

PENGEMBANGAN *PRIMARY GROUP* SEBAGAI LANDASAN PEMBENTUKAN *PEER COUNSELING*

Dwi Ulfa Nurdahlia
IKIP Budi Utomo Malang
E-mail: dwiulfan@gmail.com

ABSTRAK

Konseling sebaya atau *peer counseling* merupakan suatu tindakan menolong seseorang mengatasi atau memecahkan masalah-masalahnya, bukan menasehatinya. Konseling sebaya merupakan suatu pembentukan konselor sebaya yang akan menjadi patner konselor di sekolah. Pembentukan konseling sebaya, diawali dari *primary group*. Berawal dari kelompok kecil yang akan mempermudah konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk membentuk konseling sebaya. Pembentukan konseling sebaya atau *peer counseling* dapat dilakukan oleh konselor sekolah dengan cara memberikan latihan *melalui awareness training* dengan tujuan terbentuk *cultural awareness* oleh konselor sebaya. Pemahaman diri dan pemahaman budaya akan menjadi bekal bagi konselor sebaya untuk dapat memberikan bantuan pada konseli. Hal yang terpenting dalam konseling sebaya adalah pemberian bantuan secara nyata dan dapat dipertanggungjawabkan dan membebaskan remaja dari kecanduan mengungkapkan pendapat melalui media sosial yang cenderung memiliki dampak negatif.

Kata Kunci *primary group*, konseling sebaya

PENDAHULUAN

Permasalahan tentang remaja saat ini semakin kompleks dan tidak semua orang tua mengetahui tentang permasalahan yang terjadi pada anaknya, termasuk juga guru. Tanpa kita sadari para remaja memendam suatu peristiwa yang mungkin sudah terjadi, sedang terjadi atau sesuatu yang akan terjadi (hal-hal negatif). Terutama kalangan remaja yang bersifat *introvert*, mereka memiliki kecenderungan tidak mau menyampaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Ketidaktahuan orang tua atau pun guru tentang permasalahan remaja akan memiliki dampak negatif, terutama terhadap perkembangan remaja. Ketidaktahuan orang tua disebabkan karena adanya kesibukan

orang tua yang berkarir di luar rumah. Ketidakpedulian orang tua tidak hanya dialami oleh remaja yang berasal dari keluarga menengah ke atas, melainkan juga berasal dari remaja yang berasal dari keluarga kelas menengah ke bawah. Mereka semua disibukkan dengan bekerja di luar untuk memenuhi kebutuhan ekonominya. Berdasarkan pengalaman dilapangan (saat menjadi guru bimbingan dan konseling). Para remaja yang mengalami masalah, memiliki keluarga yang sibuk atau tidak tinggal dengan orang tua kandung.

Selain itu, remaja saat ini juga memiliki kecenderungan untuk mencurahkan permasalahan di media sosial. Media sosial menjadi media yang viral untuk digunakan

sebagai ajang untuk mencurahkan hati, misal: *facebook, tweeter, instagram, update* satatus di BBM, status di WhatsApps, atau Bigo Live. Perilaku remaja tersebut, membuktikan bahwa media sosial sudah dianggap media yang tepat untuk mencurahkan isi hati dan pikiran serta membuat mereka nyaman. Alasana ketika mereka mengungkapkkan sisi hati melalui akun media sosial, memiliki sisi positif dan negatif. Sisi positifnya, remaja berhasil mengungkapkan isi hatinya. Namun sisi negatifnya cenderung lebih banyak, seperti: (1) jika status yang *dishare* di media sesial berupa sindiran, maka akan memicu pertengkaran, (2) jika status yang *dishare* mengandung unsur SARA akan menimbulkan *bullying* dari pengguna medsos yang lain, (3) jika status yang *dishare* termasuk pelanggaran hukum, maka pemilik status bisa dipidanakan, (4) jika status yang *dishare* mengadung “kegalauan” dan terbaca oleh orang-orang yang berniat jahat, maka akan menjadi peluang untuk memberikan pengaruh negatif, (5) remaja akan menjadi sosok yang *introvert* tidak lagi mengenal kehidupan nyata. Adanya dampak negatif tersebut, maka diperlukan langkah-langkah preventif dan kuratif yang bisa dilakukan oleh guru BK sebagai konselor sekolah dan pendamping siswa (remaja) dengan jalan pembentukan *peer counseling*.

