagi para konselor menunjukkan hasil bahwa pelatihan di alam terbuka dengan latihan petualangan terbukti efektif meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri konselor, lebih bersifat kooperatif dengan para siswa, serta meningkatkan kesadaran tentang kompetensi dan staminanya.

Pelatihan Program Kelompok “AJJ” pada guru pembimbing dimaksudkan untuk membekali pengetahuan dan ketrampilan para guru pembimbing untuk menjadi konselor kelompok. Program Kelompok “AJJ” adalah serangkaian kegiatan konseling kelompok di alam terbuka dengan menggunakan prinsip belajar *learning by doing* dan *experiential learning*. Untuk menjadi konselor Program Kelompok “AJJ”, terlebih dahulu para guru pembimbing belajar dengan mengalami sendiri mengikuti Program Kelompok “AJJ”. Program Kelompok “AJJ” ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi pribadi dan sosial peserta. Dalam kaitannya dengan tugas guru pembimbing, ingin diketahui apakah dengan mengikuti pelatihan program kelompok “AJJ” para guru pembimbing dapat meningkatkan ketrampilannya sebagai konselor kelompok. Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan maka perumusan masalah penelitian ini adalah apakah pelatihan program kelompok “AJJ” efektif untuk meningkatkan ketrampilan konseling bagi para guru pembimbing?.

Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada individu dalam suasana interaksi antar pribadi yang dinamis, bersifat pencegahan, dan penyembuhan dalam rangka perkembangan

dan pertumbuhan individu (Gazda, 1984; Natawidjaya, 1987). Konseling kelompok merupakan bentuk kehidupan kelompok yang bermanfaat bagi individu untuk saling membantu dalam perkembangan kepribadian manusia. Melalui konseling kelompok masing-masing individu dapat saling membantu untuk memahami perasaan dirinya dan hubungannya dengan orang lain serta untuk pengembangan pribadi (Dixon dan Glover, 1984; Fuhmann, 1990; Prawitasari, 1991).

Efektivitas konseling kelompok secara integratif ditentukan oleh tiga faktor, yaitu: faktor pemimpin kelompok (konselor), anggota kelompok (klien) dan proses atau metodenya (Rose, 1989; Prawitasari, 1991). Konselor kelompok akan efektif memandu konseling kelompok apabila mereka telah terlatih dengan baik melalui pengalaman dan supervisi dalam konseling kelompok. Selain itu menurut Johnson & Johnson (1991) seorang konselor kelompok perlu memiliki pengetahuan tentang teori kepribadian psikopatologi, proses kelompok dan dinamika interpersonal, mereka juga perlu menyadari tentang tingkat sensitivitas pribadi serta sensitivitas untuk menghargai dan menyukai orang lain.

Konseling kelompok akan menjadi efektif apabila dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang harus dilakukan. Secara garis besar prosedur atau tahap-tahap dalam konseling kelompok terdiri dari tahap persiapan, peran serta, transisi dan kerja kelompok. Selain itu modalitas penting yang harus ada adalah pembinaan harapan, universalitas, penerangan, altruisme, pengulangan korektif keluarga asal, pengembangan teknik sosialisasi, rasa kebersamaan, katarsis, eksistensi dan

pemahaman diri (Prawitasari, 1991; Afiatin dan Martaniah, 1998).

Berdasar uraian yang telah dikemukakan dapat dinyatakan bahwa untuk dapat melaksanakan konseling kelompok yang efektif perlu diciptakan suasana kondusif dan dalam hal ini faktor konselor akan banyak berperan. Konselor yang trampil akan mampu menciptakan suasana yang kondusif dalam konseling kelompok. Menurut Corey (1985) dan Culley (1992) ketrampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor dalam konseling kelompok atau disebut konselor kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Mendengarkan dengan aktif (*active listening*) yaitu meliputi aspek verbal dan non verbal dalam komunikasi tanpa melakukan penilaian atau evaluasi.
- b. Menyatakan kembali (*restating*), yaitu menyatakan dengan kalimat yang berbeda apa yang telah dikemukakan klien dengan maksud untuk menjelaskan.
- c. Mengklasifikasi (*clarifying*), yaitu menjelaskan esensi pesan, baik pada tingkat perasaan maupun pikiran; menyederhanakan pernyataan klien dengan memfokuskan pada inti pesan.
- d. Meringkas (*summarizing*), yaitu merangkum elemen-elemen penting selama interaksi atau sesi konseling berlangsung.
- e. Bertanya (*questioning*), yaitu menyatakan dengan pertanyaan terbuka untuk menimbulkan eksplorasi diri tentang “apa” dan “bagaimana” suatu perilaku terjadi.

