



Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Penelitian Terkini (2020-2025)

Elsa Yutri Melinda ^{1*}, Zafirah Talitha Arisyah ², Rafeylah Areefa Elya ³, Indah Permata Sari ⁴, Noval Tri Pernando ⁵, Ratna Sari Dewi ⁶

¹⁻⁶ Universitas Sriwijaya, Indonesia

Email : elsayutriiii@gmail.com ^{1*}, zafiraharisyah002@gmail.com ², rafeylahelya@gmail.com ³, indahhpermatasarii12@gmail.com ⁴, tripernandonoval@gmail.com ⁵

Abstract, *The selection of group counseling interventions in addressing learners' problems shows high effectiveness because it utilizes group dynamics that support the development of emotional aspects, cognition, and communication skills. Group counseling has an important role in the preventive, curative, and developmental functions of learners, both in terms of mental health, social skills, academics, and career planning. Group counseling is a relevant form of counseling service to deal with learners' problems that are urgent and have similarities, and serves as a means of holistic self-development. The effectiveness of this service depends not only on productivity, but also the perspectives of counseling teachers, students, and the efficiency of implementation, all of which are influenced by the professional competence of counselors according to national standards. Effectiveness itself is understood as success in achieving service goals, which includes internal and external factors of service implementers. In its implementation, different group counseling approaches and techniques can still achieve optimal results when adjusted to the problems and needs of students. The use of the Cognitive Behaviour Therapy approach in group counseling is proven to increase participants' understanding of thoughts, emotions, and behaviors, and strengthen group interaction in depth. Strategies and innovations in counseling techniques or methods need to be adjusted to strengthen the effectiveness of the service, while participant activeness and the dynamics of social interaction are important factors in supporting the success of group counseling. Therefore, collaboration between group members is needed so that the counseling process runs smoothly and service goals can be achieved optimally.*

Keywords: *Cognitive Behaviour Therapy, Counseling Teacher, Effectiveness, Group Counseling, Group Dynamics, Psychological Intervention.*

Abstrak, Pemilihan intervensi konseling kelompok dalam mengatasi permasalahan peserta didik menunjukkan efektivitas yang tinggi karena memanfaatkan dinamika kelompok yang mendukung pengembangan aspek emosi, kognisi, dan keterampilan komunikasi. Konseling kelompok memiliki peran penting dalam fungsi preventif, kuratif, dan pengembangan peserta didik, baik dalam hal kesehatan mental, kemampuan sosial, akademik, maupun perencanaan karier. Konseling kelompok menjadi bentuk layanan BK yang relevan untuk menangani masalah peserta didik yang bersifat mendesak dan memiliki kesamaan, serta berfungsi sebagai sarana pengembangan diri secara holistik. Efektivitas layanan ini tidak hanya bergantung pada produktivitas, tetapi juga perspektif guru BK, peserta didik, dan efisiensi pelaksanaan, yang semuanya dipengaruhi oleh kompetensi profesional konselor sesuai standar nasional. Efektivitas sendiri dipahami sebagai keberhasilan dalam mencapai tujuan layanan, yang mencakup faktor internal maupun eksternal pelaksana layanan. Dalam pelaksanaannya, pendekatan dan teknik konseling kelompok yang berbeda tetap dapat mencapai hasil optimal bila disesuaikan dengan masalah dan kebutuhan peserta didik. Penggunaan pendekatan Cognitive Behaviour Therapy dalam konseling kelompok terbukti meningkatkan pemahaman peserta terhadap pikiran, emosi, dan perilaku, serta memperkuat interaksi kelompok secara mendalam. Strategi dan inovasi dalam teknik atau metode konseling perlu disesuaikan untuk memperkuat efektivitas layanan, sementara keaktifan peserta dan dinamika interaksi sosial menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan konseling kelompok. Oleh karena itu, kolaborasi antaranggota kelompok sangat dibutuhkan agar proses konseling berjalan lancar dan tujuan layanan dapat tercapai secara optimal.

Kata Kunci: Cognitive Behaviour Therapy, Intervensi Psikologis. Dinamika Kelompok, Efektivitas, Guru BK, Konseling Kelompok

1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sosial, manusia cenderung membentuk kelompok untuk berinteraksi, bekerja sama, dan saling memengaruhi. Ada beberapa ahli memiliki pandangan mengenai definisi kelompok. Menurut Maclever & Charles H. Page (Kandioh et al 2016) kelompok adalah himpunan atau kesatuan-kesatuan manusia yang hidup bersama, yang bersifat mempengaruhi dan saling menolong. Soerjono Soekanto mengatakan bahwa kelompok adalah himpunan atau kesatuan-kesatuan manusia yang hidup bersama karena saling berhubungan diantara mereka secara timbal balik dan saling mempengaruhi (Kandioh et al 2016). (Mayor Polak dalam Kandioh, 2016) memperjelas kondisi kelompok dengan sejumlah orang yang saling berhubungan dalam struktur.

Konseling merupakan suatu proses yang bertujuan untuk membantu individu dalam memahami diri sendiri, menghadapi permasalahan, serta mengembangkan potensi yang dimilikinya. Berbagai ahli memiliki pandangan mengenai definisi konseling. (Ramlah, 2018) mengatakan bahwa konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya. Berdnard dan Fullmer mengatakan bahwa Konseling meliputi pemahaman dan hubungan individu untuk mengungkapkan kebutuhan - kebutuhan, motivasi, dan potensi-potensi yang unik dari individu dan membantu individu yang bersangkutan untuk mengapresiasi ketiga hal tersebut (Hanan 2017).

Konseling kelompok adalah salah satu pendekatan intervensi yang banyak diterapkan dalam berbagai konteks, mulai dari pendidikan dan kesehatan mental hingga pengembangan organisasi. Menurut Winkel dan Hastuti (dalam Yunita, 2020), konseling kelompok pada hakikatnya merupakan proses interpersonal yang dinamis, berfokus pada pikiran dan perilaku yang disadari, serta dibangun dalam kelompok kecil di mana individu dapat saling mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor. Selain itu, Nasrina (dalam Fahmi, dalam Yunita, 2020) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah upaya bantuan yang dapat digunakan untuk membantu siswa mengatasi masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Melalui konseling kelompok, siswa tidak hanya mendapatkan dukungan emosional tetapi juga memperluas cara pandang mereka terhadap suatu permasalahan melalui interaksi dengan anggota lain (Sukardi dalam Yunita, 2020). Dalam prosesnya, konseling kelompok memungkinkan siswa untuk mengembangkan potensi diri, meningkatkan keterampilan sosial,

dan menemukan solusi yang lebih efektif terhadap masalah yang dihadapi. Thompson dan Rudolph (dalam Prayitno, 1999:122) menjelaskan bahwa tujuan konseling kelompok mencakup berbagai aspek, mulai dari membantu klien memahami kemauan konselor hingga membantu mereka dalam pengambilan keputusan, pengembangan kesadaran diri, pengembangan pribadi, penyembuhan, serta penerimaan diri sendiri.

