

Group Counseling Strategies to Overcome Problems in the Personal Social Sector for Junior High School Students: A Systematic Literature Review (SLR)

**Ade Hamrat Fitriasiwi, Bagas Aldy Pradana, Hanna Pramesthi, Indha Islamia
Isbandi, Ulya Makhmudah**

Universitas Sebelas Maret
adehamrat24@gmail.com

Article History

received 20/9/2021

revised 20/10/2021

accepted 20/11/2021

Abstract

In this study, which aims to explore the problems of the individual's social environment in guidance and counseling, especially at the junior secondary level, as well as in the management of strategies for using group counseling. The method used in this study is a systematic literature review (SLR) by collecting references from various journals and articles published in the 2016-2020 period from 14 articles. Data analysis in this study uses a qualitative approach with meta-synthesis, which according to the definition of meta-synthesis is a technique of integrating data to obtain new theories and concepts or to understand more deeply and thoroughly. The results of this study are that there are different types of problems in the field of individual social guidance and counseling, especially at the junior secondary level, such as: emotional maturity, low self-esteem, smoking behavior, inability to cope, poor social skills, etc. Treatment strategies offered are cognitive behavioral therapy, self-management, cognitive restructuring, group counseling, positive reinforcement, room-to-home programs, and more.

Keywords: *group counseling, personal social problems, junior high school students*

Abstrak

Dalam penelitian ini yang bertujuan untuk mengeksplorasi masalah-masalah lingkungan sosial individu dalam bimbingan dan konseling, khususnya di tingkat menengah pertama, serta dalam pengelolaan strategi penggunaan konseling kelompok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *systematic literature review* (SLR) dengan mengumpulkan referensi dari berbagai jurnal dan artikel yang diterbitkan pada periode 2016-2020 dari 14 artikel. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan meta-sintesis, yang menurut definisi meta-sintesis adalah teknik pengintegrasian data untuk memperoleh teori dan konsep baru atau untuk memahami lebih dalam dan menyeluruh. Hasil penelitian ini adalah terdapat perbedaan jenis masalah dalam bidang bimbingan dan konseling sosial individual khususnya pada tingkat menengah pertama, seperti: kematangan emosi, harga diri rendah, perilaku merokok, ketidakmampuan untuk mengatasi, sosial yang buruk, keterampilan, dll. Strategi pengobatan yang ditawarkan adalah terapi perilaku kognitif, manajemen diri, restrukturisasi kognitif, konseling kelompok, penguatan positif, program dari kamar ke rumah, dan banyak lagi.

Kata kunci: konseling kelompok, problematika pribadi sosial, peserta didik SMP



PENDAHULUAN

SMP atau singkatan dari Sekolah Menengah Pertama merupakan sebuah tingkatan pendidikan atau sekolah dasar menengah pertama yang dimana berlatar belakang sekolah formal yang ada di Indonesia, pada jenjang ini merupakan jenjang lanjutan setelah lulus dari SD. (Iska, 2011) mengatakan bahwa siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada rentan usia 10-14 tahun yang dimana berada dalam tahap perkembangan pubertas. Ketika siswa memasuki tahap pendidikan yang khususnya pada jenjang Pendidikan Menengah Pertama, maka siswa tersebut dapat dikelompokkan dalam fase yang memasuki masa remaja awal. Dimana dalam masa atau periode tersebut, periode kehidupan dapat ditandai dengan adanya perubahan mendasar yang meliputi perubahan pada aspek psikomotorik, aspek kognitif dan aspek afeksi dalam perilaku mencari identitas diri (Habsy, B. A. 2019). Peserta didik SMP sendiri ialah anak yang berusia 10-14 tahun atau anak yang memasuki masa remaja. Masa SMP atau anak yang memasuki masa remaja itu ditandai dengan adanya perubahan psikomotorik, kognitif dan afeksi dalam perilaku mencari identitas diri. Pada masa pertumbuhan SMP sendiri ialah periode transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Fase perkembangan remaja sangatlah abstrak, oleh karena itu sangat membutuhkan bimbingan dari orang tua (Santrock, 2014:34).