- f. Menginterpretasi (*interpreting*), yaitu memberikan penjelasan terhadap berbagai perilaku, perasaan dan pikiran.
- g. Mengkonfrontasi (*confronting*), yaitu “menantang” klien untuk melihat diskrepansi antara kata-kata yang diucapkan dengan tindakan atau bahasa tubuh dan komunikasi verbalnya; menunjukkan informasi atau pesan yang saling bertentangan.
- h. Merefleksikan perasaan (*reflecting feelings*), yaitu mengkomunikasikan pemahaman isi perasaan.
- i. Memberikan dukungan (*supporting*), yaitu menyediakan dorongan dan penguatan.
- j. Memberikan empati (*empathizing*), yaitu mengidentifikasi klien berdasarkan kerangka berpikir klien.
- k. Memfasilitasi (*facilitating*), yaitu membuka komunikasi yang jelas dan langsung dalam kelompok, membantu anggota kelompok meningkatkan tanggung jawabnya terhadap arah kelompok.
- l. Mengawali (*initiating*), yaitu melakukan tindakan untuk menciptakan partisipasi kelompok dan memperkenalkan aturan-aturan dalam kelompok.
- m. Menetapkan tujuan (*goal setting*), yaitu merencanakan tujuan khusus bagi proses kelompok dan membantu anggota menentukan tujuan yang konkrit dan bermakna.
- n. Memberikan evaluasi (*evaluating*), yaitu mengamati jalannya proses kelompok dan dinamika individu serta dinamika kelompok.
- o. Memberikan umpan balik (*giving feedback*), yaitu mengekspresikan reaksi yang konkrit dan jujur berdasarkan pengamatan terhadap perilaku anggota.
- p. Memberikan sugesti (*suggesting*), yaitu menyediakan saran dan informasi, arahan dan ide-ide perilaku baru.
- q. Memberikan perlindungan (*protecting*), yaitu melindungi anggota dari resiko psikologis yang tidak diperlukan dalam kelompok.
- r. Memberikan kesempatan penyingkapan diri (*disclosing oneself*), yaitu menyatakan reaksi pada kejadian di sini dan saat di dalam kelompok.
- s. Percontohan (*modeling*), yaitu mendemonstrasikan perilaku yang diinginkan melalui tindakan.
- t. Memberikan kesempatan diam (*dealing with silence*), yaitu *refraining* (berhenti beberapa saat) dari komunikasi verbal.
- u. *Blocking*, yaitu menghentikan perilaku yang kontra produktif dalam kelompok.
- v. Terminasi (*terminating*), yaitu mempersiapkan kelompok untuk mengakhiri suatu sesi.

Berbagai ketrampilan yang telah disebutkan seharusnya dimiliki oleh calon konselor kelompok sebelum mereka melaksanakan konseling kelompok. Namun dalam kenyataan ternyata masih sangat sedikit konselor kelompok yang berpengalaman dan terlatih (Afiatin dan Martaniah, 1998). Hal inilah yang dirasakan sebagai kendala pelaksanaan konseling kelompok baik di sekolah maupun dalam masyarakat. Kendala lain yang dirasa cukup berarti adalah bahwa konseling kelompok memerlukan beberapa kali

pertemuan sehingga diperlukan komitmen yang sangat tinggi serta rentang waktu pelaksanaan yang cukup lama. Untuk mengatasi kendala-kendala tersebut kiranya perlu dicari alternatif solusi.

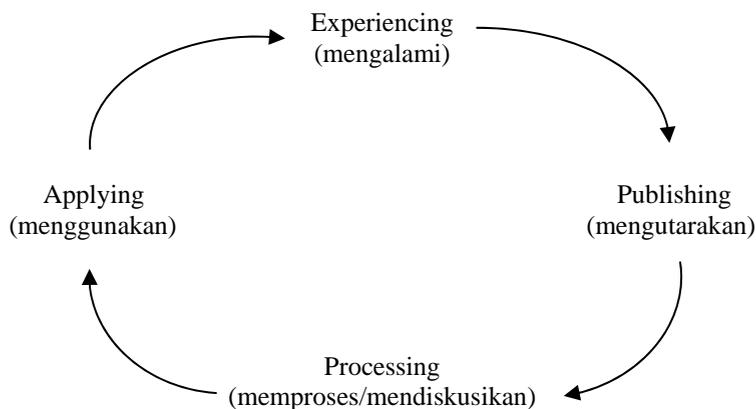
Untuk mengantisipasi minimnya konselor kelompok yang terlatih maka perlu diselenggarakan pendidikan dan pelatihan sebagai konselor kelompok dan tentu saja faktor supervisi yang baik serta kesempatan berlatih menjadi konselor kelompok merupakan faktor yang perlu diperhatikan. Sedangkan untuk mengatasi kendala lamanya rentang pelaksanaan konseling kelompok maka pelaksanaan konseling kelompok dapat diperpendek rentang pelaksanaan tetapi dengan tingkat intensitas keterlibatan yang relatif sama. Hal ini dapat dilakukan dengan cara melakukan konseling kelompok selama beberapa hari dengan cara berkemah, yaitu konselor dan anggota kelompok tinggal bersama-sama dalam kemah di alam terbuka.

