

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI

2.1 Tinjauan Pustaka

Penelitian karya Meika, Sujana & Umami bertujuan untuk mengetahui peningkatan pemahaman konsep matematik dengan menggunakan model pembelajaran *snowball throwing*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus dimana dalam setiap siklus terdapat tiga pertemuan dan satu kali tes. Dengan hasil penelitian yang dinyatakan berhasil karena telah mencapai kriteria ketuntasan belajar di atas 70% yaitu 80,70%.¹

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam pelaksanaan metode *snowball throwing*. Pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pada penelitian penulis menggunakan teknik pengamatan untuk kemudian dianalisis secara deskriptif analitik dan triangulasi.

Penelitian karya Abidin bertujuan untuk melihat efektivitas pelatihan sabar guna meningkatkan kebahagiaan remaja panti asuhan yatim di Tlogosari Semarang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen *control group post-test only design*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan sabar tidak cukup dalam meningkatkan kebahagiaan remaja panti asuhan yatim di Tlogosari Semarang. Tidak terbuktinya hipotesis penelitian ini patut diduga karena memang keberagamaan dan penerimaan diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, tetapi ternyata sabar hanya merupakan salah satu dari sekian banyak ajaran agama. Demikian juga dengan perlakuan pelatihan sabar mungkin kurang intensif sehingga

¹ Ika Meika, Asep Sujana, dan Moh Rizal Umami, "Upaya Meningkatkan Pemahaman Konsep Matematik Dengan Model *Snowball Throwing* Pada Siswa Kelas VIII SMP PLUS Mathla'ul Anwar Cibuah," 2016, 21, <https://doi.org/10.22437/edumatica.v8i01.4636>.

tidak bisa menjadi pembeda antara yang diberi pelatihan dan yang tidak mendapatkan pelatihan.²

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam jenis metode yang digunakan dalam meningkatkan kebahagiaan. Pada penelitian ini menggunakan metode pelatihan sabar dan pada penelitian penulis menggunakan metode *snowball throwing*.

Penelitian karya Kartilah bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa dalam mengikuti layanan informasi tentang pergaulan sehat remaja melalui *game snowball throwing* pada siswa kelas X MIPA 3 SMA Negeri 1 Ambarawa Tahun Pelajaran 2015/2016. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). Tindakan diambil sebanyak 3 kali dalam 3 siklus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan pemahaman pergaulan sehat remaja yang sangat berarti dengan melaksanakan layanan informasi melalui *game snowball throwing* kepada siswa kelas X MIPA 3 SMA Negeri 1 Ambarawa, Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016.³

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam jumlah siklus yang akan digunakan dalam metode penelitian. Pada penelitian ini menggunakan 3 siklus dan pada penelitian penulis menggunakan 2 siklus.

Penelitian karya Rahmanissa dan Listiara bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebahagiaan dengan intensi bermedia sosial pada siswa SMA Teuku Umar Semarang. Subjek yang digunakan diperoleh dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data

² Zaenal Abidin, "Meningkatkan Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Dengan Sabar" 5 (2017): 32.

³ Kartilah, "Upaya Meningkatkan Pemahaman Pergaulan Sehat Remaja Dalam Layanan Informasi Melalui Game Snowball Throwing Pada Siswa Kelas X MIPA 3 SMA NEGERI 1 Ambarawa, Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016" 4 (2017): 1, <http://dx.doi.org/10.26877/empati.v4i2.2052>.

dengan dua skala. Skala pertama yaitu skala intensi bermedia Sosial (18 *item*) dan skala kebahagiaan (22 *item*). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *non*-parametrik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara kebahagiaan dengan intensi bermedia sosial, artinya tinggi dan rendahnya intensi bermedia sosial siswa tidak secara langsung berkorelasi dengan kebahagiaan siswa. Hal tersebut terjadi kemungkinan karena ada faktor lain yang lebih dapat menjelaskan, seperti faktor kepribadian, lingkungan sosial, maupun kondisi sosio-ekonomi.⁴