Menurut ASCA (2012:29) terdapat tiga bidang layanan bimbingan dan konseling untuk pembelajaran peserta didik yaitu: (1) Perkembangan akademik, mempunyai tujuan pada program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan kompetensi siswa khususnya dalam kegiatan belajar (2) Pengembangan karier, standar yang berfokus pada program bimbingan dan konseling agar dapat memecahkan permasalahan peserta didik terkait dengan prospek kerja, perencanaan dalam meraih kesuksesan lulus dari sekolah menengah atas menuju studi lanjut (3) Pengembangan sosial/emosional, standar yang berfokus pada standar Siswa berpartisipasi dalam mengatur mereka tingkat emosional, belajar dan menerapkan keterampilan interpersonal.

Tohirin (2007) menjelaskan bahwa konseling kelompok merupakan upaya seorang pembimbing atau konselor untuk membantu memecahkan masalah individu melalui kegiatan kelompok guna mencapai perkembangan yang optimal. Corey (2012) menjelaskan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan pencegahan dan perbaikan, pada umumnya konseling kelompok memiliki tujuan tertentu seperti bidang akademik, profesional, pribadi dan sosial. namun pada pembahasan kali ini yang akan kami kaji yaitu pada bidang pribadi dan sosial.

Selain hal tersebut, layanan yang berupa konseling kelompok juga dapat memberikan manfaat dalam menyelesaikan masalah pribadi dengan cara menjadikan peserta didik mampu berkomunikasi secara baik, lancar dan efektif dengan orang lain, mampu mengendalikan diri sendiri, mampu menjalin persahabatan dengan baik dengan semua orang. Sedangkan manfaat dalam masalah di ranah social adalah menjadikan individu dapat berinteraksi secara aktif dan efektif serta dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut beberapa jurnal penelitian yang kami dapatkan dan setelah itu kami analisis, maka dengan itu menjadi alasan yang melatar belakangi penulis untuk mengkaji beberapa jurnal yang membahas mengenai problematika bimbingan dan konseling terutama pada bidang pribadi sosial serta secara khusus pada peserta didik jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Selain hal tersebut, penelitian ini juga untuk dilakukan untuk mengetahui bagaimana dan seperti apa upaya yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Oleh karena itu, tinjauan pustaka ini diharapkan dapat

menambah wawasan dan pemahaman tentang alternatif-alternatif yang dapat diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling maupun Mahasiswa Bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik dalam mengetasi permasalahan atau problematika khususnya dalam bidang pribadi sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil data dari artikel-artikel dari berbagai jurnal bimbingan dan konseling baik nasional yang telah disesuaikan berdasarkan problematika bimbingan dan konseling bidang pribadi sosial pada peserta didik jenjang SMP.

Tabel 1. Permasalahan

| | Meningkatkan kematangan emosi | Mengurangi Perilaku Merokok | Ketidakmampuan penyesuaian diri | Meningkatkan Regulasi Diri | Meningkatkan kedisiplinan | Mengembangkan keterampilan sosial | Menurunkan Perilaku Membolos | Meningkatkan pemahaman identitas diri | Meningkatkan Self Confidence | Mereduksi Kecemasan | Rendahnya keterampilan interpersonal | Interaksi sosial |
|---|-------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------------------|------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|---------------------|--------------------------------------|------------------|
| Rukmana, Kusbandi mi, Lathifah (2020) | ✓ | | | | | | | | | | | |
| Trifena, R., Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2020) | | ✓ | | | | | | | | | | |
| Wahyuning tyas & Soedarmadji (2020) | | ✓ | | | | | | | | | | |
| Abdi & Mafirja (2019) | | | ✓ | | | | | | | | | |
| Habsy, B. A. (2019) | | | | ✓ | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|--|--|
| Hasan, Faisal, Murmiati (2019) | | | | | ✓ | | | | | | | |
| Murtafiah, A., & Sahara, O. A. (2019) | | | | | | ✓ | | | | | | |
| Ernawati, R., & Afdal, A. (2018). | | | | | ✓ | | | | | | | |
| Fatchurah man, M., Syarif, D. F. T., & Turohmi, S. (2018) | | | | | | | ✓ | | | | | |
| Masilkan (2018) | | | | | | | | ✓ | | | | |
| Habiba, A., Wibowo, M. E., & Japar, M. (2017). | | | | | | | | | ✓ | | | |
| Ireel, A. M., Elita, Y., & Mishbahud din, A. (2018) | | | | | | | | | | ✓ | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|---|---|
| Fitrtani&Hi dayah (2016) | | | | | | | | | | | ✓ | |
| Kurniadi, M. W., & Farozin, M. (2019). | | | | | | | | | | | | ✓ |