Pendidikan dan pelatihan konselor kelompok ditujukan terutama untuk membekali peserta dengan pengetahuan tentang konseling kelompok serta melatih berbagai ketrampilan konselor sebagaimana telah dikemukakan Corey (1985) dan Culley (1992). Melalui Program Kelompok "AJI" para guru pembimbing akan belajar sekaligus mempraktekkan berbagai ketrampilan yang harus dikuasai sebagai konselor kelompok. Melalui program "AJI" para guru pembimbing belajar sekaligus mengalami sendiri baik sebagai anggota kelompok maupun sebagai konselor kelompok. Para guru pembimbing akan mengikuti sesi-sesi konseling kelompok dan berbagai kegiatan petualangan di alam terbuka.

Menurut Ewert (1989) pengaruh positif dari pengalaman petualangan di alam terbuka adalah aplikasi pengalaman tersebut dalam kehidupan atau gaya hidup selanjutnya secara nyata. Individu yang telah belajar menghadapi resiko dalam kegiatan petualangan selanjutnya hal tersebut dapat diaplikasikan dalam kehidupannya sehari-hari. Ewert (1989) juga menyatakan bahwa pengalaman petualangan di alam terbuka membuat proses belajar menjadi lebih bermakna. Pengalaman petualangan di alam terbuka menumbuhkan rasa berbagi, semangat kerjasama, kesepakatan, dan antisipasi menghadapi ketidakpastian.

Prinsip belajar dengan pengalaman petualangan menggunakan prinsip belajar dengan mengalami langsung (*experiential learning*). Menurut Gass (1993) prinsip belajar (*experiential learning*) mengandung sejumlah proses di dalamnya, yaitu (1) peserta didik adalah partisipan, bukan penonton; (2) aktivitas belajar memerlukan motivasi pribadi dalam bentuk energi, keterlibatan dan tanggung jawab; (3) aktivitas belajar adalah nyata dan bermakna dalam konteks konsekuensi alamiah bagi peserta didik; (4) refleksi adalah elemen kritis dalam proses belajar; dan (5) belajar harus menghadirkan keadaan yang relevan dengan keadaan yang akan datang. Selanjutnya Gass (1993) menggambarkan proses *experiential learning* sebagai berikut:

EXPERIENTIAL LEARNING



Program kelompok “AJI” adalah serangkaian kegiatan dengan metode interaksi antar individu dalam kelompok yang bersifat dinamis yang diarahkan kepada pemberian kemudahan bagi perkembangan individu, khususnya dalam meningkatkan kompetensi personal dan interpersonal yang dilakukan dengan cara tinggal bersama-sama dalam perkemahan dan melakukan kegiatan petualangan. Program kelompok “AJI” dirancang dengan tujuan untuk membantu individu belajar mengenal diri sendiri, belajar ketrampilan dalam interaksi sosial, dan membantu individu meningkatkan kompetensi personal dan interpersonal sesuai dengan kemampuan dan interesnya.

Ruang lingkup program kelompok “AJI” yang akan disusun oleh peneliti meliputi kegiatan sebagai berikut:

a. Membangun kohesivitas kelompok, yaitu interaksi di antara anggota kelompok dalam suatu kerjasama, saling menolong, dukungan, dan mematuhi peraturan.

- b. Melatih pengenalan diri, yaitu upaya untuk memahami potensi diri, kekuatan dan kelemahan baik secara fisik, psikis, sosial dan moral.
- c. Melatih asertivitas, yaitu kemampuan individu dalam mengekspresikan secara tegas apa yang dirasakan yang timbul karena adanya kebebasan emosi, baik secara verbal maupun non verbal.
- d. Melatih pengambilan keputusan, yaitu melakukan pemilihan diantara berbagai alternatif penyelesaian masalah. Peserta akan mendapat pengetahuan dan latihan dalam prosedur pengambilan keputusan yang efektif.
- e. Gladi tangguh, yaitu kegiatan untuk melatih mengatasi berbagai kesulitan lahir dan batin dan berusaha agar dapat tetap selamat dan sukses dengan latihan kecerdasan, keuletan, kesabaran dan ketabahan.
- f. Halang rintang, yaitu kegiatan petualangan dengan latihan ketrampilan dan ketangkasan jasmani dengan jalan melintasi aneka rintangan yang sengaja

diberikan, baik berupa rintangan alam asli maupun rintangan buatan.

