

Literature study: Analysis of Adlerian Group Counseling

Wenda Asmita¹, Silvianetri²

^{1,2} Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Program Pascasarjana UIN
Mahmud Yunus Batusangkar

Email: wendaasmita@gmail.com

ABSTRAK

Upaya untuk memberikan bantuan dan mengembangkan keterampilan pribadi sebagai alat untuk pemecahan masalah kelompok disebut konseling kelompok. Pendekatan konseling kelompok Adler adalah bagian dari melihat hal-hal yang paling berharga dalam hidup. Metode konseling kelompok Adler adalah suatu bentuk konseling kelompok yang menitikberatkan pada integritas pribadi yang terarah pada diri sendiri dan keragaman anggota kelompok. Tujuan dari pembinaan kelompok Metode Adler adalah untuk mengembangkan individu yang dewasa dan bertanggung jawab secara sosial. Artikel ini membahas analisis kontribusi metode Adler terhadap konseling kelompok berdasarkan studi kepustakaan, karena diketahui metode Adler merupakan metode dalam praktik konseling kelompok yang populer.

Kata Kunci: Konseling Kelompok; Pendekatan Adlerian

ABSTRACT

Efforts to provide assistance and develop personal skills as a tool for group problem solving are called Group Counseling. Adler's approach to group counseling is part of seeing the most valuable things in life. Adler's group counseling method is a form of group counseling that focuses on self-directed personal integrity and the diversity of group members. The purpose of the Adler Method group coaching is to develop mature and socially responsible individuals. This article discusses the analysis of the contribution of the Adler method to group counseling based on a literature study, because it is known that the Adler method is a popular method in group counseling practice.

Keywords: Group Counseling, Adlerian Approach

© 2022 Wenda Asmita & Silvianetri
Under the license CC BY-SA 4.0

PENDAHULUAN

Konseling kelompok dalam proses pelaksanaannya dapat dilaksanakan dengan pendekatan ataupun teknik tertentu (Kartianti, Sahrestia. 2020). Pendekatan Adlerian terhadap konseling kelompok berperan dalam melihat apa yang paling berharga dalam hidup. Maksudnya,

ingatannya terkait dengan hal-hal paling berharga dalam hidup dan menjadi tujuan motivasi untuk mencapainya melalui berbagai gaya hidup (Ardi et al. 2019). Menurut (Linda Jamaludin, Ku Suhaila Ku Johari, and Salleh Amat 2018) terapi bermain Adlerian membantu meningkatkan

kesejahteraan anak-anak tunawisma secara keseluruhan.

Upaya memberikan bantuan preventif dan mengembangkan kemampuan individu sebagai kelompok untuk menyelesaikan masalah dikenal dengan konseling kelompok. Membantu mengatasi masalah interaksi, terutama untuk meningkatkan interaksi siswa merupakan rancangan dari dilaksanakannya konseling kelompok pendekatan ini (Kartiani 2021). Menurut (Hermina and Hariyono 2018) Secara teori, *group counseling* juga dapat menjadi alat terapi bagi klien, karena berpartisipasi akan membuat kepercayaan diri anggota kelompok meningkat dan mengubah perilaku seseorang.

Adler membandingkan keadaan hidup yang sempurna dengan latihan berdasarkan tujuan *long-term* (Tajabadi et al., 2018; K K Meany-Walen & Kottman, 2018). Berbagai penelitian tentang penerapan sistem konseling kelompok Adler telah menunjukkan bahwa fokus pada faktor sosial yang terkait dengan sistem ini memerlukan organisasi yang berbeda seperti orang tua, kelompok guru, keluarga dan siswa. Pendekatan Adler didasarkan pada teori kejutan, optimisme, dan teori absolut yang diwujudkan dalam norma-

norma sosial pendekatan ini: konseling jangka pendek (SFBC) dan psikologi kognitif (REBT) (Corey, 2015; Sonstegard & Bitter, 2011).