Tabel 2. Penyelesaian

| | <i>Cognitive Behaviour Therapy</i> | <i>Self management</i> | <i>Restructuring cognitive</i> | Konseling kelompok | <i>Positive Reinforcement</i> | <i>Home Room Program</i> | Modeling | Problem Solving | Konseling realita | Self Intruction | Restrukturisasi Kognitif | Adler |
|---|------------------------------------|------------------------|--------------------------------|--------------------|-------------------------------|--------------------------|----------|-----------------|-------------------|-----------------|--------------------------|-------|
| Rukmana, Kusbandi ami, Lathifah (2020) | ✓ | | | | | | | | | | | |
| Trifena, R., Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2020) | | ✓ | | | | | | | | | | |
| Wahyuningtyas & Soedarmadji (2020) | | | ✓ | | | | | | | | | |
| Abdi & Mafirja (2019) | | | ✓ | | | | | | | | | |
| Habsy, B. A. (2019) | | | | ✓ | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|---|---|---|---|--|--|
| Hasan, Faisal, Murmiati (2019) | | | | | ✓ | | | | | | | |
| Murtafiah , A., & Sahara, O. A. (2019) | | | | | | ✓ | | | | | | |
| Ernawati, R., & Afdal, A. (2018). | | | | | | | ✓ | | | | | |
| Fatchura hman, M., Syarif, D. F. T., & Turohmi, S. (2018) | | | | | | | | ✓ | | | | |
| Masilkan (2018) | | | | | | | | | ✓ | | | |
| Habiba, A., Wibowo, M. E., & Japar, M. (2017). | | | | | | | | | | ✓ | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|---|--|--|--|--|--|--|---|---|
| Ireel, A. M., Elita, Y., & Mishbahu ddin, A. (2018) | | | | | | | | | | | ✓ | |
| Fitriani & Hidayah (2016) | | | | | | | | | | | | ✓ |
| Kurniadi, M. W., & Farozin, M. (2019). | | | | ✓ | | | | | | | | |

a. Problematika Bidang Pribadi Sosial pada Peserta Didik SM

Problematika atau dalam bahasa Inggris "*problematic*" yang memiliki arti permasalahan, persoalan atau masalah. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia sendiri belum dapat istilah atau makna yang tepat mengenai problematika. Pada table 1 menunjukkan problematika peserta didik SMP pada bidang pribadi sosial. Berdasarkan artikel yang telah kami kumpulkan dan kami analisis, kami menemukan empat belas (14) problematika yang terjadi pada siswa SMP atau sekolah menengah pertama, berikut merupakan dua belas permasalahan yang dialami oleh siswa pada jenjang sekolah menengah pertama, diantaranya adalah rendahnya kematangan emosi, rendahnya kepercayaan diri, perilaku merokok, ketidak mampuan penyesuaian diri, rendahnya keterampilan sosial, meningkatnya perilaku membolos, kurangnya pemahaman identitas diri, kurangnya *self confidence*, mereduksi kecemasan, Rendahnya keterampilan interpersonal.