Layanan ini memiliki peran yang signifikan dalam membantu siswa mencapai kesejahteraan psikologis dan meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan kehidupan. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok harus dilalui dengan beberapa langkah guna memudahkan dalam penerapannya seperti yang dikemukakan Nurihsan (2010:22) yaitu terdiri dari pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Langkah awal adalah dengan membentuk kelompok yang akan dijadikan sasaran layanan yang diiringi dengan perencanaan kegiatan mulai dari penyiapan materi layanan, tujuan yang ingin dicapai, sasaran kegiatan, bahan atau sumber dari materi yang akan disampaikan, dan waktu tempat pelaksanaan kegiatan. Lalu tahap peralihan Ini adalah masa di mana anggota kelompok mulai menyesuaikan diri. Mungkin muncul rasa ragu atau bahkan ketegangan, yang harus disikapi agar kelompok bisa berkembang lebih baik. selanjutnya pada tahap kegiatan Di fase ini, kelompok mulai aktif melakukan proses konseling. Anggota saling berbagi, mendengarkan, dan memberi masukan dengan suasana yang terbuka dan suportif. dan terakhir tahap pengakhiran Ini adalah tahap terakhir di mana kegiatan ditutup secara resmi. Evaluasi dilakukan untuk melihat keberhasilan, lalu kelompok dibubarkan secara baik dengan saling memberi kesan positif. Oleh karena itu, setelah berbagai tahap telah dilaksanakan, penting bagi konselor untuk memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan pesan, serta memotivasi mereka agar menerapkan hasil konseling dalam kehidupan nyata. Evaluasi menyeluruh terhadap proses dan perkembangan individu juga dapat menjadi dasar bagi layanan lanjutan jika diperlukan. Tahap ini menjadi refleksi akhir yang memperkuat manfaat dari seluruh proses konseling kelompok.

Pembahasan mengenai Efektivitas Layanan Konseling Kelompok penting untuk dikaji karena keberhasilannya sangat bergantung pada pelaksanaan setiap tahap konseling, mulai dari pembentukan, peralihan, kegiatan, hingga pengakhiran. Efektivitas ini ditentukan oleh kemampuan konselor dalam mengelola dinamika kelompok, menciptakan suasana yang aman, serta mendorong partisipasi aktif anggota. Setiap tahap memiliki peran penting dalam membangun kepercayaan, memfasilitasi interaksi, dan mendorong refleksi serta penerapan hasil konseling. Oleh karena itu, jurnal ini membahas topik tersebut sebagai kontribusi dalam memperkuat pemahaman dan pelaksanaan konseling kelompok yang efektif dan bermakna.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (*Library Research*) untuk mengumpulkan berbagai referensi yang berkaitan dengan efektivitas layanan konseling kelompok. Studi kepustakaan ini dilakukan dengan menelaah berbagai teori dan hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik yang dibahas. Menurut Adlini dkk. (2022), metode ini adalah cara mengumpulkan data dengan memahami teori dari berbagai sumber yang berkaitan dengan penelitian. Sugiyono dalam Ansori (2019) menjelaskan bahwa studi kepustakaan mencakup kajian teori serta referensi tentang nilai, norma, dan budaya yang berkaitan dengan penelitian. Dalam dunia akademik, literatur ilmiah sangat penting sebagai dasar penelitian yang terarah dan kredibel.

Menurut Zed dalam Sari & Asmendri (2020), ada beberapa langkah dalam melakukan studi kepustakaan, seperti menyiapkan alat tulis, menyusun daftar pustaka dari sumber utama, mengatur jadwal membaca, serta mencatat informasi penting dari penelitian yang dikaji. Sofiah et al. (2020) menambahkan bahwa metode ini tidak mengharuskan peneliti untuk turun langsung ke lapangan, sehingga lebih fleksibel karena tidak terikat oleh tempat dan waktu.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dengan mencari informasi dari berbagai sumber seperti jurnal ilmiah dan penelitian sebelumnya. Setelah bahan pustaka terkumpul, informasi yang ada dianalisis secara mendalam untuk mendukung argumen dan membangun gagasan dalam penelitian ini. Langkah pertama adalah menentukan topik yang akan dibahas, kemudian mencari serta memilah informasi yang relevan, dan menentukan fokus penelitian. Setelah itu, sumber pustaka yang sudah dikumpulkan dikategorikan dalam tabel agar lebih mudah dianalisis. Terakhir, hasil dari kajian ini disusun dalam bentuk tulisan yang sistematis agar lebih mudah dipahami.

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi bagi akademisi, praktisi, dan siapa saja yang ingin memahami efektivitas layanan konseling kelompok. Selain itu, hasil penelitian ini juga bisa membantu konselor dan tenaga pendidik dalam merancang layanan konseling kelompok yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan. Dengan adanya penelitian ini, pembaca diharapkan bisa memahami bagaimana konseling kelompok dapat membantu individu dalam menghadapi masalah psikologis maupun sosial mereka. Selain itu, penelitian ini juga bisa menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan bisa diterapkan dalam berbagai situasi dan kelompok masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai literatur yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir, informasi tersebut disusun dalam bentuk tabel berikut:

N o	Penulis dan Tahun Terbit	Sample	Metodologi	Tujuan	Hasil
1	Ade Chita Putri Harahap, Fitri Br Surbakti, Linri, Miranda, Olga Rizki Nadila, Septi Aulia Lubis, Sri Intan Siregar. (2024)	Penelitian ini dilaksanakan di SMP PAB 10 Medan Estate, dengan fokus subjek penelitian adalah para guru BK yang ada di sekolah tersebut.	Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Data dikumpulkan menggunakan dua teknik utama, yaitu observasi langsung untuk mengamati fenomena yang terjadi di lapangan, serta wawancara kepada guru BK untuk menggali informasi lebih mendalam.	Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai sejauh mana pelaksanaan bimbingan konseling kelompok di sekolah dapat memberikan manfaat bagi perkembangan siswa. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi tantangan-tantangan yang dihadapi dalam proses pelaksanaan bimbingan konseling tersebut.	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa kinerja guru BK belum mencapai tingkat optimal, yang berdampak pada sikap negatif siswa terhadap layanan bimbingan dan konseling. Akibatnya, pemanfaatan bimbingan konseling kelompok oleh siswa menjadi rendah. Penelitian ini juga mengidentifikasi berbagai faktor penghambat, seperti kurangnya partisipasi dan motivasi siswa, serta adanya stigma sosial yang melekat pada layanan bimbingan dan konseling.