Peer counseling merupakan salah satu cara untuk membantu remaja dalam

menyelesaikan suatu masalah. Pemberian pertolongan melalui teman sebaya dengan bimbingan guru BK akan sangat berarti bagi remaja. Wujud bantuan yang diberikan nyata, bahkan teman sebaya yang memberikan bantuan berada dalam bimbingan guru BK. Sehingga, keakuratan bantuan yang diberikan dapat dipertanggungjawabkan. Oleh karena itu perlunya perubahan *mindset* remaja tentang cara meluapkan “kegalauan” secara tepat, melalui konseling sebaya (*peer counseling*).

Melalui *peer counseling* akan membantu remaja untuk bisa berinteraksi secara nyata. Selain itu remaja akan memiliki teman yang siap membantu, tentunya teman yang memiliki kemampuan dalam konseling dan bertanggung jawab terhadap setiap bantuan yang diberikan. Pembentukan konseling sebaya akan lebih mudah jika berasal dari *primary group*. Adanya kesamaan misi dan latar belakang yang sama, maka akan mempermudah konselor atau guru bimbingan dan konseling (BK) untuk memberikan pemahaman serta pelatihan. Proses kaderisasi *peer counseling* akan lebih mudah dibentuk dan pelaksanaannya akan lebih efektif.

Oleh karena itu, penting mengkaji perkembangan konseling sebaya di tengah maraknya pengungkapan perasaan melalui akun media sosial yang memiliki efek negatif terhadap interaksi sosial remaja. Berlandaskan

primary group sebagai landasan terbentuknya konseling sebaya. Perlunya metode yang matang untuk membentuk konseling sebaya. Sehingga tidak lagi hanya sebagai wacana oleh konselor sekolah, melainkan wujud nyata yang akan ada di seluruh sekolah-sekolah. Adanya konselor sebaya akan bermunculan konselor sebaya yang akan menjadi mitra konselor dan guru BK disekolah. Sehingga penanganan permasalahan siswa dalam hal ini remaja akan lebih tercover dan tuntas.

PEMBAHASAN

Sifat dari permasalahan remaja adalah dinamis. Setiap waktu akan ada permasalahan baru dan beraneka ragam. Hal ini dimungkinkan saat ini gaya hidup remaja dengan era teknologi modern yang dapat mengakses informasi melalui dunia digital. Remaja saat ini merupakan generasi *Apps*. Melalui gadget yang dimiliki beberapa aplikasi sosial akan mudah di download dan kemudahan mengakses media sosial untuk bisa menggunakan secara rutin, ketika kondisi tidak nyaman “mengalami kegalauan”. Tantangan untuk konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk membentuk *peer counseling* sebagai layanan pendukung dalam konseling.

Peranan *Primary Group* dalam *Peer Counseling*

Kelompok inti yang memiliki keterikatan satu sama lain. Adanya perasaan yang sama

akan mempermudah dalam membentuk suatu hubungan. Adanya rasa sebagai teman sebaya, adanya rasa senasib, adanya rasa kepercayaan. Adanya kesamaan dalam rasa akan mempermudah dalam membentuk *peer counseling* sebagai mitra dari konselor atau guru bimbingan dan konseling di sekolah. Oleh sebab itu, konselor atau guru BK harus memiliki intuisi yang tepat untuk membentuk generasi *peer counseling*. Sebab tidak seluruh siswa atau remaja di sekolah yang bersedia menjadi mitra konselor di sekolah.

Memfaatkan kelompok primer (*primary group*) merupakan salah satu ide untuk mempermudah menemukan bibit konselor sebaya yang bertugas untuk melakukan konseling sebaya. Kelompok primer merupakan kelompok yang anggotanya bertemu secara langsung, hubungannya akrab, saling membantu dan bersama-sama memecahkan masalah yang dihadapi (Romlah, 2006; 23). Berdasar pengertian dari kelompok primer, maka dapat disimpulkan bahwa individu yang tergabung dalam kelompok primer tampak jelas memiliki banyak kesamaan yang dapat dibina oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling.