b. Solusi Solusi Problematika Bidang Pribadi Sosial pada Peserta Didik SMP

Berdasarkan dari pengumpulan dan analisis berbagai artikel penelitian-penelitian diperoleh hasil analisis terkait konseling kelompok sebagai jalan keluar untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa SMP pada permasalahan pribadi sosial yang terdapat sebelas (11) teknik atau strategi konseling kelompok untuk mengatasi problematika pada peserta didik SMP bidang pribadi sosial, diantaranya adalah Cognitive Behaviour Therapy, self management, restructuring cognitive, Konseling kelompok, positive reinforcement, home room program, teknik modeling, problem solving, konseling realita, self instruction, dan restrukturisasi kognitif.

c. Pembahasan

Hasil dari kumpulan artikel dan proses penganalisisan berbagai artikel penelitian yang digunakan dalam mengidentifikasi problematika dan strategi konseling kelompok yang digunakan dalam bidang pribadi sosial peserta didik SMP. Pada tabel 2 menyajikan beberapa problematika bidang pribadi sosial yang dialami oleh peserta didik SMP, diantaranya terapi perilaku kognitif, manajemen diri, restrukturisasi kognitif, konseling kelompok, penguatan positif, program dari kamar ke rumah, dan lain sebagainya.

Pada bidang pribadi sosial problematika peserta didik pada jenjang SMP adalah mengenai *self confidence* atau rendahnya kepercayaan diri hal ini terlihat ketika peserta didik merasa malu jika ditunjuk untuk berbicara di depan kelas, kurang aktif bertanya kepada guru, menghindari interaksi dengan teman dan di kelas. Maka dari itu untuk mengatasi *self confidence* atau rendahnya kepercayaan diri diperlukan layanan konseling kelompok menggunakan Teknik *self introduction*. Hal ini dilakukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Feronika, Santosa, Simon (2016) memperoleh hasil bahwa layanan konseling kelompok dengan metode atau teknik *self-instruction* mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya skor angket yang signifikan, meningkatnya skor ini menyatakan ketepatan hipotesis penelitian & menandai adanya keefektifan Teknik tersebut dalam menumbuhkan kepercayaan diri peserta didik. Hasil penelitian tadi diperkuat menggunakan penelitian selanjutnya yang dilakukan Habbiba, Wibowo, Jafar (2017) bahwa pengaplikasian *self-instruction* dalam layanan konseling kelompok mampu memberikan dampak positif bagi siswa. Teknik *self instruction* bisa berdampak kepada berubahnya sesuatu hal yang positif pada diri siswa dijenjang SMP. Peserta didik mulai mengenal diri sendiri, berani menyapa guru dan teman kelasnya, berani tampil didepan kelas dan berani



mengutarakan pendapatnya dimuka umum baik di sekolah maupun lingkungan lain. Selain melalui Teknik *self-instruction* untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa bisa dengan menggunakan teknik lain misalnya teknik home room, teknik metafora, restructuring cognitive. Teknik metafora adalah merupakan sebuah Teknik yang baru dengan mengungkapkan cara berpikir dan rasa dengan digunakannya komunikasi secara langsung, umumnya menggambarkan inspirasi atau masalah yg konkrit & bisa dimengerti. Istilah metafora pula berarti kalimat yang tidak sebenarnya yaitu menyampaikan sesuatu dengan arti kata lain.