2	Restu Amalianing sih dan Herdi. (2021)	Sampel yang digunakan dalam penelitian ini tidak dijelaskan secara rinci, karena penelitian ini bersifat kajian pustaka yang tidak melibatkan pengumpulan data langsung dari responden.	Metodologi yang diterapkan dalam penelitian ini adalah kajian pustaka, yang mencakup pencarian, pembacaan, dan analisis terhadap laporan-laporan penelitian serta literatur yang relevan.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan program bimbingan dan konseling di Sekolah Menengah Kejuruan. Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai unsur-unsur yang dapat memengaruhi efektivitas program bimbingan dan konseling di sekolah.	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa faktor pendukung dalam penyelenggaraan program layanan bimbingan dan konseling meliputi dukungan kepala sekolah, kompetensi konselor, sertifikat dan akreditasi, serta kredensial. Sedangkan faktor penghambat meliputi dasar penyusunan program, sarana dan prasarana, kemampuan petugas, dan peranan petugas bimbingan dan konseling sesuai dengan kemampuan fungsional di sekolah.
---	--	---	---	---	---

3	Reza Anugrah Bastanta Ginting. (2021)	Penelitian dilakukan di MAN 1 Medan.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik triangulasi data yang melibatkan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan cara reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 1 Medan dengan para guru BK sebagai subjek penelitian.	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hambatan yang dihadapi oleh Guru BK dalam menjalankan layanan konseling kelompok di MAN 1 Medan, mencakup proses pelaksanaannya, hambatan yang muncul, serta langkah-langkah yang diambil oleh guru BK untuk mengatasi hambatan tersebut.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok di MAN 1 Medan telah berjalan dengan baik dan sesuai prosedur yang ditetapkan. Meskipun demikian, terdapat beberapa hambatan baik dari dalam maupun luar. Hambatan internal meliputi kurangnya kompetensi konselor dalam memahami hasil asesmen dan membangun dinamika kelompok. Sementara itu, hambatan eksternal mencakup terbatasnya jam BK di kelas, rendahnya minat siswa, serta kurangnya kerjasama antara guru BK, wali kelas, dan guru mata pelajaran. Untuk mengatasi hambatan
---	---------------------------------------	--------------------------------------	---	---	---

					tersebut, guru BK melakukan upaya seperti mengikuti pelatihan, membangun pendekatan yang lebih baik dengan siswa dan guru lainnya, serta memanfaatkan fasilitas yang ada dengan lebih optimal.
4	Siti Fadilah Br Purba, Yenti Arsini, dan Alya Mahyani. (2023)	Sampel dalam penelitian ini terdiri dari dua orang guru bimbingan dan konseling sebagai informan utama, serta dua siswa dan satu perwakilan siswa sebagai informan	Metodologi yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data melalui wawancara.	Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hambatan yang dihadapi oleh guru bimbingan konseling dalam memberikan layanan bimbingan kelompok di SMA Negeri 1 Dolok Masihul.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan yang dihadapi guru BK di mana siswa kurang memperhatikan dan berpartisipasi. Dalam menciptakan dinamika kelompok, guru BK menghadapi kesulitan dalam membangkitkan semangat tinggi dan menciptakan hubungan harmonis antar siswa, karena siswa cenderung

		tambahan .			memilih teman untuk bergaul.
5	Kasmawati dan Fiptar Abdi Alam. (2021)	Penelitian ini melibatkan 10 siswa dengan tingkat self-esteem rendah yang ditempatkan dalam kelompok eksperimen, serta 9 siswa lainnya yang dimasukkan ke dalam kelompok kontrol.	Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (Library Research) dengan teknik pengumpulan data melalui dokumentasi.	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan konseling kelompok dalam meningkatkan self-esteem siswa.	Hasil penelitian mengungkapkan peningkatan self-esteem yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan konseling kelompok, dengan probabilitas 0,005 (lebih kecil dari 0,05). Sebaliknya, kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan signifikan, dengan probabilitas 0,273 (lebih besar dari 0,05). Peningkatan self-esteem pada kelompok eksperimen mencapai 39,90%.

6	Jidarahati Gaho, Kaminudin Telaumbanua, dan Bestati Laia. (2021)	Penelitian ini melibatkan siswa kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun Pelajaran 2020/2021 sebanyak 27 orang dengan menggunakan instrumen angket.	Penelitian ini menggunakan metode penelitian melalui suatu eksperimen. pre-eksperimen yaitu <i>the one group pretest-posttest</i> . Data dikumpulkan menggunakan angket dan mengumpulkan dokumentasi.	Penelitian ini bertujuan untuk mention sekaligus menganalisis korelasi antar efektivitas konseling kelompok dalam upaya meningkatkan interaksi sosial siswa kelas X IA SMA Negeri Lahusa.	Hasil penelitian membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan interaksi sosial siswa dari kategori tinggi menjadi sangat tinggi. Setelah dilakukan konseling kelompok sebanyak 4 kali pertemuan, sikap siswa dalam berinteraksi menjadi lebih baik dari sebelumnya yang pasif.
7	Norafika Virly, Devi Aryani Ega, dan Abdul Muhid. (2023)	Penelitian ini ialah studi literatur mengenai “efektivitas konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningka	Penelitian ini menggunakan metode studi literatur.	Penelitian ini dilakukan untuk membuktikan apakah layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama dapat menumbuhkan dan meningkatkan rasa empati pada siswa.	Hasil penelitian membuktikan bahwa setelah dilakukan studi literatur dan dibahas secara mendalam didapatkan bahwa metode sosiodrama sangat efektif dalam proses meningkatkan rasa empati pada siswa melalui konseling kelompok.

		tkan rasa empati siswa”.			
8	Ahmad Irfan Nurul Chairi, Drajat Edy Kurniawan, Hartuti, Anita Dwi Safitri, Agung Slamet Kusmanto, Susilo Adi Pratomo. (2024)	Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Tepus, populasi penelitian untuk seluruh siswa kelas XI SMP Negeri 1 Tepus.	Penelitian ini menggunakan metode desain eksperimental pre-tes post-test dengan 1 kelompok eksperimen.	Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menguji keefektifan konseling kelompok pendekatan behavioral dengan teknik modelling dalam mengubah perilaku kurang disiplin belajar siswa.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling pendekatan behavioral dengan teknik modelling efektif untuk mengubah perilaku kurang disiplin belajar siswa. dampak yang didapat yaitu kedisiplinan yang dimiliki oleh siswa dalam melaksanakan aktifitas pembelajaran di sekolah menjadi meningkat.