Sebagaimana latar belakang di atas dapat diketahui begitu populernya terapi adlerian ini. Sehingga penulis ingin melakukan studi kepustakaan terhadap persoalan penelitian yang ampuh dipecahkan dengan metode konseling kelompok pendekatan adlerian ini.

METODE PENELITIAN

Kegiatan yang melibatkan menemukan, membaca, dan meninjau hasil penelitian atas literatur yang mengandung prinsip-prinsip yang terkait disebut studi literatur dan bahkan dikenal sebagai bagian penting dari keseluruhan pendekatan penelitian ilmiah (Amalianingsih 2021).

Hampir semua penelitian membutuhkan *literature* atau penelitian kepustakaan. Meskipun penelitian kepustakaan dan penelitian lapangan seringkali berbeda, ada perbedaan di antara keduanya. Tapi penelitian perpustakaan sangat penting untuk keduanya. Penelitian literatur memiliki banyak manfaat dalam proses penulisan makalah penelitian. (Awwaabiin 2021). Penulis melakukan

penelitian kepustakaan dengan mengikuti berbagai sumber tertulis antara lain buku, arsip, jurnal, artikel dan terbitan berkala. serta dokumen yang terkait dengan pertanyaan penelitian (Fatin 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Membantu siswa mencapai perkembangan yang optimal merupakan tujuan program bimbingan dan konseling (Hariyati., Silvianetri., Ardimen. 2021). Menurut (Ardi et al. 2019) Pendekatan Adlerian pada Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kinerja Diri Siswa Siswa mempunyai banyak kesempatan untuk bereksplorasi dan berkembang. Proses pengembangan diri sangat penting. Kegiatan tersebut dilakukan oleh pihak sekolah sebagai lembaga melalui pembimbing, namun kendala muncul pada saat pembinaan siswa. Hal ini menjadi tantangan yang sulit bagi konselor untuk mengurangi masalah perkembangan dan mengoptimalkan kemampuan dan potensi siswa melalui layanan pendampingan. Salah satunya adalah konseling kelompok Metode Adlerian

adalah salah satu pendekatan yang paling populer untuk praktik konseling kelompok. Artikel ini membahas tentang analisis kontribusi nilai yang terkandung dalam pendekatan Adler terhadap layanan mentoring kelompok untuk mengoptimalkan potensi siswa. Sebagaimana hasil penelitian berikut:

- a. Menurut (M 2015) konseling kelompok pendekatan Adlerian bisa membantu penderita obesitas mengurangi rasa rendah dirinya. Inferioritas merupakan salah satu gangguan mental pada mahasiswa obesitas. Adler menganggap kondisi fisik sebagai salah satu faktor yang membuat orang merasa rendah diri. Salah satu cara untuk menurunkan rendah diri pada mahasiswa obesitas adalah melalui konseling kelompok Adlerian secara teori,
- b. Berdasarkan penelitian (Setiawan, Hanim, and Marjo 2015) mengenai bagaimana konseling kelompok adlerian berpengaruh terhadap *self understanding* siswa kelas 5 SDN 01 Ujung Menteng. Diketahui bahwa *adlerian approach group counselling* dapat membantu

- anggota kelompok memahami dirinya lebih baik dari sebelumnya.
- c. Menurut (Kartika, Windy., Nurshalim 2013) konseling kelompok pendekatan adlerian juga bisa mengurangi perilaku mengasingkan diri yang dilakukan siswa kelas VII-C.
- d. Berdasarkan temuan (Novirson 2018) diketahui bagaimana efektivitasnya konseling Adlerian untuk meningkatkan harga diri remaja yatim. Berawal dari gaya pengasuhan yang berbeda diantara remaja yang bersama orangtua dengan remaja yang tidak bersama orangtuanya. Akhirnya setelah dilaksanakan kegiatan konseling adlerian diketahui dapat membuat harga diri remaja menjadi lebih meningkat dibandingkan sebelumnya.