Fasilitator dalam program kelompok “AJI” memiliki peran yang sama dengan peran konselor kelompok. Untuk menjadi fasilitator program kelompok “AJI” ini seorang konselor terlebih dahulu mengikuti program kelompok “AJI” sebagai peserta (anggota kelompok). Hal ini dimaksudkan supaya peserta dapat menghayati bagaimana pelaksanaan program dengan cara “belajar mengalami” (*experiential learning*) dan “belajar dengan melakukan” (*learning by doing*).

Menurut Egan (1990) serta Johnson dan Johnson (1991) seorang calon konselor kelompok harus pernah mengikuti proses konseling kelompok. Pengalaman berada dalam konseling kelompok akan membekali para calon konselor kelompok menghayati proses konseling kelompok. Demikian pula halnya bagi seorang calon fasilitator program kelompok “AJI”, pengalaman menjadi peserta program kelompok “AJI” akan membekali mereka dan lebih menghayati proses selama program kelompok “AJI” dilaksanakan.

Seorang konselor kelompok adalah seorang yang telah dewasa. Menurut Lunandi (1993) dalam proses belajar orang dewasa memiliki karakteristik psikologis sebagai berikut:

- a. Belajar adalah suatu pengalaman yang diinginkan oleh orang dewasa itu sendiri, maka orang dewasa tidak diajar, tetapi orang dewasa dimotivasi untuk mencari pengetahuan yang lebih mutakhir, ketrampilan baru dan sikap yang lain.
- b. Orang dewasa belajar kalau ditemukannya arti pribadi bagi dirinya dan melihat

sesuatu mempunyai hubungan dengan kebutuhannya.

- c. Belajar bagi orang dewasa adalah hasil dari mengalami sesuatu.
- d. Belajar adalah hasil kerja sama antara manusia melalui sarana saling memberi dan menerima, pertukaran pengalaman, pertukaran pengetahuan dan saling mengungkapkan reaksi dan tanggapannya mengenai suatu masalah.

Berdasar uraian yang telah dikemukakan maka dapat dinyatakan bahwa untuk memberikan pengetahuan dan pengalaman serta ketrampilan bagi guru pembimbing untuk menjadi konselor kelompok maka para guru pembimbing perlu mendapat pengalaman berada dalam konseling kelompok. Selanjutnya proses belajar menjadi konselor kelompok akan dapat dirasakan, diamati, dan diberikan umpan balik apabila konseling kelompok dilakukan dalam lingkungan senyatanya, yaitu melalui *experiential learning* melalui program kelompok “AJI”.

Guru pembimbing yang mengikuti program kelompok “AJI” akan mendapatkan kesempatan dan pengalaman untuk (a) mengenal dirinya sendiri serta interaksinya dengan orang lain, (b) membangun kohesivitas kelompok, (c) berlatih asertivitas atau menyatakan secara tegas apa yang dirasakan, (d) berlatih dalam pengambilan keputusan yang efektif, (e) berlatih ketahanan fisik dan mental melalui gladi tangguh dan halang rintang.

Kegiatan yang dilaksanakan guru pembimbing dalam mengikuti program kelompok “AJI” sangat erat kaitannya dengan ketrampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor kelompok. Misalnya: mampu mendengarkan dengan aktif,

bertanya dengan pertanyaan terbuka, menginterpretasi pernyataan, mengkonfrontasi, merefleksikan perasaan, memberikan umpan balik, memberikan sugesti, menetapkan tujuan dan sebagainya. Melalui program kelompok “AJI” para guru pembimbing juga akan mendapatkan pengetahuan tentang konseling kelompok, baik berupa pengertiannya, prosedur dan syarat-syarat pelaksanaannya. Selain itu juga pengetahuan tentang pelaksanaan kegiatan petualangan di alam terbuka di alam terbuka .

Kompetensi yang diperlukan bagi konselor kelompok meliputi karakteristik personal, pengetahuan, dan ketrampilan konseling. Untuk mencapai kompetensi yang memadai, seorang calon konselor kelompok perlu belajar dengan mengalami sendiri (*experiential learning*) dalam proses konseling kelompok. Proses belajar bagi orang dewasa akan lebih efektif apabila mereka dapat menemukan arti pribadi bagi dirinya sendiri, menciptakan motivasi untuk mencari pengetahuan, ketrampilan, dan sikap yang lain dengan cara mengalami sendiri melalui kerjasama antar manusia.