Konselor atau guru BK dapat memberikan model *awareness training* yaitu berupa pemberian pelatihan yang diterapkan untuk meningkatkan kesadaran multikultural

dengan menggunakan sintak sederhana yaitu (Bisri, 2016; 347):

1. Pemberian tugas atau penyelesaian tugas yang harus dilakukan selama pelatihan konselor sebaya dengan memberikan kasus-kasus melalui diskusi atau memberikan cuplikan film-film yang akan berisikan teka-teki permasalahan remaja dan membuat *problem solving*.
2. Diskusi-analisistugas dan refleksi melalui tayangan film, *game*, ceramah diskusi serta tanya jawab mengenai penyelesaian kasus yang terkait dengan penyelesaian konseling yang memiliki *value* dan multikultural.

Penerapan model *awareness training* pada *primary group* akan membantu pelaksanaan *peer counseling* atau konseling sebaya berjalan secara efektif. Model diskusi, presentasi dan refleksi sebagai bentuk proses eksplorasi terhadap konselor sebaya untuk lebih memahami diri (*self awareness*) yaitu, pengujian tentang pemikiran-pemikiran dan perasaan-perasaan seseorang memungkinkan konselor untuk memahami lebih baik tentang “muatan” budaya yang dibawa (Flurentin, 2001; 20).

Penerapan model *awareness* memiliki efektifitas meningkatkan kesadaran multikultural yang akan mendorong proses mendapatkan fakta, mendapatkan pengetahuan, dan informasi yang digunakan

untuk memahami makna dan perilaku diri sendiri dan konseli serta meningkatkan keterampilan konseling (Bisri, dkk, 2016; 348). Model *awareness training* akan efektif, jika dilakukan dalam *primary group*. Selama proses pelatihan akan terbentuk kenyamanan antar masing-masing anggota dalam *peer counseling*. Sebab sudah adanya “klik” yang akan menumbuhkan perasaan saling mendukung untuk terlaksananya program *peer counseling*.

Prinsip Peer Counseling

Peer counseling akan berjalan dengan baik, jika memiliki prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh Rogacion dan diterjemahkan oleh Supratiknya (2000; 224):

1. Menjunjung Tinggi Martabat Si Pribadi

Adanya keyakinan bahwa setiap manusia diciptakan dalam keadaan yang bermartabat. Apapun bentuk masalahnya manusia merupakan makhluk yang layak untuk dihargai. Inilah yang disebut rasa humanism, suatu keadaan untuk memanusiakan manusia.

Adanya rasa percaya terhadap kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah. Seperti kepercayaan yang dibangun oleh Carl R. Rogers, yaitu manusia dipercayai dan karena pada dasarnya kooperatif dan konstruktif, tidak perlu diadakan pengendalian terhadap dorongan-dorongan agresifnya (Corey,

2005; 92). Dengan kata lain, adanya kepercayaan terhadap kemampuan dari individu. Berdasar kepercayaan tersebut, seharusnya konselor atau guru bimbingan dan konseling memiliki keyakinan untuk mampu membentuk *peer counseling*.

2. Hak Untuk Menentukan Nasib Sendiri

Setiap individu memiliki hak untuk menyelesaikan masalahnya sendiri atau dengan siapa akan menyelesaikan masalah. Kebebasan individu merupakan hak yang harus dihormati. Terutama para remaja yang terkadang memiliki bahwa orang dewasa tidak perlu turut campur terhadap permasalahan yang sedang dialami. Remaja memiliki kesadaran diri (*self-conscious*) yang lebih baik dari anak-anak. “Remaja mendekati kawan-kawannya untuk memperoleh dukungan dan penjelasan mengenai dirinya, termasuk mendengarkan pendapat kawan-kawannya dalam proses mendefinisikan siapakah dirinya (Santrock, 2007; 180)”.