Pada penelitian yang dilakukan Sulistyaningsih, Mashar, Yuhanita (2018) konseling kelompok dilakukan dalam pertemuan pertama lebih menekankan pemberian informasi mengenai kepercayaan diri dengan tema “cerminan diri” tujuan dari hal tersebut membuat para siswa mengetahui dan lebih memahami diri masing-masing. Pada kegiatan ke 2 yang mengangkat pembahasan “harapan pada diri” yang bertujuan untuk para siswa mengetahui diperlukannya rasa kepercayaan diri yang baik. Pada Kegiatan mengangkat pembahasan “perlu merubah dan berubah” bermaksud untuk membuat siswa dalam membantu memupuk rasa percaya diri pada siswa. Pertemuan keempat bertemakan “merasa beruntung belajar” menurut ahli memiliki tujuan untuk membuat peserta didik dapat memupuk rasa kepercayaan diri pada diri siswa. Pada lanjutan dari penelitian menunjukkan yaitu pada Teknik metafora sudah terdapat bukti teknik tersebut lebih maksimal dalam memupuk kepercayaan diri pada siswa kelas VII/F Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Tambarak, Temanggung. Selanjutnya strategi lain yang bisa dipakai pada konseling kelompok dalam menumbuhkan rasa percaya diri salah satunya adalah strategi restructuring cognitive diberikan pada siswa untuk mengubah pemikiran negatif ke arah yang lebih positif. Pada penelitian yang dilakukan Rukmana, Kusbandiami, Lathifah (2020) strategi restructuring cognitive menggunakan pendekatan CBT dimana mempunyai tujuan yang sama, yaitu mengkonstruksi pemikiran irasional berubah ke pemikiran rasional yang bisa diterima dalam diri individu & lingkungannya. akan tetapi berdasarkan penelitian yang dilakukan, teknik ini secara signifikan kurang memiliki hasil yang maksimal dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa.

Perilaku agresif yang diterapkan oleh siswa merupakan perilaku agresif dalam bentuk fisik serta verbal. Perilaku agresif ini menyebabkan siswa mengalami stress dan kecewa atau frustrasi terhadap diri sendiri serta dapat memunculkan tingkah laku yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Jika situasi ini jika tidak segera diselesaikan, menyinggung perasaan orang dan meningkatkan kemungkinan perilaku agresif.

Mengatasi perilaku agresif siswa dapat dilakukan dengan pendekatan berorientasi perilaku pada layanan konsultasi yang komprehensif dengan teknik pemodelan. Pendekatan perilaku adalah perawatan atau dukungan yang menggunakan teknik pemodelan untuk membantu seseorang secara adaptif mengubah perilaku yang tidak pantas. Artinya, kebiasaan yang tidak sesuai dapat dihapuskan atau dikurangi, lalu perilaku adaptif diciptakan dan diperkuat. teknik atau metode modeling merupakan proses belajar dengan mengamati orang lain, dan perubahan disebabkan oleh imitasi. Imitasi menunjukkan bahwa perilaku orang tersebut teramati.

Dalam penelitian tersebut dapat diketahui bahwa perilaku agresif siswa berkurang dengan indikator ini. Siswa mulai memiliki rasa keingintahuan dan berusaha mencari tahu dengan bertanya kepada teman teman atau pada guru, ketika merasa masih kurang dalam memahami materi yang diberikan dan yakin

akan kemampuannya. Perilaku agresif oral juga menurun. Perilaku agresif verbal siswa dalam ini dapat ditentukan dari perilaku siswa yang agresif tersebut mulai berlahan menghilang. Hal tersebut terdiri dari membuat kegaduhan di kelas dan melakukan *bullying* terhadap teman sekelas. Jadilah diri sendiri selama kegiatan yang mengubah pembelajaran di kelas. Pencapaian tujuan utama dari penelitian ini mulai dapat dilihat ketika mahasiswa yang antusias pada proses memberikan pelayanan. Siswa antusias mengungkapkan pikiran dan gagasannya, terdapat interaksi yang baik antara ketua kelompok dengan siswa, siswa saling memberikan tanggapan dan masukan saat layanan tersebut dilakukan, dan kegiatan Setelah selesai siswa akan memahami materi yang akan diproses secara berurutan.

Layanan Konseling Kelompok Adler digunakan untuk membangun kepercayaan diri konselor, melatih berpikir positif, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta melatih pengendalian diri. Konseling Kelompok Adler merupakan tawaran yang ditujukan untuk memperkuat keberanian, mengurangi perasaan rendah diri dan mendorong berkembangnya minat sosial (Alwisol, 2006: 98).