Untuk dapat melaksanakan fungsinya secara optimal, petugas bimbingan dan konseling di sekolah atau guru pembimbing seharusnya memiliki kompetensi sebagai konselor kelompok. Untuk membekali dan meningkatkan pengetahuan, sikap dan ketrampilan guru pembimbing maka perlu diberikan pelatihan program kelompok “AJI” pada mereka. Melalui pelatihan program kelompok “AJI” para guru pembimbing akan mendapat pengetahuan tentang konseling kelompok dan program kelompok “AJI”, sikap yang seharusnya dimiliki oleh konselor kelompok selama memandu konseling kelompok, dan

ketrampilan konseling khususnya ketrampilan konseling dalam konseling kelompok dengan cara mereka mengalami sendiri menjadi anggota sekaligus berlatih menjadi konselor atau fasilitator konseling kelompok.

Melalui program kelompok “AJI” guru pembimbing akan dapat mengamati secara langsung proses belajar yang sedang dilakukan, baik oleh dirinya sendiri maupun oleh orang lain (anggota kelompok yang lain dan konselor kelompoknya). Dengan mengikuti program kelompok “AJI” para guru pembimbing dapat belajar dan berlatih ketrampilan konseling yang diperlukan sebagai konselor kelompok.

Berdasar uraian yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Ada perbedaan pengetahuan tentang konseling kelompok antara sebelum dan sesudah mengikuti program kelompok "AJI". Pengetahuan tentang konseling kelompok sesudah mengikuti program kelompok "AJI" lebih tinggi daripada sebelumnya.
2. Ada perbedaan ketrampilan konseling antara sebelum dan sesudah mengikuti program kelompok “AJI”. Ketrampilan konseling sesudah mengikuti program kelompok “AJI” lebih tinggi daripada sebelumnya.

METODE PENELITIAN

A. Bahan dan Alat

Bahan atau materi untuk pelaksanaan penelitian ini adalah Modul Program Kelompok “AJI”, modul ini disusun oleh peneliti. Modul berupa Buku Panduan bagi Guru Pembimbing untuk melaksanakan

program kelompok “AJI”. Dalam buku panduan tersebut berisi tentang:

1. Pendahuluan

Dalam pendahuluan diuraikan mengenai latar belakang, pengertian, tujuan dan sasaran, pemandu, jumlah peserta, waktu pelaksanaan serta langkah-langkah pelaksanaan program kelompok “AJI”.

2. Deskripsi Modul Program Kelompok “AJI”

Program kelompok “AJI” terdiri dari 14 modul, yaitu:

- a. Modul membangun kohesivitas kelompok.
- b. Modul pengenalan diri.
- c. Modul aku dan agendaku
- d. Modul aku dan kelompokku – 1.
- e. Modul aku dan kelompokku – 2.
- f. Modul aku dan kelompokku – 3.
- g. Modul aku dan kelompokku – 4.
- h. Modul aku dan kelompokku – 5.
- i. Modul asertivitas.
- j. Modul pengambilan keputusan.
- k. Modul halang rintang.
- l. Modul gladi tangguh – 1.
- m. Modul gladi tangguh – 2.
- n. Modul aku yang akan datang.

3. Lampiran Lembar Tugas

Lembar-lembar tugas digunakan untuk mengerjakan tugas-tugas yang ada seperti ditunjukkan atau diperintahkan pada masing-masing modul.

Alat bantu yang digunakan dalam proses penelitian ini adalah:

- a. Seperangkat peralatan *survival training*.

- b. Seperangkat peralatan perkemahan.
- c. Tape perekam dan kaset.

B. Prosedur Pelaksanaan

Subjek penelitian ini adalah guru pembimbing SLTP di Kabupaten Sleman, diambil dari 11 sekolah. Jumlah subjek ada 21 orang (11 pria, 10 wanita; 9 orang berpendidikan D3 dan 12 orang berpendidikan S1). Sebelum dilakukan pelatihan program “AJI”, maka dilakukan berbagai persiapan meliputi: izin penelitian, penyusunan modul program “AJI”, koordinasi dengan para guru pembimbing, persiapan pelatih dan observer serta persiapan sarana penelitian.

Sarana yang perlu dipersiapkan dalam pelaksanaan program “AJI” adalah lembar tugas individu dan kelompok, seperti lembar kebutuhan kelompok, lembar pembagian tugas, lembar penilaian diri, lembar umpan balik, lembar evaluasi diri, lembar agenda masalah, lembar latihan asertif, lembar evaluasi prestasi dan lembar *goal setting*; bahan-bahan ceramah, seperti: bahan ceramah asertivitas, ceramah pengambilan keputusan; bahan diskusi kasus, seperti: kasus-kasus asertivitas, kasus-kasus pengambilan keputusan. Selain itu juga diperlukan sarana penunjang kegiatan, seperti: kertas *flipchart*, spidol, gambar proses pengambilan keputusan, dan bendera prestasi.