9	Catur Syalifah Salasabillah, Mochammad Aidhul Fitra, Muhammad Fikram Zaidan, Ati Kusmawati. (2024)	Penelitian ditujukan kepada remaja.	Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau studi literatur.	Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seperti apa dampak yang didapat terhadap kesehatan mental yang dimiliki oleh remaja yang menerima bullying serta metode reevan seperti apa saja untuk mengurangi dampak bullying bagi kesehatan mental remaja.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa alternaif yang tepat dan efektif dalam mengatasi masalah yang dikaji ialah layanan konseling kelompok dengan metode <i>role play</i> , <i>sharing</i> dan edukasi.
10	Tri Wulandari, Yarmis Syukur, Netrawati Netrawati, Rezki Hariko. (2022)	Populasi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 132 orang.	Penelitian dilakukan menggunakan metode eksperimen dengan model <i>non-equavalen control group design</i> . dengan teknik pengumpulan data menyebarkan instrumen kedisiplinan	Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan kedisiplinan belajar siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti konseling kelompok dengan menggunakan	Hasil penelitiannya ialah dalam meningkatkan kedisiplin belajar siswa melalui konseling kelompok lebih efektif menggunakan pendekatan <i>cognitive behavior therapy</i> (kelompok eksperimen), dibandingkan dengan konseling kelompok tanpa

			belajar siswa dengan model skala <i>Likert</i> .	pendekatan <i>cognitive behavior therapy</i> dengan kelompok kontrol yang mengikuti konseling kelompok tanpa perlakuan khusus.	perlakuan khusus (kelompok kontrol).
11	Utari Pratiwi, Yeni Karneli, dan Netrawati. (2024)	Penelitian ini tidak secara khusus menyebutkan sample, karena fokusnya adalah pada praktisi bimbingan dan konseling yang terlibat dalam konseling kelompok.	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tinjauan pustaka. Tinjauan pustaka dilakukan untuk mengeksplorasi konsep dan teori yang relevan tentang konseling kelompok.	Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dasar tentang konseling kelompok bagi praktisi bimbingan dan konseling. Serta untuk menjelaskan langkah-langkah yang harus dipahami saat melakukan konseling kelompok.	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok terdiri dari empat tahap: yang pertama pembentukan, kedua transisi, ketiga aktivitas, dan yang keempat terminasi. Setiap tahapan memiliki langkah-langkah yang harus diikuti untuk memastikan keberhasilan konseling kelompok. Lebih jauh lagi, pentingnya asas kerahasiaan dan dinamika kelompok

					juga ditekankan dalam pelaksanaan konseling kelompok.
12	Siti Aminah, Diana Septi Purnam, Suwarjo, Fathur Rahman. (2021)	Penelitian ini melibatkan 25 guru bimbingan dan konseling di kabupaten Sleman yang secara sukarela mendaftar untuk ikut pelatihan.	Metode yang digunakan dalam penelitian ini mencakup analisis studi kasus, simulasi yang dipandu, dan penilaian terhadap proses serta hasil. Para peserta membuat studi kasus berdasarkan masalah yang dihadapi peserta didik di sekolah mereka masing-masing, yang selanjutnya digunakan untuk merancang rencana pelaksanaan layanan.	Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengaruh pelatihan terhadap peningkatan keterampilan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan konseling kelompok, serta untuk mengevaluasi reaksi peserta terhadap pelatihan dan peningkatan kemampuan mereka dalam melaksanakan	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa peserta mendapatkan keuntungan dari pelatihan dalam tiga aspek: pertama aspek kognitif, kedua aspek afektif, dan yang ketiga aspek psikomotor. Peserta mengalami pemahaman baru, merasa puas terhadap pelatihan, serta mampu menyelesaikan tugas-tugas dan melaksanakan simulasi dalam kelompok kecil. selain itu, terhadap perubahan positif pada setiap tahap

			Penilaian dilakukan melalui wawancara, observasi, dan angket terbuka.	layanan konseling.	konseling kelompok setelah mengikuti pelatihan.
13	Helmi Hammam Wicaksono, Kirana Hayu Kinanthi, Safina Salsabilla, dan Rini Lestari. (2022)	Subjek penelitian ini adalah 10 anak panti asuhan, yang mengalami masalah kurangnya kepercayaan diri.	Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif naratif. Dengan teknik observasi, wawancara, dokumentasi, dan analisis isi untuk mengungkapkan makna.	Penelitian ini bertujuan untuk menyediakan konseling kelompok yang dapat meningkatkan rasa percaya diri remaja yang tinggal di panti asuhan, serta membantu mereka mengatasi masalah sosial dan komunikasi yang dihadapi.	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti sesi konseling, subjek merasa lebih berani untuk berbicara dan berinteraksi dengan teman-teman di panti asuhan. Terdapat perubahan positif dalam perilaku sosial mereka, di mana mereka menjadi lebih terbuka dan bersedia untuk berinteraksi dengan orang lain.

14	Hengki Yandri, Gusti Rahayu, Neviyarni, dan Netrawati. (2022)	Penelitian ini tidak secara khusus menyebutkan kan sample, tetapi lebih menekankan pada konseling kelompok yang diadakan oleh guru Bimbingan Konseling/Konselor di sekolah, dengan melibatkan berbagai sumber bacaan yang relevan.	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>Library Research</i> yang melibatkan pemeriksaan dan analisis berbagai referensi serta literatur. Data literatur diperoleh melalui aplikasi <i>Publish or Perish</i> , menghasilkan 15 artikel ilmiah, 18 buku, dan 3 sumber dari situs web nasional serta internasional.	Penelitian ini memiliki beberapa tujuan. Pertama untuk membantu menyelesaikan persoalan anggota kelompok, kedua mengembangkan perasaan, pemikiran, dan wawasan para anggota kelompok, ketiga anggota kelompok memiliki sikap yang positif serta bertanggung jawab dalam interaksi sosial dan komunikasi, keempat membantu anggota kelompok mengubah perilaku yang keliru menjadi yang benar, dan kelima anggota kelompok	Hasil dari penelitian ini mengindikasikan bahwa konseling dalam kelompok menawarkan berbagai keuntungan penting bagi remaja, seperti peningkatan kepercayaan diri dan <i>self-esteem</i> . Pendekatan ini berhasil dalam memperbaiki pola pikir yang tidak positif serta keyakinan yang tidak rasional dan juga membantu menangani masalah terkait disiplin belajar dan kecenderungan untuk menunda tugas. Selain itu konseling kelompok terbukti mendukung peningkatan keterampilan sosial dan pengambilan keputusan yang lebih efektif.
----	---	--	--	--	---