Adanya kenyamanan remaja dalam berinteraksi akan mempermudah untuk saling memberikan dukungan. Rasa saling membutuhkan untuk didukung oleh teman akan membuat remaja terbuka dengan masalahnya dan peranan dari *peer counseling* akan memiliki andil yang besar dan nyata. Fokus penyelesaiannya pun akan lebih jitu, sebab yang menyampaikan

adalah teman sebaya yang memiliki pemikiran hampir sama. Selain itu penyelesaian masalah cenderung terlihat seperti sharing. Remaja yang memiliki masalah akan merasa nyaman dengan *problem solving* yang disampaikan oleh teman sebaya dan merasa tidak digurui.

3. Individualitas

Individualitas dari remaja sebagai individu yang unik. Manusia dilahirkan dalam keadaan yang unik. Kemampuan memahami keunikan remaja dari masing-masing konselor atau guru BK akan melahirkan strategi aru dalam penanganan. Setiap permasalahan pastinya memiliki tantangan. Disinilah letak kolaborasi antara remaja yang tergabung dalam konseling sebaya untuk bekerjasama dengan cara memberikan intervensi selama pemberian layanan konseling terhadap remaja yang memiliki masalah (konseli).

Setiap kasus yang ditangani oleh kelompok konseling sebaya tidak diizinkan untuk bertindak sebelum mendapat pelatihan dari konselor sekolah. Anggota kelompok konseling sebaya atau *peer counseling* perlu diberikan pelatihan singkat tentang konseling, terutama penggunaan bahasa verbal dan non-verbal. Ketika proses komunikasi berlangsung dalam konseling seorang “*peer counselor*”

atau individu yang bertindak sebagai konselor sebaya mampu berbicara secara kongruen, yaitu setiap pesan yang disampaikan akan memiliki tingkat kelayakan untuk dipercaya (*trustworthiness*) yang tinggi (Sailendra, 2014; 29). Setelah terjalin komunikasi yang baik, maka dengan sendirinya *rapport* dalam konseling sebaya akan terbentuk, tinggal pengelolaan penanganan terhadap permasalahan yang sedang dialami oleh remaja.

4. Konfidensialitas

Adanya rasa kepercayaan oleh konseli saat melakukan konseling dengan teman sebaya. Pada saat inilah, terbentuk kepercayaan oleh konseli, maka konselor sebaya bisa melakukan posdiksi saat konseli sudah berkata jujur. Posdiksi dilakukan konselor guna memperkuat kesan positif dari perilaku baru yang menguntungkan konseli (Fauzan, dkk, 2008; 45). Sehingga ada perasaan dihargai atas keterbukaan yang telah dilakukan oleh konseli saat berlangsungnya *peer counseling*.

5. Kemandirian

Kemandirian konseli merupakan target utama. Diharapkan setelah melakukan konseling sebaya, konseli memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan mengembangkan diri tanpa bantuan

dari konselor sebaya. Oleh karena itu diperlukan penguatan positif.

Penguatan positif merupakan stimulus yang dimasukkan dalam suatu situasi guna meningkatkan kemungkinan bahwa suatu perilaku akan terjadi (Feist, dkk 2011; 171). Penguatan dapat dilakukan dengan memberikan *statement* positif terhadap perilaku positif yang akan dilakukan oleh konseli atau perilaku yang telah dilakukan oleh konseli. Tujuan dari penguatan ini akan menumbuhkan rasa percaya diri untuk bertindak, sehingga tumbuh kemandirian dalam pengambilan keputusan dalam penyelesaian masalah.

6. Universalitas

Konselor sebaya siap memberikan layanan bantuan pada konseli tanpa memandang jenis kelamin, kelas sosial, rasa atau warna kulit, dan latar belakang agama. Adanya sikap *unconditional positive regard* yaitu penghargaan positif tanpa syarat. Sehingga akan terjalin hubungan yang baik antara konselor sebaya dengan konseli.

7. Partisipasi

Keaktifan konseli juga diperlukan selama proses pemberian bantuan oleh konselor sebaya. Keaktifan ini diperlukan untuk mengetahui seberapa besar konseli mampu mengatasi permasalahan yang sedang dialami. Melalui keaktifan konseli,

konselor sebaya akan memiliki kesempatan untuk menggali informasi dengan mudah dan bisa memberikan bantuan secara cepat. Sebab tipe konseli yang aktif akan lebih mudah untuk berfikir rasional.