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian karya Arif & Rijanto bertujuan untuk (1) memperoleh data meta analisis dari beberapa skripsi mahasiswa yang menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *snowball throwing* yang digunakan dalam proses belajar mengajar pada mata pelajaran dan sekolah yang berbeda, (2) mengetahui kualitas pembelajaran peserta didik dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *snowball throwing*. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dalam bentuk eksperimen untuk mengukur pengaruh atau hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari penelitian ini yaitu penggunaan pendekatan pembelajaran *snowball throwing* dalam meningkatkan keaktifan belajar siswa ini dirasakan cukup efektif karena mampu menumbuhkan kembangkan potensi intelektual, sosial dan emosional yang ada dalam diri siswa.⁵

⁴ Allysa Rahmanissa dan Anita Listiara, "Hubungan Antara Kebahagiaan Dengan Intensitas Bermedia Sosial Pada Siswa SMA Teuku Umar Semarang," t.t., 108.

⁵ Syaiful Arif, "Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Snowball Throwing* Terhadap Hasil Belajar Dan Minat Peserta Didik (Meta-Analisis Data)" 06 (2017): 371.

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian karya Anwar bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dalam meningkatkan *happiness* pada remaja panti asuhan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan *happiness* pada remaja panti asuhan.⁶

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam jenis penelitian yang digunakan dan penggunaan metode konseling. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode konseling kelompok konvensional dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas dengan metode konseling kelompok *snowball throwing*.

Penelitian karya Rahmawati, P & Dr. Budi bertujuan untuk untuk mengembangkan seperangkat media permainan *snowball* asertif dalam bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMPN 1 Jatikalén. Produk pengembangan yang dihasilkan terdiri dari dua jenis yaitu media permainan *snowball* asertif dan buku panduan penggunaan media permainan *snowball* asertif. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dua produk dalam pengembangan yaitu baik media dan buku permainan *snowball* asertif, dapat memenuhi kriteria akseptabilitas.⁷

⁶ Zainul Anwar, "Penerapan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan *Happiness* Pada Remaja Panti Asuhan" 03 (2015): 144.

⁷ Puji Rahmawati, "*He Development Assertive Snowball Game Media In Group Guidance For 8th Grade In SMPN 1 Jatikalén Nganjuk*," t.t., 1.

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian karya Situmorang & Tentama bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan makna kebahagiaan yang dirasakan oleh pada mahasiswa pascasarjana sebagai generasi Y dengan pendekatan Psikologi *Indigenous* dalam upaya membuat suatu teori psikologi menjadi relevan apabila diterapkan di daerah atau konteks budaya lain. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif dengan prinsip *constructive realism*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa generasi Y memberi makna kebahagiaan dalam kondisi sehat secara emosi, memiliki hubungan positif dengan keluarga dan orang lain, memiliki materi, melakukan kegiatan positif, memiliki kesehatan jasmani dan selalu bersyukur untuk setiap hal yang dimiliki.⁸

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian karya Grimaldy, Nirbayaningtyas & Haryanto bertujuan untuk melihat efektivitas jurnal kebahagiaan dalam meningkatkan *self esteem* pada anak jalanan. Peneliti menggunakan alat ukur *self liking self competence scale revised* (SLCS-R) untuk mengukur *self esteem*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *one-group pretest-posttest design*. Responden pada penelitian ini sebanyak 5 orang dan merupakan anak jalanan. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis *The Wilcoxon signed-rank t-test*. Hasil penelitian

⁸ Nina Zulida Situmorang dan Fatwa Tentama, "Makna Kebahagiaan pada Generasi Y," *preprint* (INARxiv, 16 November 2018), 1, <https://doi.org/10.31227/osf.io/48j3m>.

menunjukkan bahwa jurnal kebahagiaan efektif dalam meningkatkan *self esteem* pada anak jalanan.⁹

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas.

Penelitian karya Roza & Saragih bertujuan untuk mendampingi guru dalam menulis rencana Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sehingga mereka siap untuk melakukan PTK. Penelitian dilakukan melalui *workshop* yang dilaksanakan dalam lima tahapan yaitu pembekalan pengetahuan tentang PTK, pendampingan penulisan rencana PTK, diskusi rencana PTK, perbaikan rencana PTK dan seminar usulan PTK. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa kegiatan *workshop* memberikan dampak positif terhadap kemampuan peserta dalam menyusun rencana PTK.¹⁰

Perbedaan penelitian penulis dengan penelitian ini terdapat dalam jenis metode yang digunakan. Pada penelitian ini menggunakan metode *workshop* dan penulis menggunakan metode *snowball throwing*.