				mampu dalam membuat keputusan.	
15	Ridha Yana Magrur, Nani Restati Siregar, dan Dodi Priyatmo Silondae. (2020)	Subjek penelitian ini adalah 8 peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kendari yang dipilih berdasarkan hasil angket screening untuk mengukur tingkat kejenuhan	Penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimen dengan desain <i>one group pre test and post test</i> . Data yang dikumpulkan menggunakan angket yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif persentase dan statistik	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dalam menurunkan tingkat kebosanan belajar peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kendari.	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebelum perlakuan (<i>pre-test</i>), tingkat kejenuhan pengetahuan belajar peserta didik tergolong tinggi dengan presentase rata-rata sebesar 74,11%. Setelah perlakuan (<i>post test</i>), tingkat kejenuhan belajar menurun menjadi 48,82%, yang menunjukkan penurunan sebesar 25,29%. Uji

		akademik nya	inferensial menggunakan uji Wilcoxon signed rank untuk menguji hipotesis.		Wilcoxon memberikan nilai P sebesar 0,012 yang menunjukkan bahwa periakuan yang diterapkan mempunyai pengaruh yang signifikan.
16	Dedi Kurniawan, Siti Suratini Zain, dan Mereyke Jessy Tanod. (2021)	Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi hambatan belajar yang dialami siswa kelas VIII di SMP Negeri 13 Bandar Lampung dengan memberik an layanan informasi melalui pendekata n	Penelitian ini menerapkan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK), yang dipilih karena bertujuan untuk menangani kesulitan belajar siswa secara langsung melalui serangkaian tindakan yang dirancang secara khusus.	Artikel ini bertujuan untuk mengatasi hambatan belajar yang dialami siswa kelas VIII di SMP Negeri 13 Bandar Lampung dengan menerapkan layanan informasi melalui pendekatan konseling kelompok.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan layanan informasi dalam konseling kelompok efektif dalam membantu siswa mengatasi kesulitan belajar. Setelah empat kali pertemuan dalam dua siklus, siswa mengalami peningkatan dalam pemahaman materi, memberikan respon yang lebih baik terhadap pelajaran, serta mengalami penurunan tingkat kesulitan belajar. Layanan ini terbukti mampu

		konseling kelompok . Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan empat kali pertemuan dalam dua siklus, siswa mengalami peningkatan yang			meningkatkan kemampuan belajar serta kepercayaan diri siswa.
--	--	--	--	--	---

		signifikan dalam mengatasi kesulitan belajar.			
17	Umi Fitriyani. (2020)	Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas XII TKR A di SMK Islam Sudirman Grabag, dengan tujuan menganalisis pengaruh konseling kelompok yang menggunakan	Penelitian ini menerapkan metode deskriptif kualitatif. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 35 siswa, dengan sampel sebanyak 8 siswa dari kelas XII TKR A. Teknik pengumpulan data mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konseling kelompok dengan teknik reinforcement dalam mengurangi perilaku membolos pada siswa kelas XII TKR A di SMK Islam Sudirman Grabag.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik reinforcement memberikan dampak positif dalam menurunkan perilaku membolos siswa. Hal ini terlihat dari perbandingan hasil observasi dan dokumentasi sebelum dan sesudah konseling kelompok. Sebelum diberikan konseling, frekuensi membolos tertinggi mencapai 7

		teknik reinforce ment terhadap penurunan perilaku membolos siswa.	dengan mengamati penurunan frekuensi perilaku membolos berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan.		kali (kategori tinggi) dan terendah 4 kali (kategori sedang). Setelah pelaksanaan konseling kelompok, frekuensi membolos menurun, dengan angka tertinggi menjadi 5 kali (kategori sedang) dan terendah 2 kali (kategori rendah). Penurunan frekuensi membolos ini menunjukkan bahwa pemahaman siswa terhadap dampak negatif dari perilaku membolos semakin meningkat. Dengan demikian, konseling kelompok menggunakan teknik reinforcement terbukti efektif dalam mengurangi perilaku membolos siswa.
--	--	--	---	--	--

18	Izzati Wahyuningtyas, Luluk Fitriya Ayu, Nafilah Rafidah, dan Widha auranisha (2021)	Penelitian ini merujuk pada pelayanan konseling kelompok dalam menangani kasus bullying.	Metode penelitian yang diterapkan dalam artikel jurnal Pelayanan Konseling Kelompok dalam Menangani Kasus Bullying menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Pendekatan ini bertujuan untuk menggambarkan atau menganalisis hasil penelitian tanpa menarik kesimpulan yang lebih luas (Sugiyono, 2005: 21).	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran konseling kelompok sebagai alternatif dalam menangani kasus bullying. Fokus utama penelitian ini meliputi pemahaman mengenai definisi bullying, penerapan konseling kelompok, serta faktor-faktor yang memengaruhi efektivitas layanan tersebut.	Penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok membantu anggota kelompok dalam memahami dan menerapkan prinsip-prinsip penting, seperti kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, partisipasi aktif, dan kepatuhan pada norma. Dalam konseling kelompok, interaksi antara konselor dan anggota kelompok (minimal dua orang) memungkinkan individu untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif guna menyelesaikan masalah mereka.
----	--	--	---	--	--

19	Vivi Safitri (2024)	Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari 8 peserta didik yang memiliki kebiasaan merokok di SMP Negeri 21 Bandar Lampung. Pemilihan peserta didik dilakukan dengan kriteria tertentu, yakni mereka yang terlibat dalam kebiasaan merokok dan bersedia untuk	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi lapangan (field research). Pendekatan ini dipilih untuk menggali pemahaman yang lebih dalam mengenai fenomena kebiasaan merokok di kalangan peserta didik dan untuk menilai efektivitas layanan konseling kelompok yang menggunakan strategi self management dalam membantu mengurangi kebiasaan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self management dalam mengatasi kebiasaan merokok pada peserta didik SMP Negeri 21 Bandar Lampung serta untuk mengevaluasi hasil dari pelaksanaan layanan tersebut. Dalam konseling kelompok, strategi self management diterapkan melalui beberapa tahap, yakni self monitoring, stimulus control, dan self reward.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan strategi self management berhasil menurunkan kebiasaan merokok di kalangan peserta didik. Semua peserta yang mengikuti konseling mengalami pengurangan dalam frekuensi merokok mereka. Sebelumnya, mereka mengonsumsi sekitar 12 batang rokok setiap hari, namun setelah mengikuti konseling kelompok, jumlah rokok yang dikonsumsi berkurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa strategi self management dalam konseling kelompok
----	---------------------	--	---	---	--

		mengikuti layanan konseling kelompok . Selain itu, Guru BK juga berperan sebagai informan yang memberikan informasi terkait latar belakang kebiasaan merokok di kalangan peserta didik serta pelaksanaan layanan konseling kelompok di sekolah tersebut.	merokok tersebut.	Tahap pertama, self monitoring, bertujuan agar peserta didik dapat memantau dan memahami kebiasaan merokok yang mereka lakukan. Tahap berikutnya, stimulus control, dilakukan dengan mengidentifikasi faktor-faktor atau pemicu yang menyebabkan peserta didik merokok. Tahap terakhir, self reward, bertujuan untuk memberikan penghargaan kepada diri sendiri setiap kali berhasil mengurangi kebiasaan merokok.	terbukti efektif dalam membantu peserta didik mengurangi kebiasaan merokok mereka.
--	--	---	--------------------------	---	---