Tahap pelaksanaan penelitian dibagi dalam dua sesi, yaitu sesi I, pelaksanaan di Fakultas Psikologi UGM, berisi pembekalan konseling kelompok dan praktek serta supervisi konseling kelompok, dilaksanakan pada tanggal 23 Oktober 1999. Kegiatan dilaksanakan mulai pukul 08.00

sampai dengan pukul 17.00. Subjek penelitian mempraktekkan modul A, B, C, D, E, F, G, dan H. Sesi II, pelaksanaan di Hutan Wisata Kaliurang, dilaksanakan selama 2 hari, yaitu pada tanggal 4 dan 5 Desember 1999. Subjek penelitian bersama pelatih dan observer tinggal bersama selama dua hari satu malam. Subjek penelitian mempraktekkan modul I, J, K, L, M, dan N. Setelah subjek berlatih menjadi fasilitator selama dalam pelatihan (yaitu di Fakultas Psikologi UGM dan di Kaliurang), selanjutnya dilakukan uji coba modul "AJI" pada siswa SLTP 2 Mlati. Subjek penelitian (para guru pembimbing) berperan sebagai konselor kelompok atau fasilitator program kelompok "AJI".

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode *quasi-experiment* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Pretes untuk pengetahuan dan ketrampilan konseling kelompok dilakukan di Fakultas Psikologi UGM sebelum Program diberikan. Tes tentang pengetahuan konseling kelompok meliputi: pengertian konseling kelompok, perbedaan konseling kelompok dengan konseling individual, kelebihan dan kelemahan konseling kelompok serta prosedur (tahap-tahap) pelaksanaan konseling kelompok. Tes tentang ketrampilan konseling kelompok dilakukan dengan mengamati subjek ketika bermain peran (*role playing*) sebagai konselor kelompok (fasilitator) di Fakultas Psikologi UGM. Pengamat (observer) berperan juga sebagai *rater*. Pengamat dan *rater* dalam penelitian ini adalah para Psikolog Dosen Fakultas Psikologi UGM sebanyak empat orang. Dalam pelaksanaan konseling kelompok serta bermain peran sebagai konselor kelompok, peserta dibagi menjadi dua kelompok. Masing-masing kelompok

dipandu oleh dua Psikolog sebagai fasilitator dan ko-fasilitator konseling kelompok. Aspek-aspek ketrampilan yang dirating adalah ketrampilan: (a) mendengarkan secara aktif, (b) menyatakan kembali, (c) mengklarifikasi, (d) meringkas, (e) bertanya, (f) menginterpretasi, (g) mengkonfrontasi, (h) merefleksi perasaan, (i) memberikan dukungan, (j) memberikan empati, (k) memfasilitasi, (l) mengawasi, (m) menetapkan tujuan, (n) memberikan evaluasi, (o) memberikan umpan balik, (p) memberikan sugesti, (q) memberikan perlindungan, (r) memberikan kesempatan pengungkapan diri, dan (s) memberikan contoh.

Pengukuran *posttest* untuk mengetahui tentang konseling kelompok diberikan ketika peserta selesai mendapatkan pembekalan dan *role playing* konseling kelompok di Fakultas Psikologi UGM. Sedangkan pengukuran *posttest* untuk ketrampilan konseling dilakukan dengan cara *rater* mengamati kembali subjek ketika berperan sebagai fasilitator pada akhir pelaksanaan program "AJI" di Kaliurang.

C. Cara Analisis

Analisis untuk data kuantitatif yaitu berupa skor tes pengetahuan tentang konseling kelompok dan skor hasil rating ketrampilan konseling dilakukan dengan menggunakan uji-t. Uji-t dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak perbedaan skor pengetahuan dan skor ketrampilan konseling kelompok antara sebelum mengikuti program "AJI" dan sesudah mengikuti program. Selain itu juga ingin diketahui apakah ada perbedaan ketrampilan konseling antara pria dan wanita serta

antara guru pembimbing yang berijazah D_3 dan S_1 . Berkaitan dengan modul program "AJI" juga akan dianalisis hasil evaluasi peserta terhadap modul Program "AJI" tersebut.