8. Tidak Memberikan Penilaian

Adanya penilaian netral oleh konselor sebaya terhadap konseli tentang tindak-perbuatannya yang mungkin dipandang tidak sesuai dengan tempatnya. Hal ini berkaitan dengan *self awareness* yang dimiliki konselor serta kesadaran budaya (*cultural awareness*) yang merupakan salah satu dimensi pemahaman dan kesadaran bahwa faktor budaya yang dimilikinya (ras, jender, nilai-nilai, kelas sosial, dan lain-lain) yang akan mempengaruhi perkembangan diri dan pandangan terhadap dirinya (Bisri, dkk, 2016; 347).

Terkait dengan budaya yang dimiliki oleh konselor atau pun konseli, maka konseling lintas budaya harus dilakukan. Hal ini bertujuan tidak adanya hambatan untuk menyelesaikan masalah konseli. Sehingga, konselor sebaya harus mampu mengendalikan diri jika terdapat nilai-nilai yang mungkin bertentangan dengan nilai yang dimiliki oleh konselor sebaya.

9. Objektivitas

Konseli merupakan individu yang unik dan memiliki *values* yang mungkin

berbeda dengan konselor sebaya. Sehingga konselor tidak diperbolehkan terlibat secara emosional bahkan memaksakan kehendaknya pada konseli. Adanya hak atas konseli untuk menentukan hasil akhir dalam penyelesaian masalah. Jika memang diperlukan alternatif untuk pemecahan masalah, maka konselor mengajak konseli untuk mengkaji dari setiap alternatif pemecahan masalah yang sesuai dengan konseli. Pada intinya konseli adalah pengambil keputusan.

10. Memberikan Uluran Tangan

Konselor sebaya harus memiliki sensitifitas dalam melihat kondisi teman sebaya yang memerlukan bantuan tanpa menjatuhkan harga diri teman sebaya yang akan dibantunya. Keberanian untuk memberikan bantuan dan kepedulian terhadap teman sebaya, harus dilakukan oleh konselor sebaya. Sebab ketika individu tergabung dalam kelompok *peer counseling*, maka suatu kewajiban untuk menumbuhkan rasa percaya diri dalam memberikan bantuan. Berbekal ilmu yang telah diberikan oleh konselor atau guru BK akan mempermudah konselor sebaya dalam memberikan bantuan tanpa mengurangi harga diri dari teman (konseli) yang akan dibantu.

11. Tanpa Identitas

Konselor tidak memiliki identitas layaknya konselor atau guru bimbingan dan konseling yang dianggap sebagai profesional yang memiliki gelar dan kantor untuk memberikan layanan. Konselor sebaya tidak membutuhkan kantor atau pun gelar, sehingga gerak konselor sebaya lebih *flexible* untuk lebih dekat dengan teman-teman remaja yang seusianya.

12. Sikap Kritis Terhadap Diri Sendiri

Kemampuan untuk mawas diri harus tetap ditumbuhkan. Hal ini bertujuan untuk melatih kemampuan membaca situasi, apakah dirisnya hadir sebagai bagian dari masalah atau hadir sebagai bagian dari pemecahan masalah?

Dipaparkan beberapa peranan konselor sebaya dalam kehidupan remaja. berikut peranan yang akan muncul dalam konseling sebaya (Supratiknya, 2000; 226):

1. Teman – sahabat yang siap mendengarkan dan memahami permasalahan teman sebaya yang sedang menghadapi masalah.
2. Fasilitator yang siap menolong seorang pribadi tumbuh di tengah jaringan kelompok. Kemampuan dari konselor sebaya akan membantu konseli untuk bisa beradaptasi di lingkungan secara normal. Dalam artian, perilaku konseli tidak lagi berbenturan dengan aturan di lingkungan tempat konseli tinggal.

3. Pemimpin yang kecintaannya pada sesama telah menjadikan-nya suatu kekuatan bagi perubahan sosial. Sifat dari pemimpin adalah mengayomi, sama halnya dengan konselor sebaya yang mengayomi teman yang lain. Terutama kemampuannya untuk mengayomi teman sebaya yang sedang memiliki permasalahan. Melalui keterampilan *peer counseling* yang telah dimiliki, maka konselor sebaya akan membantu konseli untuk bisa kembali bersosialisasi dengan baik.