20	Dinda Asmidar Tanjung dan Ahmad Syarqawi. (2025)	Terdapat sepuluh responden yang berada dalam kategori tinggi; data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test sebelum dan sesudah sesi konseling kelompok. Teknik self management digunakan untuk pengumpulan data.	Metode penelitian adalah pendekatan kuantitatif. Sebelum eksperimen, teknik pengendalian diri digunakan; data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test sebelum dan sesudah sesi konseling kelompok. Data dianalisis menggunakan Tes Rank Signed Wilcoxon menggunakan SPSS.	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui aplikasi Tiktok yang mengganggu pembelajaran karena pengendalian diri mengurangi kecanduan Tiktok.	Hasil posttest menunjukkan bahwa dengan dua siswa, tingkat kecanduan tiktok yang tinggi mencapai 20%, dan tingkat kecanduan tiktok yang rendah mencapai 80%. Hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank. Hasilnya menunjukkan bahwa pada siswa yang kecanduan tiktok, layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik manajemen diri dapat berdampak besar pada banyak hal, terutama pada pengembangan pribadi siswa dan peningkatan kualitas pendidikan.
----	--	---	--	--	---

21	Wira Aldi Kusuma I dan Lathifah Nuryanto. (2024)	Peneliti meneliti Jurusan Pedalang an dan Teater di SMK Negeri 1 Kasihan.	Peneliti melakukan penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimen dengan satu kelompok pra-tes setelah tes. Layanan konseling kelompok digunakan untuk memberikan perawatan kepada kelompok eksperimen. Pre-test menentukan kondisi sampel sebelum perlakuan, yaitu tingkat kedisiplinan belajar siswa sebelum layanan konseling kelompok. Post-test menentukan tingkat kedisiplinan belajar siswa setelah layanan	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perubahan setelah penelitian ini atau apakah ada perubahan sama sekali. Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik respons potensi untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar siswa di kelas XI Jurusan Pedalangan dan Teater ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok yang menggunakan teknik Respon Potensial Kemampuan.
----	--	---	---	---	---

			konseling kelompok.		
22	Rina Suryani, Ave Laura Sinaga, Efti Alzika, dan Stefany Putri Agatha (2025)	Contoh guru BK meningkatkan interaksi sosial antara siswa di sekolah. Untuk memberikan pengetahuan, objek penelitian ini memberikan gambaran tentang topik	Penelitian ini menggunakan metode review literatur, yang berarti membandingkan, menganalisis, dan menyimpulkan teori sebelumnya. Selain itu, penelitian ini mencari dasar teori yang terkait dengan masalah yang dibahas. Sumber data penelitian ini berasal dari literatur yang relevan, seperti	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apa yang dapat dilakukan guru bimbingan dan konselor untuk meningkatkan interaksi sosial siswa di sekolah.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya guru bimbingan dan konselor untuk meningkatkan interaksi sosial siswa di sekolah mencakup (1) memberikan motivasi kepada siswa untuk berperilaku baik, (2) memahami dan meneliti alasan mengapa mereka harus berperilaku demikian, kemudian memberikan pemahaman dan contoh dengan sikap sosial, dan (3) dapat

		yang dibahas.	buku, jurnal, atau artikel ilmiah.		dicapai dengan memberikan layanan informasi tentang sikap sosial dan konseling individual. (4) menerapkan program sesuai dengan kebutuhan mereka dengan konseling individual dan bimbingan kelompok, (5) menilai pelaksanaan program, dan (6) menilai hasil dan tindak lanjut program.
23	Nabila Atari Safira, Alfin Siregar. (2024)	Studi ini dilakukan di SMA Negeri 7 Medan, di mana jumlah siswa X terdaftar, dan sampelnya terdiri dari 56 kelas penelitian	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, yang mengutamakan pengumpulan data konkrit berdasarkan positivisme. Data yang dikumpulkan diukur secara numerik dan dianalisis menggunakan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi seberapa efektif layanan konseling kelompok yang menggunakan pendekatan teknik tugas rumah untuk meningkatkan tanggung jawab akademik siswa	Hasil dari analisis data yang dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks menunjukkan bahwa tidak ada gejala. nilai sig (2-tailed) sebesar 0,012 kurang dari taraf signifikansi 0,05. Oleh karena itu, metode tugas rumah dengan konseling telah terbukti efektif dalam

		yang terdiri dari 8 orang yang dipilih secara purposive .	alat statistik untuk menguji hipotesis yang berkaitan dengan fenomena yang diteliti. Ini memungkinkan penelitian ini untuk menghasilkan temuan yang dapat dipercaya.	di SMA Negeri 7 Medan.	meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.
--	--	---	--	------------------------	--

Berdasarkan literatur dan sumber jurnal yang membahas layanan bimbingan dan konseling khususnya konseling kelompok, dapat disimpulkan bahwa pemilihan intervensi konseling kelompok dalam mengatasi permasalahan peserta didik menunjukkan efektivitas yang cukup tinggi dalam menanggulangi masalah dengan memanfaatkan suasana dan dinamika kelompok. Dalam pelaksanaan konseling kelompok, fokus utamanya adalah mengembangkan aspek-aspek seperti emosi, kognisi, observasi dan sikap yang mendukung tindakan produktif, dengan peningkatan keterampilan komunikasi sebagai salah satu tujuannya (Ade, 2021).

Konseling kelompok berperan dalam rangka preventif, penyembuhan dan pengembangan peserta didik baik dari segi kesehatan mental, kemampuan komunikasi dan interaksi (sosial), perkembangan diri dalam belajar atau akademik, serta perencanaan karir. Pernyataan tersebut didukung dengan pendapat Juntika Nurihsan (dalam Kurnanto, 2013) yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Bimbingan dan Konseling adalah salah satu aspek penting yang perlu diselenggarakan pada satuan pendidikan. Dalam memberikan intervensi terhadap berbagai macam masalah yang dialami oleh peserta didik, peran bimbingan dan konseling dalam pelayanannya akan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan peserta didik khususnya di sekolah. Konseling kelompok merupakan salah satu dari bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang dapat diberikan sebagai bentuk intervensi oleh guru BK kepada peserta didik

dalam menanggulangi masalah. Masalah yang dibahas dalam konseling kelompok sendiri merupakan masalah peserta didik yang memiliki sifat urgensi dan memiliki kemiripan dengan masalah peserta didik lainnya. Konseling kelompok merupakan upaya konselor untuk membantu individu mengembangkan dirinya secara holistik dan mendorong pencegahan masalah (Kurnanto, 2014).