2.2 Landasan Teori

2.2.1 Kebahagiaan

1. Pengertian Kebahagiaan

Menurut Hurlock, kebahagiaan adalah gabungan dari sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*) dan prestasi (*achievement*). Sikap menerima dipengaruhi oleh sikap menerima diri sendiri dalam penyesuaian diri terhadap sosial dimana dalam penyesuaian sosial tersebut diperlukan adanya daya tarik fisik yang akan

⁹ Dhanifa Veda Grimaldy, Rizky Bina Nirbayaningtyas, dan Handrix Chris Haryanto, "Efektivitas Jurnal Kebahagiaan Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Anak Jalanan," t.t., 100.

¹⁰ Yenita Roza dan Sehatta Saragih, "Workshop peningkatan kemampuan guru menulis rencana penelitian tindakan kelas di Kecamatan Minas Kabupaten Siak," *Unri Conference Series: Community Engagement 1* (23 September 2019): 394, <https://doi.org/10.31258/unricsce.1.394-400>.

menimbulkan rasa cinta dan penerimaan dari orang lain. Cinta adalah hasil dari sikap penerimaan orang lain di dalam lingkungan dan prestasi merupakan salah satu esensi dari kebahagiaan. Prestasi ini muncul karena adanya kerja keras, pengorbanan, kompetensi dan mempunyai tujuan yang realistis.¹¹

Menurut Rusydi, kebahagiaan adalah sebuah perasaan yang dapat dirasakan, baik perasaan senang, tenang dan memiliki kedamaian.¹²

Diener menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan memiliki arti yang sama dengan *subjective wellbeing*, dimana *subjective wellbeing* terdiri dari dua komponen yaitu komponen afektif dan komponen kognitif.¹³

Menurut Seligman, kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang lebih banyak mengenang peristiwa yang menyenangkan dibandingkan dengan peristiwa yang sebenarnya terjadi dan kondisi dimana seseorang lebih banyak melupakan peristiwa buruk dalam hidupnya.¹⁴

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli, peneliti mengambil kesimpulan bahwa kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang merasakan emosi positif, keadaan positif dan kenangan positif bagi individu yang berusaha mewujudkannya.

¹¹ Universitas Psikologi, "Pengertian Kebahagiaan (Happiness) dan Aspek-aspek *Happiness* Menurut Para Ahli," *Universitas Psikologi* (blog), diakses 6 November 2019, <https://www.universitaspikologi.com/2018/05/pengertian-dan-aspek-kebahagiaan-happiness.html>.

¹² Teuku Eddy Faisal Rusydi, *Psikologi Kebahagiaan* (Yogyakarta: Progresif Books, 2007), 4.

¹³ "Pengertian Kebahagiaan PSYCHOLOGYMANIA," diakses 6 November 2019, <https://www.psychologymania.com/2012/10/pengertian-kebahagiaan.html>.

¹⁴ Martin E P Seligman, *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif* (Bandung: Mizan Pustaka, 2002), 48.

2. Aspek

Menurut Hurlock terdapat 3 aspek-aspek kebahagiaan, yaitu:

a. *Acceptance* (penerimaan)

Penerimaan adalah sesuatu yang ditandai dengan sikap positif atau tidak menolak. Menurut psikologi klinis dapat diartikan sebagai pengakuan atau penghargaan terhadap nilai-nilai individu tanpa menyertakan pengakuan terhadap tingkah lakunya, atau tanpa keterikatan emosi yang terdapat dipihak terapis yang bersangkutan.

b. *Affection* (kasih sayang)

Kasih sayang adalah sebuah perasaan yang sangat kuat, cinta, suatu hal yang luas dari proses-proses mental, termasuk perasaan, emosi, suasana hati dan temperamen.

c. *Achievement* (pencapaian)

Pencapaian adalah sesuatu atau hasil yang telah dicapai oleh seseorang dari sebuah proses.¹⁵

3. Karakteristik

Menurut Myers terdapat 4 karakteristik orang yang bahagia, yaitu:

a. Menghargai diri sendiri

Seseorang dapat dikatakan bahagia apabila ia lebih menghargai diri sendiri karena memiliki prinsip mencintai diri sendiri, oleh karena itu diperlukan kepercayaan diri yang tinggi untuk menumbuhkan rasa menghargai diri sendiri.