4. Pelayan yang percaya bahwa Tuhan sendirilah penyembuh, konselor, dan sahabat sejati. Konselor sebaya, tidak menjadikan dirinya satu-satunya *helper* yang memiliki keterampilan hebat untuk membantu konseli. Tetapi konselor sebaya percaya adanya bantuan Tuhan sebagai Sang Pencipta. Bahkan untuk kasus tertentu, konselor dapat menggunakan pendekatan agama saat *peer counseling*, yaitu konseli diajak untuk melakukan tendensi terhadap Allah (d disesuaikan dengan keyakinan agama dari konseli).

PENUTUP

Kesimpulan

Pengembangan *primary group* merupakan awal pembentukan konseling sebaya yang akan memberikan dampak positif dalam penanganan masalah remaja yang semakin kompleks. Konseling sebaya

memberikan kontribusi yang signifikan, sebab penanganan lebih cepat dan sesuai dengan pemikiran remaja. hal ini disebabkan pola pikir konselor sebaya memiliki kesamaan dengan konseli dan memiliki budaya yang hampir sama dengan konseli.

Konselor dan guru bimbingan konseling bertindak sebagai pembimbing dengan memberikan pelatihan model *awareness training* untuk mengefektifkan konselor sebaya dalam melaksanakan konseling sebaya. Melalui pelatihan dalam *primary group* akan mempermudah untuk pelaksanaan konseling sebaya yang telah siap dengan ilmu yang telah dimiliki.

Saran

Konselor atau guru bimbingan dan konseling tidak hanya mengeluh tentang banyaknya permasalahan yang terjadi pada remaja di sekolah (siswa). Tetapi bagaimana memberikan solusi, salah satu solusi yang tepat adalah konseling sebaya. Selain itu, konselor atau guru bimbingan dan konseling di sekolah harus memiliki keyakinan pada konselor sebaya yang akan menjadi patner dalam penyelesaian masalah siswa. Konselor juga harus melakukan evaluasi dengan konselor sebaya untuk terus mengetahui dari efektifitas konseling sebaya dan konselor sebaya tetap berada dalam pendampingan konselor atau guru bimbingan konseling sebagai tenaga professional.

DAFTAR RUJUKAN

- Bisri, M., Setiono, L&Situmorang, D.D. B. (2016). *Expanding of Counseling Services; World Views, Violence and Sexual Abuse Victim*(Proceeding 4thInternational Counseling Seminar 2016). Pdang: Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Fauzan, L., Hidayah, N., & Ramli, M. (2008). *Teknik-Teknik Komunikasi untuk Konselor*. Serial Media/ Instrumen Konseling 1 tidak diterbitkan. Malang: UPT Bimbingan dan Konseling.
- Feist, J & Feist, Gregory, J. (2011). *Teori Kepribadian*. Terjemahan oleh Smita Prathita Sjahputri (2010). Jakarta: Salemba Humanika.
- Flurentin, Elia. (2001). *Konseling Lintas-Budaya*. Bahan Ajar tidak diterbitkan. Malang: Jurusan Bimbingan Konseling dan Psikologi.
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktik Konseling dan Psikologi*. Terjemahan oleh Koeswara. E. (2005). Badung: PT Refika Aditama.
- Rogacion, M. R. E. (1982). *Tumbuh Bersama Sahabat 1 Konseling Sebaya Sebuah Gaya Hidup*. Terjemahan oleh A. Supratiknya. (2000). Yogyakarta: Kanisius.
- Romlah, Tatiek. (2006). *Teori dan Praktek Bimbingan dan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sailendra, Annie. (2014). *Neuro Linguistik Programming (NLP) dari Konsep Hingga Teknik*. Yogyakarta: Bhafana Publishing.
- Santrock, John. W. (tanpa tahun). *Remaja Edisi 11 jilid 1*. Terjemahan oeh Benedictine Widyasinta. (2007). Jakarta: Erlangga.