Layanan konseling kelompok akan berjalan secara efektif dan mencapai keberhasilan didukung dengan kualitas konselor yang memenuhi kualifikasi kompetensi konselor sesuai dengan standar yang berlaku dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 27 Tahun 2008 terkait standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Reza Anugrah, 2021) mengenai hambatan guru BK dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok, Reza dalam penelitiannya menyatakan bahwa hambatan yang dialami oleh guru BK dalam pelaksanaan konseling kelompok tidak selalu berasal dari klien/konseli, tetapi permasalahan dan hambatan lainnya juga dapat berasal dari dalam diri konselor itu sendiri.

Mengenai efektivitas itu sendiri, efektivitas memiliki arti keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Jika hasil kegiatan semakin mendekati tujuan, berarti makin tinggi efektivitasnya, begitu pula sebaliknya (Agustina, 2020:36). Menurut kamus besar Bahasa Indonesia, efektivitas berasal dari kata efektif yang berarti ada efeknya, manjur, mujarab, membawa hasil, kemudian pengertian efektivitas itu sendiri adalah keadaan pengaruh, keberhasilan dan hal mulai berlaku. Tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan atau sasaran disebut efektivitas. Konsep efektif mencakup berbagai faktor internal dan eksternal seseorang. Dalam hal ini, efektivitas pelaksanaan konseling kelompok tidak hanya dilihat dari produktivitasnya, namun juga dilihat dari segi perspektif konselor atau guru BK, peserta didik, serta efisiensi pelaksanaan layanan yang diberikan.

Dalam melaksanakan layanan konseling kelompok, guru BK/Konselor sebagai pemimpin kelompok akan menggunakan teknik konseling, metode, dan/atau pendekatan konseling sesuai dengan permasalahan peserta didik yang hendak/akan diatasi dalam suasana kelompok. Seperti dalam penelitian nomor 8, 10, 21 (pada tabel diatas) yang membahas terkait pemberian intervensi Konseling Kelompok dalam upaya meningkatkan kedisiplinan siswa. Ketiga penelitian tersebut menunjukkan hasil dengan tingkat efektivitas yang baik dalam mengatasi masalah kedisiplinan siswa namun dengan menggunakan teknik dan pendekatan yang berbeda-beda dalam setiap pelaksanaannya. Ketiga penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa dengan penggunaan teknik dan pendekatan yang berbeda dalam pelaksanaan konseling kelompok yang

dilakukan tetap dapat memberikan output yang baik dan sesuai dengan sasaran dan tujuan konseling.

Pada jurnal nomor 10 (Tri Wulandari et al, 2022) konseling kelompok dilakukan dengan menggunakan pendekatan *cognitive behaviour therapy*. Terapi konseling kelompok membantu anggota memperoleh pemahaman tentang pikiran, perasaan, dan perilaku mereka. Penggunaan terapi konseling kelompok tidak hanya menambah proses dengan teori dan teknik yang telah terbukti, tetapi juga meningkatkan kedalaman dan arah interaksi kelompok. Dalam konseling kelompok, tujuan therapy adalah untuk membantu anggota kelompok mengeksplorasi masalah psikologis mereka yang tidak dapat diselesaikan hanya melalui wawancara konseling. Ini karena masalah psikologis yang dibahas cukup luas dan kompleks, sehingga konselor perlu merekonstruksi dimensi kepribadian klien secara lebih mendalam (Gladding, 2009). Penggunaan teknik, metode, atau pendekatan yang digunakan bertujuan untuk membantu pemimpin untuk mengetahui beberapa informasi diantaranya anggota meningkatkan kesadaran, melakukan suatu perubahan, dan juga untuk mampu mengeksplorasi serta menjalin hubungan baik sesama anggota (Muya Barida et al, 2023).

Mengenai hal tersebut terkait penggunaan strategi khusus dalam meningkatkan kualitas dan efektivitas intervensi, dapat kita pahami dan simpulkan secara sederhana bahwa inovasi dalam pemilihan dan penggunaan metode atau teknik terhadap eksekusi pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dilakukan merupakan aspek yang penting untuk diperhatikan. Kemudian daripada itu, efektivitas konseling kelompok juga dipengaruhi oleh keaktifan peserta atau anggota kelompok dalam melakukan interaksi dalam melakukan diskusi dalam upaya memberikan bantuan. Melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi di antara anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu anggota kelompok dicoba untuk dituntaskan secara bersama-sama (L. Lubis, 2015). Anggota kelompok bertanggung jawab untuk membangun kolaborasi kelompok dan memastikan proses konseling berjalan lancar, dengan begitu orientasi tambahan dapat meningkatkan motivasi para konseli atau anggota kelompok (Wingkel, W & Srihastuti, 2007).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur dan temuan dari berbagai penelitian yang telah dianalisis, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok memiliki efektivitas yang tinggi dalam membantu peserta didik mengatasi permasalahan yang mereka hadapi. Efektivitas ini ditunjukkan melalui peran konseling kelompok yang tidak hanya berfungsi secara kuratif, namun juga preventif dan pengembangan. Konseling kelompok secara signifikan dapat

meningkatkan aspek-aspek penting dalam diri peserta didik seperti kesadaran diri, regulasi emosi, kemampuan kognitif, serta keterampilan komunikasi dan sosial.

Permasalahan yang ditangani melalui konseling kelompok umumnya bersifat mendesak dan memiliki kesamaan karakteristik antaranggota kelompok. Dengan demikian, dinamika kelompok menjadi unsur penting dalam proses konseling yang memungkinkan anggota untuk saling berbagi pengalaman, memberikan dukungan emosional, serta membantu satu sama lain dalam memahami dan memecahkan masalah. Interaksi sosial yang terbentuk dalam kelompok berkontribusi besar dalam mempercepat proses perubahan dan pertumbuhan personal peserta.

Pendekatan dan teknik konseling yang digunakan dalam layanan ini dapat bervariasi, tergantung pada permasalahan yang dihadapi peserta dan kompetensi konselor. Misalnya, penggunaan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)* terbukti efektif dalam membantu peserta mengidentifikasi dan merekonstruksi pola pikir negatif serta perilaku maladaptif. Penggunaan teknik atau strategi lain yang sesuai juga dapat mendukung keberhasilan layanan, asalkan disesuaikan dengan konteks dan dinamika kelompok.