2. Pembahasan

Ketika Freud fokus dengan psikoanalisisnya, Adler berfokus pada perjuangan individu menjadi semua yang mereka bisa. Model pertumbuhan adler adalah dasar dari psikologi penggunaan. Manusia dilahirkan dengan genetik

- e. Menurut (Rachmawati, Chanum, and Marjo 2016) layanan konseling Adlerian berpengaruh terhadap peningkatan penalaran dan moral siswa. Berdasarkan penelitian diketahui adalah siswa yang mendapatkan pendampingan konseling Adlerian meningkat penalaran moralnya dibandingkan mahasiswa yang tidak ikut. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan pendampingan Adlerian penalaran moralnya lebih meningkat dibandingkan mahasiswa yang tidak mendapatkan layanan konseling Adlerian.

Dari 5 jurnal membahas mengenai layanan konseling kelompok pendekatan adlerian dengan berbagai pemecahan persoalan peserta didik yang bisa dientaskan dengan konseling kelompok pendekatan adlerian ini.

tertentu (keturunan dan lingkungan); apa yang kita lakukan akan menentukan orang seperti apa kita nanti (Corey 2012). Menurut (Adhiputra 2015) Teori Adlerian adalah pendekatan berorientasi kelompok yang membahas kepentingan sosial individu, perkembangan sosial,

kolaborasi, dan pendidikan. Menurut (M 2015) Pada tahun 1911 Alfred Adler mengusulkan metode Adler dan dikenal sebagai Psikologi Individu. Berdasarkan teori, Adler melihat kebugaran fisik sebagai sumber inferioritas manusia (Boeree, 2006). Dalam pendekatan Konseling, persepsi, apresiasi, dan perilaku yang dikembangkan oleh Adler merupakan pertimbangan penting yang perlu diubah agar individu dapat melepaskan diri dari harga diri rendah yang mengakibatkan mereka menderita gangguan psikologis dan tidak dapat berkembang secara optimal.

Konseling kelompok Adlerian dimulai setelah dilakukan seleksi awal anggota dengan menekankan pemimpin untuk mendorong kerjasama dan semangat bersama di antara anggota kelompok. Anggota kelompok dapat membuat kontak informal atau formal yang memiliki arti pribadi bagi mereka. Tahap kedua, mengeksplorasi konstelasi keluarga, catatan awal dan kesalahan dasar. Tahap ketiga, bantulah setiap individu memahami mengapa mereka membuat pilihan mereka di masa lalu. Tahap keempat ini ditambah dengan penggunaan interpretasi untuk pemimpin kelompok.

Penafsiran dilakukan sebagai hipotesis tentatif secara berkelompok, seperti penggunaan ungkapan “bisakah terjadi...? atau "Saya heran jika....?". Setiap prosedur dalam tahap ini berarti menerima risiko, bertindak “seolah-olah” mereka adalah orang-orang bijak, dan mengoreksi pola-pola mereka yang tidak efektif di masa lalu (Adhiputra 2015).

Pendekatan Adlerian adalah cara yang ideal untuk mengoptimalkan potensi siswa di sekolah. Karena itu adalah pendekatan yang berorientasi pada tujuan untuk kehidupan kelompok dengan cara yang memengaruhi perilaku pribadi dan proses pengambilan keputusan. Tergantung pada kemampuan pendekatan ini untuk membimbing dan melatih kembali tujuan hidup siswa, pada awalnya tidak jelas bagaimana fokus untuk memaksimalkan potensi seseorang untuk mencapai tujuan. Hal ini dapat diukur dengan jelas dengan bantuan kit konseling kelompok (Ardi et al. 2019).

Secara keseluruhan, menurut (M 2015) diketahui sebagai berikut: 1. Status harga diri rendah siswa obesitas sebelum dan sesudah konseling kelompok adler berbeda secara signifikan dengan setelah konseling kelompok adler 2. Konseling

kelompok adler efektif menurunkan harga diri penghargaan siswa obesitas.

Dapat disimpulkan bahwa pendekatan konseling kelompok Adlerian terhadap pengendalian diri siswa berpengaruh positif (Fitriana, Hanim, and Djunaedi 2015), meningkatkan rasa percaya diri siswa (Azizah. 2013) dan dapat mengoptimalkan potensi diri siswa (Ardi et al. 2019).