¹⁵ Universitas Psikologi, "Pengertian Kebahagiaan (*Happiness*) dan Aspek-aspek Happiness Menurut Para Ahli," *Universitas Psikologi* (blog), diakses 6 November 2019, <https://www.universitaspikologi.com/2018/05/pengertian-dan-aspek-kebahagiaan-happiness.html>.

b. Optimis

Seseorang yang optimis adalah mereka yang percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha lebih keras agar dapat mendapat peristiwa baik lagi.

c. Terbuka

Seseorang yang terbuka atau memiliki kepribadian *extrovert*, cenderung mudah bersosialisi dengan orang lain, sehingga memiliki kebahagiaan yang lebih besar dan dalam.

d. Mampu mengendalikan diri

Seseorang yang mampu mengendalikan diri pada umumnya adalah orang yang memiliki kebahagiaan, karena mereka merasa memiliki kekuatan untuk mengontrol diri tersebut.¹⁶

4. Faktor-faktor

a. Kepuasan terhadap masa lalu

- 1) Melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan.
- 2) *Gratitude* (bersyukur) terhadap hal-hal baik dalam hidup sehingga akan meningkatkan kenangan positif.
- 3) *Forgiving and forgetting*, memaafkan dan melupakan kesalahan individu dimasa lalu akan menghilangkan emosi negatif dan menurunkan stres sehingga emosi positif akan selalu muncul.¹⁷

b. Optimisme terhadap masa depan dengan mengingat bahwa akan banyak hal baik yang terjadi dimasa depan.

¹⁶ David G Myers, *Social Psychology* (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), 120–121.

¹⁷ Seligman, *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*, 80.

- c. Kebahagiaan pada masa sekarang
- 1) *Pleasure* adalah kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat dan bersifat sementara serta melibatkan sedikit pemikiran. Terdapat 3 faktor dalam *pleasure* yaitu menghindari *habbit*, *savoring* atau menikmati dan *mindfulness* atau mencermati.¹⁸
 - 2) *Gratification* adalah kegiatan yang sangat disukai oleh seseorang namun tidak melibatkan perasaan tertentu dan durasinya lebih lama dibandingkan *pleasure*. Terdapat 3 faktor dalam *gratification* yaitu emosi positif yang ditunjukkan pada masa lalu, emosi positif yang ditunjukkan pada masa sekarang dan emosi yang ditunjukkan pada masa depan.¹⁹

5. Manfaat Kebahagiaan

Shawn Achor mengatakan dalam bukunya berjudul “*Happiness Advantage*” menuliskan mengenai manfaat dari kebahagiaan, yaitu:

- a. Kecerdasan bertambah.
- b. Kemampuan menganalisa bertambah.
- c. Kreatifitas bertambah.
- d. Kemampuan memori untuk menyimpan dan mengambil meningkat.
- e. Tidak mudah depresi, jika depresi lebih cepat pulih.
- f. Cenderung kepada kebajikan.
- g. Lebih memiliki cinta kepada sesama manusia atau alam (damai dan tidak merusak).

¹⁸ Seligman, 83.

¹⁹ Seligman, 84.

- h. Pemurah (mudah menolong orang lain).
- i. Kualitas hubungan dengan orang lain menjadi lebih baik.
- j. Memiliki tubuh yang lebih sehat dan panjang umur.