Analisis untuk data kualitatif yaitu berupa pelaporan diri tentang hasil setelah mengikuti program "AJI" dilakukan dengan cara menyimpulkan berdasarkan pemahaman (*verstehen*) dari apa yang

disampaikan oleh guru pembimbing peserta program "AJI".

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum Uji-t dilakukan lebih dulu uji normalitas sebaran untuk skor pengetahuan dan ketrampilan. Hasil uji normalitas terdapat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	Z	p	Kesimpulan
Pengetahuan	21	1,210	0,107	Normal
Ketrampilan	21	0,956	0,302	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut, maka data untuk variabel pengetahuan dan ketrampilan sebenarnya normal sehingga dapat dianalisis dengan teknik parametrik. Selanjutnya untuk mengetahui reliabilitas rating ketrampilan konseling dilakukan uji antar rater dengan teknik Alpha. Hasil uji antar rater diperoleh

koefisien antar rater sebesar 0,803. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil uji antar rater menunjukkan reliabilitas yang tinggi.

Hasil uji-t antara sebelum dan sesudah mendapat Program "AJI" untuk variabel pengetahuan dan ketrampilan konseling terdapat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji-t Antara Sebelum dan Sesudah Mendapat Program "AJI"

Variabel	N	Xpre	Xpost	t	p
Pengetahuan	21	15,140	46,810	-20,414	0,000
Ketrampilan	21	27,857	66,167	-15,617	0,000

Tabel 2 menunjukkan bahwa (1) ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan tentang konseling kelompok antara sebelum dan sesudah mengikuti program "AJI". Rata-rata tingkat pengetahuan sesudah mengikuti program "AJI" lebih tinggi daripada sebelum mengikuti; (2) ada perbedaan yang signifikan rata-rata ketrampilan konseling

antara sebelum dan sesudah mengikuti program "AJI". Rata-rata ketrampilan konseling sesudah mengikuti program "AJI" lebih tinggi daripada sebelum mengikuti program "AJI".

Hasil uji-t antara pria dan wanita untuk variabel pengetahuan dan ketrampilan terdapat pada tabel 3.

Tabel 3 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan ketrampilan konseling antara pria dan wanita.

Hasil uji-t antara subjek yang berpendidikan D3 dan S1 untuk variabel pengetahuan dan ketrampilan terdapat pada tabel 4.

Tabel 3. Hasil Uji-t Antara Pria dan Wanita

Variabel	N _{pria}	wanita	X _{pria}	X _{wanita}	t	p
Pengetahuan	11	10	48,450	45,000	1,083	0,292
Ketrampilan	11	10	67,182	65,050	0,387	0,703

Tabel 4. Hasil Uji-t Antara Tingkat Pendidikan D3 dan S1

Variabel	N _{D3}	N _{S1}	X _{D3}	X _{S1}	t	p
Pengetahuan	9	12	47,560	45,250	0,395	0,697
Ketrampilan	9	12	67,667	65,042	0,473	0,642

Tabel 4 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata ketrampilan konseling antara subjek yang berpendidikan D3 dan S1.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dikemukakan dapat dinyatakan bahwa program kelompok "AJI" efektif untuk meningkatkan ketrampilan konseling para guru pembimbing. Peningkatan ketrampilan konseling ini dicapai melalui proses belajar *experiential learning*. Mereka tidak saja memahami konsep-konsep teoritis tentang konseling kelompok dan peran konseling kelompok, tetapi yang lebih utama adalah mereka mengalami sendiri proses menjadi anggota konseling kelompok, menjadi fasilitator kelompok, dan terlibat secara aktif dalam proses interaksi kelompok. Menurut Johnson dan Johnson (1991) keterlibatan aktif seseorang dalam interaksi kelompok akan meningkatkan sensitivitas pribadi dan ketrampilan sosial individu. Ketrampilan sosial ini merupakan aspek penting bagi seorang konselor kelompok.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang pernah dilakukan oleh Sue, dkk. (1998) tentang efektivitas pelatihan konselor melalui kegiatan di alam terbuka. Melalui pelatihan di alam terbuka dapat meningkatkan kompetensi pribadi, terutama dalam hal harga diri, sifat kooperatif, dan kesadaran terhadap kompetensinya. Penelitian ini juga mendukung pendapat Ewert (1989) bahwa kegiatan petualangan di alam terbuka memberikan pengaruh positif terhadap pengembangan pribadi, selain itu Ewert juga menyatakan bahwa pengalaman belajar di alam terbuka melalui proses *experiential learning* membuat proses belajar menjadi lebih bermakna.