SIMPULAN

Konseling Kelompok Pendekatan adlerian mempunyai banyak manfaat diantaranya dapat membuat pribadi kelompok meningkatkan integritasnya, mengurangi rasa rendah diri akibat fisik, meningkatkan pemahaman diri, meningkatkan harga diri, mengurangi perilaku menyendiri, bahkan meningkatkan penalaran moral. Semoga bermanfaat.

REFERENSI

- Adhiputra, ngurah. 2015. *Konseling Kelompok: Perspektif Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media akademi.
- Amalianingsih, Restu & Herdi. 2021. "Studi Literatur: Faktor Pendukung dan Penghambat Dalam

Penyelenggaraan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Menengah Kejuruan." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*.

- Ardi, Zadrian, Neviyarni Neviyarni, Yeni Karneli, and Netrawati Netrawati. 2019. "Analisis Pendekatan Adlerian Dalam Konseling Kelompok Untuk Optimalisasi Potensi Diri Siswa." : 7–12.

- Awwaabiin, Salmaa. 2021. "Studi Literatur: Pengertian, Ciri-Ciri, Dan Teknik Pengumpulan Datanya." <https://penerbitdeependublish.com/studi-literatur>.

- Azizah., et.al. 2013. "Unesa Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Vol 1. No.1 PP Januari 2013." 1(1): 1–7.

- Corey, Gerald. 2012. *Imagining World Politics Theory and Practice of Group Counselling*. USA: Brooks/Cole.

- Fatin, Nur. 2017. "Pengertian Studi Literatur." (<http://seputarpengertian.blogspot.com/2017/09/pengertian-studi->

literatur.html, diakses 18 Januari 2020).

Fitriana, Rika, Wirda Hanim, and Djunaedi

Djunaedi. 2015. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Adlerian Terhadap Pengendalian Diri Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar Negeri Jatinegara 10 Pagi Jakarta Timur." *INSIGHT: JURNAL BIMBINGAN KONSELING*.

Hariyati., Silvianetri., Ardimen., Yuliana N. 2021. "The Effectiveness Of Group Counseling Services With Psychodrama Techniques Reducing The Academic Procrastination Behavior Of Students Of Sma Negeri 1 Lintau." *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 18(2): 186–202.

Hermi, Ceria, and Dyta Setiawati Hariyono. 2018. "Kajian Metode Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum." *Psycho Idea*.

Kartiani, Baiq Sarlita. 2021. "Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap

Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa." *Realita : Jurnal Bimbingan dan Konseling*.

Kartianti, Sahrestia., Asgar sukitman. 2020. "Bentuk Kecemasan Dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan* 6(1): 55–61.

Kartika, Windy., Nurshalim, moh. 2013. "Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Menurunkan Perilaku Menarik Diri Pada Siswa Kelas VII-C Mts WRINGINANOM." 01.

Linda Jamaludin, Ku Suhaila Ku Johari, and Salleh Amat. 2018. "Keperluan Intervensi Kaunseling Berasaskan Pendekatan Terapi Bermain Adlerian Terhadap Kesejahteraan Kendiri Holistik Kanak-Kanak Mangsa Pengabaian : Satu Kajian Kes." *e-Bangi*.

M, Raja Rahima. 2015. "Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswa Obesitas." 4(March): 42–49.

- Novirson, Rizky. 2018. "Efektivitas Konseling Kelompok Adlerian Untuk Meningkatkan Self-Esteem Remaja Panti Asuhan." (2): 2–3.
- Rachmawati, Dini, Indira Chanum, and Happy Karlina Marjo. 2016. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Adlerian Dalam Meningkatkan Penalaran Moral Siswa Kelas Iv Sdn 07 Pagi Ujung Menteng." *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 4(1): 13.
- Setiawan, Fauzie Firmansyah, Wirda Hanim, and Happy Karlina Marjo. 2015. "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Adlerian Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Siswa Kelas 5 SDN 01 UJUNG MENTENG." *INSIGHT: JURNAL BIMBINGAN KONSELING*.