Efektivitas konseling kelompok sangat bergantung pada beberapa faktor utama: pertama, kualitas dan kompetensi konselor/guru BK sebagai pemimpin kelompok yang sesuai dengan standar profesional, sebagaimana tertuang dalam Permendiknas No. 27 Tahun 2008. Kedua, tingkat keaktifan dan keterlibatan anggota dalam proses kelompok, termasuk kemauan untuk berbagi, mendengarkan, dan menjalin kerja sama. Ketiga, strategi inovatif dalam pelaksanaan layanan, seperti pemilihan metode dan pendekatan yang sesuai serta penciptaan suasana yang kondusif dan suportif dalam kelompok.

Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang sangat potensial untuk dimanfaatkan dalam konteks pendidikan, khususnya dalam mendukung perkembangan peserta didik secara holistik. Untuk mencapai efektivitas yang optimal, pelaksanaannya harus mempertimbangkan faktor-faktor strategis mulai dari profesionalisme konselor, karakteristik peserta, hingga dinamika kelompok yang terbentuk selama proses berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Chita Putri, H. (2021). *Prosedur Kelompok Dalam Konseling*. Yogyakarta: Mirra Buana Media
- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Jurnal Edumaspul*, 6(1), 974-980.

- Agustina, I. (2020). Efektivitas Pembelajaran Matematika secara Daring di Era Pandemi Covid-19 terhadap Kemampuan Berpikir Kreatif. Universitas Negeri Medan.
- Ansori, Y. Z. (2019). Islam dan Pendidikan Multikultural. *Jurnal cakrawala pendas*, 5(2), 112.
- Amalianingsih, R., & Herdi. (2021). Faktor pendukung dan penghambat dalam penyelenggaraan program bimbingan dan konseling di Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 5(1), 50-53. <http://doi.org/10.30598/jbkt.v5i1.1071>
- Aminah, S., dkk. (2021). Analisis Dampak Pelatihan Peningkatan Kompetensi Layanan Konseling Kelompok pada Guru BK SMA Se-Kabupaten Sleman. *DIKLUS: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 5(2), 169-179. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jurnaldiklus/article/download/43549/16466>
- Barida, M. et al. (2023). *Buku Ajar Konseling Kelompok*. Yogyakarta: eprints.uad.ac.id. Diakses dari https://eprints.uad.ac.id/50735/1/Book_Barida_Buku%20Ajar%20Konseling%20Kelompok.pdf
- Chairi, A. I. N., dkk. (2024). Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan konseling*, 9(2). <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6782>
- Dinda Asmidar Tanjung & Ahmad Syarqawi. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Self Management Pada Siswa Kecanduan Tiktok. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 768–781. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6985>
- Fitriyanti, U., 2020. Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Reinforcement Terhadap Penurunan Perilaku Membolos Siswa. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *Counseling For All: Jurnal Bimngnan dan Konseling*, 1(2). <https://doi.org/10.57094/jubikon.v1i2.348>
- Ginting, R. A. B. (2021). Analisis Hambatan yang Dihadapi oleh Guru BK dalam Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok di MAN 1 Medan (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara). Medan. <http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/15545>
- Gladding, S. T. (2009). *Counseling: a Comprehensive Profession*. Pearson Education, Inc.
- Kurnanto, Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Lubis, L. (2015). Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Islam (S. Khalil (ed.)). Cita Pustaka Media.
- Harahap, A. C. P., Surbakti, F. B., Linri, Miranda, Nadila, O. R., Lubis, S. A., & Siregar, S. I. (2024). Faktor Penghambat Pelaksanaan Bimbingan Konseling Kelompok di SMP PAB 10 Medan Estate. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 623-629.

- Kasmawati, & Fiptar Abdi Alam. (2021). Penerapan konseling kelompok dalam meningkatkan self-esteem siswa. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1), 37-47.
- Kurniawan, D., Dkk. 2021. Upaya Mengatasi Kesulitan Belajar Melalui Layanan Informasi Dengan Pendekatan Konseling Kelompok Pada siswa Kelas VII SMP N 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2021/2022. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Kusuma, W. A., & Nuryanto, I. L. (t.t.). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Ability Potential Response untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*.
- Magrur, R, Y., dkk. (2020). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Kejenuhan Belajar Siswa. *Jurnal BENING*, 4(1), 117-124. <https://ojs.uho.ac.id/index.php/bening/article/download/10496/7386>
- Permendiknas No. 27 Tahun. 2008. Tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Pratiwi, U., dkk. (2024). Pemahaman Mendasar tentang Konseling Kelompok bagi Praktisi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Siber Nusantara (JPSN)*, 2(2), 60-66. <https://siberpublisher.org/index.php/JPSN/article/download/168/120/694>
- Purba, S. F. B., Arsini, Y., & Mahyani, A. (2023). Hambatan Guru Bimbingan dan Konseling dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok di SMA Negeri 1 Dolok Masihul. Madani: *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6). <https://doi.org/10.5281/zenodo.8125906>
- Safira, N. A., & Siregar, A. (2024). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Homework Assignment Untuk Meningkatkan Tanggungjawab Belajar*. 7(2).
- Salsabillah, C. S. dkk. (2024). Intervensi Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Dampak Bullying Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Bima: Pusat Publikasi Ilmu Pendidikan bahasa dan Sastra*, 2(1). <https://doi.org/10.61132/bima.v2i1.613>
- Sari, M., & Asmendri. (2020). Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA. *Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, 6(1), 44. DOI:10.15548/nsc.v6i1.1555
- Sofiah, R., Suhartono., & Hidayah, R. (2020). Analisis Karakteristik Sains Teknologi Masyarakat (STM) sebagai Model Pembelajaran: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 7(1), 4-5. DOI: <https://doi.org/10.25134/pedagogi.v7i1.2611>
- Suryani, R., Sinaga, A. L., Alzika, E., & Agatha, S. P. (2025). *Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa di Sekolah*. 11.
- Virly, N., Ega, D. A., & Muhid, A. (2023). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Rasa Empati Siswa: Literature Review. *Psycho Aksara: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v1i1.739>
- Wahyuningtyas, I., Dkk. 2021. Pelayanan Konseling Kelompok Dalam Menangani Kasus Bullying. *Jurnal Counseling As-Syamil*. 1(1), Hal 34-47.

- Wicaksono, H, H., dkk. (2022). Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Panti. *Jurnal Abdi Psikonomi*, 3(2), 107-115. <https://journals2.ums.ac.id/abdipsikonomi/article/download/517/372/4522>
- Winkel, W, S., & Srihastuti. (2007). Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan. Media Abadi.
- Wulandari, T. dkk. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 7(4). <https://doi.org/10.29210/022282jpgi0005>
- Yandri, H., dkk. (2022). Kebermaknaan Konseling Kelompok dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 4(2), 59-69. <https://ejournal.iainkerinci.ac.id/index.php/bkpi/article/download/1526/743/6536>