Perubahan keterampilan interpersonal siswa dapat dikenali dengan meningkatkan keberanian dan aktivitas siswa. Kemajuan telah menjadi tempat bagi orang lain untuk bercerita, menyimpan rahasia, berinteraksi dengan teman yang sebelumnya tidak dikenal yang harus berbagi ide dan mengajukan pertanyaan dalam kelompok dan kelas, dan banyak lagi. Anda dapat mengklarifikasi dan tidak menghormati teman Anda dan menyelesaikan konflik dengan orang lain. Kemajuan konselor sangat erat kaitannya dengan tujuan konseling kelompok: memperkuat kepercayaan diri konselor, melatih berpikir positif, melatih komunikasi, dan melatih pengendalian diri. Ini mengurangi rasa rendah diri, membangun kepercayaan diri dan memotivasi siswa.

Siswa mulai mengembangkan pemahaman baru tentang diri mereka dan lingkungannya. Dengan memberikan tugas dan menggunakan dinamika kelompok dalam konseling, siswa dapat mengembangkan kepercayaan diri dan minat sosial. Hal ini akan mengurangi rasa rendah diri. Karena mereka mengenali kemampuan untuk memotivasi diri mereka sendiri untuk mendominasi. Ketika siswa menjadi lebih tertarik secara sosial, begitu juga keterampilan interpersonal mereka. Dari hasil penelitian ini dan dukungan penelitian sebelumnya, dapat dipastikan bahwa konseling kelompok Adler efektif dalam meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP.

Regulasi diri termasuk dalam proses pengaturan diri yang dimana bertujuan untuk mengatur satu pikiran maupun perasaan demi memenuhi satu tujuan yang akan dicapai. Regulasi diri merupakan salah satu penentu keberhasilan akademik, hal tersebut disebabkan oleh peserta didik memiliki pengaturan diri merencanakan, menilai, mengontrol diri yang terkait fisik, kognitif, faktor emosional & sosial.

Sebuah Pendekatan konseling yang dapat diaplikasikan demi mengatasi hambatan klien yang berkaitan dengan regulasi diri ialah pendekatan cognitive behavior. Pendekatan konseling tersebut memiliki tujuan utama dimana konselor memberikan bantuan kepada klien/konseli menggunakan cara mengganti atau menghapus pola pikir yang buruk atau tidak baik dalam diri klien/konseli dan diganti menggunakan cara befikir/pola pikir yang lebih sehat (Ghufron, dalam Sukandar : 2009). konseling pendekatan ini bukan cuma terfokus dalam perubahan perilaku, namun juga adanya hambatan kognitif dalam individu dalam menuntaskan masalah. (Habsy : 2017a).

Dalam penelitian yang dilakukan Aidan & Hasby (2019), aktivitas konseling kelompok cognitive behavior dikerjakan oleh konselor menggunakan bentuk layanan atau dukungan kepada konseli yang terlebih mempunyai regulasi diri rendah, tentunya dengan menggunakan suasana kelompok. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk membahas masalah yang dihadapi setiap anggota kelompok, sehingga kasus-kasus ini dapat diselesaikan, di mana kelompok konseling Cognitive Behavioral yang berfokus pada perubahan kognisi dan perilaku manusia. Dalam konseling ini, peneliti layanan konseling kelompok cognitive behavior yang bertujuan untuk meningkatkan regulasi diri peserta didik SMP.

Peserta didik yang regulasi dirinya rendah akan merasa dirinya tidak bernilai, tidak berarti, dan rendah diri yang berkepanjangan yang disebabkan oleh penilaian negatif terhadap diri sendiri maupun kemampuan diri. Hilangnya percaya diri, merasa gagal lantaran beliau belum sanggup mencapai ekspektasi ideal diri. Salah satu metode pendekatan yang dapat digunakan dalam membantu konseli untuk melakukan konseling kelompok adalah konseling ralita.