Analisis data kualitatif dilakukan berdasarkan laporan diri para guru pembimbing setelah mengikuti Program "AJI". Hasil dari analisis data kualitatif dapat dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu:

1. Manfaat umum yang diperoleh dari Program "AJI", yaitu: mendapat pengalaman baru, mendapat wawasan

baru dalam pergaulan, menambah percaya diri, menambah kemampuan berkomunikasi, dan lebih mengenal diri sendiri dan orang lain.

2. Manfaat yang berkaitan dengan tugas sebagai guru pembimbing, yaitu: memperoleh ketrampilan baru tentang teknik konseling, memperoleh pengetahuan dan wawasan baru tentang konseling kelompok, mendapat pengalaman sebagai anggota dan fasilitator konseling kelompok, mendapatkan teknik-teknik sekaligus mempraktekan ketrampilan konseling, dan mendapat pengalaman melaksanakan konseling kelompok dan kegiatan petualangan di alam terbuka.

Hasil analisis data kualitatif ini mendukung kesimpulan pada hasil analisis secara kuantitatif. Setelah mengikuti Program "AJI" para guru pembimbing merasa mendapatkan tambahan pengetahuan dan ketrampilan tentang konseling kelompok dan kegiatan di alam terbuka. Selain itu mereka juga merasakan manfaat yang berkaitan dengan pengembangan pribadinya, yaitu menambah wawasan dan pengetahuan baru, menambah percaya diri serta lebih mengenal diri sendiri dan orang lain. Hal ini merupakan pendukung dalam peningkatan kualitas pribadi seorang konselor, khususnya sebagai konselor kelompok.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Program Kelompok "AJI" efektif untuk meningkatkan ketrampilan konseling pada guru pembimbing.

2. Program Kelompok "AJI" efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang konseling kelompok pada para guru pembimbing.
3. Tidak ada perbedaan ketrampilan konseling antara guru pembimbing pria dan guru pembimbing wanita.
4. Tidak ada perbedaan ketrampilan konseling antara guru pembimbing dengan pendidikan D_3 dan S_1 .

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disarankan bahwa program kelompok "AJI" dapat digunakan dalam program-program peningkatan ketrampilan konseling, khususnya pada para guru pembimbing.

Bagi peneliti lain disarankan untuk dapat menguji efektivitas program ini pada kelompok subjek yang lain, misalnya pada remaja. Selain itu juga perlu diuji efektivitas program ini bagi program-program pengembangan kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T.; Purnamaningsih, E.H. & Utami, M.S. 1994. Analisis Kebutuhan tentang Permasalahan Remaja dan Alternatif Pemecahannya. *Laporan Penelitian*. Tidak Diterbitkan, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Afiatin, T. & Martaniah, S.M. 1998. Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. No. 6 Tahun III, 1998.
- Berman, D. & Berman, D.S. 1989. The Wilderness Therapy Program: An Empirical Study of Its effect with

- Adolescents in an Outpatient Setting. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 19(4), 271-281.
- Corey, G. 1985. *Theory and Practice of Group Counseling*. Second Edition. Monterey, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Culley, S. 1992. *Integrative Counseling Skills in Action*. New Delhi: Sage Publications.
- Egan, G. 1990. *The Skilled Helper A Systematic Approach to Effective Helping*. Pacific Grove, California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Ewert, A.W. 1989. *Outdoor Adventure Pursuits: Foundation, Models, and Theories*. Scottsdale, Arizona: Publishing Horizons, Inc.
- Gass, M.A. 1993. *Adventure Therapy: Therapeutic Applications of Adventure Programming*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishers Company.
- Gazda, G.M. 1984. *Group Counseling: A Development Approach*. Boston: Allyn & Bacon, Inc.
- Johnson, D.W. & Johnson, F.P. 1991. *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Fourth Edition. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc.
- Lunandi, A.G. 1993. *Pendidikan untuk Orang Dewasa*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Lynton, R.P. & Pareek, U. 1990. *Training for Development*. Second Edition. New Delhi: Sage Publication.
- Prawitasari, J.E. 1991. *Pendekatan Kelompok Dalam Konseling dan Psikoterapi*. Malang: IKIP Malang.
- Prayitno, 1997. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. Jakarta: Penebar Aksara.
- Rose, S.D. 1989. *Working with Adults in Group: Integrating Cognitive-Behavioral and Small Group Strategies*. San Francisco: Josey-Boss Publishers.
- Roush, K.L. & DeBlassie, R.R. 1989. Structured Group Counseling for College Students of Alcoholic Parents. *Journal of College Student Development*, 30, 276-277.
- Sue, W; Jim, G. & Carolyn, H., 1998. Counselor training: An evaluation of the effectiveness of a residential outdoor pursuits activity weekend on the personal development of trainee counsellors. *Counseling Psychology Quarterly*, 11, 391 – 405.