2.2.2 *Snowball Throwing*

1. Pengertian

Menurut Ismail dikutip oleh Kartilah jika diambil dari kosakata bahasa, *snowball throwing* terdiri dari dua kata yaitu “*snowball*” dan “*throwing*”. *Snowball* memiliki arti bola salju dan *throwing* memiliki arti melempar. Sehingga *snowball throwing* adalah melempar bola salju.²⁰

Menurut Jumanta Handatama dikutip oleh Meika, Sujana & Umami, *snowball throwing* adalah model pembelajaran yang secara aktif melibatkan fisik, mental dan emosional siswa dengan melempar pertanyaan.²¹

Menurut Kokom Komalasari dikutip oleh Arif, *snowball throwing* adalah model pembelajaran yang bertujuan untuk menggali potensi kepemimpinan peserta didik dalam sebuah kelompok guna melatih keterampilan membuat menjawab pertanyaan yang dipadukan melalui suatu permainan imajinatif membentuk dan melempar bola salju.²²

²⁰ Kartilah, “Upaya Meningkatkan Pemahaman Pergaulan Sehat Remaja Dalam Layanan Informasi Melalui *Game Snowball Throwing* Pada Siswa Kelas X MIPA 3 SMA NEGERI 1 Ambarawa, Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016,” 6.

²¹ Meika, Sujana, dan Umami, “Upaya Meningkatkan Pemahaman Konsep Matematik Dengan Model *Snowball Throwing* Pada Siswa Kelas VIII SMP PLUS Mathla’ul Anwar Cibuah,” 22.

²² Arif, “Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Snowball Throwing* Terhadap Hasil Belajar Dan Minat Peserta Didik (Meta-Analisis Data),” 373.

2. Tujuan

Metode *snowball throwing* bertujuan untuk melatih siswa agar dapat mendengarkan pendapat orang lain, melatih kreatifitas dan imajinasi siswa dalam membuat pertanyaan serta memacu siswa untuk bekerja sama, saling membantu dan aktif dalam proses pembelajaran.²³

3. Manfaat

Metode *snowball throwing* memiliki 3 manfaat, yaitu:

- a. Meningkatkan keaktifan belajar siswa.
- b. Menumbuh kembangkan potensi intelektual sosial dan emosional yang ada di dalam diri siswa.
- c. Melatih siswa mengemukakan gagasan dan perasaan.²⁴

4. Prinsip

Metode *snowball throwing* terdiri dari 5 prinsip, yaitu:

- a. Prinsip belajar siswa aktif (*student active learning*).
- b. Belajar kerjasama (*cooperative learning*).
- c. Pembelajaran partisipatorik.
- d. Mengajar reaktif (*reactive teaching*).
- e. Pembelajaran yang menyenangkan (*joyfull learning*).²⁵

²³ Rizki Siddiq Nugraha, "Tinta Pendidikan Indonesia: Model Pembelajaran *Snowball Throwing*," *Tinta Pendidikan Indonesia* (blog), diakses 6 November 2019, <https://www.tintapendidikanindonesia.com/2018/05/model-pembelajaran-snowball-throwing.html>.

²⁴ Nugraha.

²⁵ Putu Sukerni, "Upaya Meningkatkan Keterampilan Bertanya Melalui Penerapan Pembelajaran Berbasis *Snowball Throwing*," *Journal of Education Action Research* 2, no. 2 (3 Juli 2018): 136, <https://doi.org/10.23887/jear.v2i2.14439>.

2.2.3 Konseling Kelompok

1. Pengertian

Secara etimologis konseling berasal dari kata “*counsel*” diambil dari bahasa latin yaitu “*counselium*” yang artinya “bersama” atau “bicara bersama-sama”.²⁶

Menurut Ensiklopedi Pendidikan konseling adalah suatu usaha yang dilakukan oleh pimpinan suatu lembaga pendidikan guna membantu siswa secara perseorangan, dalam menghadapi masalah-masalah yang berhubungan dengan studi dan kemasyarakatan. Dengan tujuan pencapaian penyelesaian permasalahan secara optimal yang selanjutnya akan memberikan hasil yang maksimal pula dari studi dan perkembangan sosialnya.²⁷

Pepinsky mendeskripsikan konseling dalam 3 kategori, (a) konseling adalah interaksi yang terjadi antara dua orang individu, masing-masing disebut konselor dan *client*, (b) terjadi dalam suasana yang profesional dan (c) konseling dilakukan dan dijaga sebagai alat untuk memudahkan perubahan-perubahan dalam tingkah laku *client*.