SIMPULAN

Dari aneka macam literatur dan jurnal yang sudah kami kumpulkan serta kami analisis data yang dalam penelitian kali ini memakai metode metasintesis dalam memperoleh hasil analisis penelitian. Maka berdasarkan hasil penelitian dan diperkuat menggunakan penelitian selanjutnya yang dilakukan Habbiba, Wibowo, Jafar (2017) bahwa konseling kelompok teknik self instruction bisa berdampak positif bagi siswa. Sejalan dengan hal tersebut penelitian yang dilakukan Rukmana, Kusbandiami, Lathifah (2020) strategi restructuring cognitive menggunakan pendekatan CBT dimana dalam penelitian tadi mempunyai tujuan yang sama, yaitu mengkonstruksi pemikiran irasional ke dalam pemikiran rasional yang bisa diterima dirinya maupun lingkungannya. Perilaku agresif verbal pula mengalami penurunan, sikap agresif verbal siswa dalam indikator ini bisa dicermati berdasarkan perilaku agresif siswa mulai terdapat perubahan yang umumnya dilakukan didalam kelas dengan melakukan keributan dikelas dan memaki-maki, mengejek sahabat satu bangkunya kini mulai berubah dalam belajar di kelas. Perasaan inferioritas berkurang, timbul rasa percaya diri serta menumbuhkan motivasi pada diri siswa. Melalui tugas dan pemanfaatan dinamika kelompok pada konseling bisa menumbuhkan rasa percaya diri maupun interest social siswa. Dengan output tadi maka bisa disimpulkan bahwa konseling kelompok bisa membantu secara signifikan mengatasi problematika siswa dalam bidang pribadi maupun sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G. (2012). *Teori dan Teknik Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. (2009). Bandung: PT. Refika Aditama
- Ernawati, R., & Afdal, A. (2018). Peningkatan disiplin siswa dalam menaati tata tertib dengan menggunakan teknik modelling melalui layanan penguasaan konten di SMPN 49 Jakarta pada siswa kelas 8 tahun ajaran 2018-2019. *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan*, 1(2), 81-95.
- Fatchurahman, M., Syarif, D. F. T., & Turohmi, S. (2018). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Problem Solving dalam Menurunkan Perilaku Membolos Siswa. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 55-68.

- Fitriani, M. R., & Hidayah, N. (2016). Keefektifan konseling Kelompok Adler untuk meningkatkan keterampilan interpersonal siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 7-11.
- Habiba, A., Wibowo, M.E., & Jafar, M. (2017). Model Konseling Kelompok Teknik *Self Instruction* untuk Meningkatkan *Self-Confidence* Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol. 6(1). Hal. 1-6
- Habsy, B. A. (2019). *Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavior untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa SMP*. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 33(1), 15-26.
- Hasan, Farial, & Nurmiati. (2019). Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Positiv Reinforcement* untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Di Sekolah SMP Negeri 9 Banjarbaru. *Jurnal Bimbingan dan Konseling r-Rohman*. Vol. 5, No.2, Hal. 78-81.
- Maslihan. (2018). Keefektifan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Pemahaman Identitas Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *PERSPEKTIF Ilmu Pendidikan*. Vol 32. No 2 Hal. 107-115
- Murtafiah, A., & Sahara, O. A. (2019). Pelaksanaan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Terisolir Di SMP Negeri 5 Banguntapan. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 3(2).
- Ireel, A. M., Elita, Y., & Mishbahuddin, A. (2018). Efektivitas layanan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk mereduksi kecemasan menghadapi ujian siswa smp di kota bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 1-10.
- Iska, Z. N. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*.
- Santrock, J. W. (2014). *Essentials of life-span development*. McGraw-Hill.
- Siswanto. (2010). *Systemic Review sebagai Metode Penelitian untuk Mensintesis Hasil-Hasil Penelitian (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Pusat Penelitian dan Pengembangan Sistem dan Kebijakan Kesehatan.
- Sugiyanto. (2004). *Hand-out Meta-Analysis*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Trifena, R., Istirahayu, I., & Fitriyadi, S. (2020). Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa di SMP Negeri 1 Teriak. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 5(2), 46-49.
- Utomo, L. Z. (2015). Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Fishbowl* untuk Mengembangkan Keterampilan Pengambilan Keputusan. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 1-7.