Menurut ASCA (*American School Counselor Assosiation*), konseling merupakan suatu hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien.²⁸

Menurut Deddy Mulyana dikutip oleh Ririn, kelompok adalah sekumpulan orang yang memiliki tujuan bersama untuk berinteraksi satu

²⁶ Priyatno dan Erman Anti, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1999), 99.

²⁷ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: Grasindo, 1991), 64.

²⁸ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & konseling dalam berbagai latar kehidupan* (Bandung: Reftika Aditama, 2006), 45.

dengan yang lain guna mencapai tujuan bersama, mengenal satu sama lainnya dan memandang mereka sebagai bagian dari kelompok tersebut.²⁹

Devito mengatakan bahwa kelompok adalah suatu kumpulan perorangan yang relatif kecil dan masing-masing dihubungkan oleh beberapa tujuan yang sama serta mempunyai derajat organisasi tertentu diantara mereka.³⁰

Menurut Latipun, konseling kelompok adalah salah satu bentuk konseling yang pada pelaksanaannya memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberikan umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar, yang pada dasarnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok.³¹

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli, peneliti menarik kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah adalah sebuah metode bimbingan konseling yang dilakukan secara berkelompok antara siswa dan guru bimbingan konseling. Bimbingan konseling kelompok memberikan bantuan yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Konseling kelompok bersifat pencegahan, yang berarti bahwa individu yang bersangkutan mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Konseling kelompok bersifat memberi kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti

²⁹ Ririn Puspita Tutiastri, "Komunikasi Dalam Komunikasi Kelompok" 4 (April 2016): 83.

³⁰ Tutiastri, 83.

³¹ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2006), 178.

memberikan kesempatan, dorongan pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan perilakunya selaras dengan lingkungannya.³²

2. Tujuan

- a. Pengembangan pribadi dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh anggota kelompok.
- b. Membantu klien mencapai pengenalan diri, kepuasan serta tanggung jawab pribadi yaitu kesejahteraan lahir dan batin.
- c. Membantu para anggota berhubungan dengan masalah dan pengalamannya, yang tekanannya pada pertumbuhan serta penyesuaian diri.³³

3. Teknik

Teknik konseling kelompok terbagi menjadi 2, yaitu:

- a. Teknik konseling kelompok verbal, yaitu suatu teknik konseling kelompok yang dalam kegiatannya lebih mengutamakan verbal atau bahasa. Yang termasuk teknik konseling kelompok verbal antara lain adalah *home room*, sosiodrama, psikodrama dan diskusi kelompok.³⁴
- b. Teknik konseling kelompok *non* verbal, yaitu suatu teknik yang dalam pelaksanaannya mengutamakan kegiatan fisik, ketrampilan, kerja sama, pembagian kerja serta sedikit diperlukan dialog terbatas. Teknik konseling *non* verbal yaitu teknik *training group*, *encounter group*, *marathon group*, *study tour* dan *organization*.³⁵

³² Rifda El Fiah, "Bimbingan & Konseling Di Sekolah" (Lampung: Pusat Penelitian dan Penerbitan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat IAIN Raden Intan Lampung, 2015), 77.

³³ Priyatno dan Anti, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*, 70.

³⁴ Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons, "Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar Sebagai Upaya Membangun Peserta Didik Berkarakter" (Semarang: Universitas Negeri Semarang, t.t.), 37.

³⁵ Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons, 33.

4. Proses

Konseling kelompok terbagi ke dalam 3 proses, yaitu:

- a. Bagian pendahuluan atau permulaan konseling kelompok. Pada bagian ini tugas konselor adalah meliputi menciptakan hubungan baik, menjelaskan tujuan, mengembangkan suasana yang diciptakan untuk mendukung terapi konseling kelompok, menjelaskan keikutsertaan konseling itu secara sukarela dan menjelaskan apa yang diharapkan dalam konseling kelompok.
- b. Bagian isi konseling kelompok. Pada bagian ini berisi mengenai proses kegiatan konseling kelompok diman konselor berkedudukan sebagai moderator.
- c. Bagian akhir konseling kelompok. Di dalam kegiatan ini konselor menyimpulkan hasil, memantapkan hasil, mengevaluasi, menetapkan pertemuan berikutnya dan menghentikan pertemuan atas kehendak bersama.³⁶

³⁶ Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd.,Kons, 30.