

---

## Kaunseling Kelompok Dalam Peningkatan Personaliti\*

Amir Awang  
Canselori  
Universiti Sains Malaysia

---

This short paper deals with several aspects, namely the definition of personality, the limitations of individual counselling in coping the growing demands for counselling, the justification for introducing group counselling to meet these rapidly growing demands, a brief overview of the different types of group counselling for different purposes, and finally, an by way of a few research evidence to show how and in what context group counselling has been found to be effective in promoting personality changes and development.

### Pengenalan

Untuk membicarakan tajuk di atas saya ingin membuat andaian bahawa tuan-tuan/puan-puan yang hadir pagi ini ingin mengetahui dengan lebih dekat lagi konsep dan pengertian kaunseling kelompok dan personaliti. Lantaran itu saya, akan mencuba secara ringkas menjelaskan kedua-dua konsep tersebut dengan harapan kita akan sama-sama beroleh manfaat darinya. Setelah kedua-dua konsep ini dijelaskan, barulah saya bincangkan hubungan kaunseling kelompok dengan peningkatan personaliti.

### Apakah Kaunseling Kelompok?

Sigmund Freud dalam tahun 20-an telah membuka suatu lembaran di dalam bidang psikoterapi dengan memperkenalkan psikoterapi individu yang dikenali sebagai psikoanalisis. Ushanya telah mendapat sanjungan dan penghormatan bukan sahaja di benua Eropah, bahkan juga di benua Amerika Syarikat. Sebagai penghormatan; beliau sering diiktiraf sebagai bapa kepada psikoterapi moden. Langkah pertama yang dimulakannya telah disusuli dengan berbagai-bagai usaha selanjutnya, sehingga kaunseling atau psikoterapi individu ini menjadi begitu pesat perkembangannya. Kini sudah wujud beraneka jenis teori dan pendekatan, serta falsafah yang berkaitan dengan kaunseling atau psikoterapi individu ini.

Perkembangan yang begini pesat jelas menunjukkan beberapa perkara. Antaranya:

- (a) permintaan untuk mendapat kaunseling individu kian meningkat.

- (b) kejayaan kaunseling individu memberi keyakinan kepada masyarakat untuk mendampingi, tanpa stigma lagi.
- (c) penyelesaian masalah boleh dilakukan dengan cara-cara yang berbeza; dan
- (d) kaunseling individu telah membantu memenuhi keperluan-keperluan tertentu.
- (e) kaunseling kelompok memberi peluang untuk interaksi antara orang yang lebih, dan melalui interaksi seperti ini, individu dapat memahami dan menerima dirinya, dan diri orang lain,
- (f) individu juga dapat merasai kesan tindaktanduknya ke atas orang lain dengan lebih jelas lagi,
- (g) individu dapat menjadi lebih berempati,
- (h) individu dapat menjadi pemimpin kelompok dan boleh pula menjadi "pemberontak" tanpa merasa bersalah,
- (i) individu dapat melahirkan perasaannya melalui berbagai-bagai saluran,
- (j) individu dapat merasa lebih selesa sesama individu lain yang sebaya denganya,

Maka muncullah usaha-usaha kaunseling kelompok. Keberkesanan kaunseling kelompok telah juga membangkitkan minat di dalam usaha mengembangkannya. Pada masa kini wujud, misalnya:

- (a) Kaunseling Kelompok,
- (b) Kelompok T atau Kelompok Latihan Makmal (T - group or laboratory training groups).
- (c) Kelompok Perundingan Keluarga (Family group consultation),
- (d) Kelompok Pertembungan (Encounter group),
- (e) Terapi Kelompok (Group therapy),
- (f) Kelompok Peka (Sensitivity group),
- (g) Kelompok Marathon (Marathon grou),
- (h) Kelompok Terapi Khas (Special Therapy Group).

Tiap-tiap kelompok yang disenaraikan di atas mempunyai matlamat, klien dan teknik yang agak berbeza. Elok rasanya saya huraikan sepintas lalu mengenai kelompok-kelompok ini.

Di dalam **kaunseling kelompok** terdapat seorang kaunselor yang berinteraksi dengan beberapa orang klien (biasanya 6 orang). Interaksi sebegini bertujuan untuk memudahkan pemahaman sendiri yang lebih dalam serta penerima sendiri yang lebih baik.

Ciri-ciri utama kaunseling kelompok ialah:

- (a) ia memberi fokus kepada pemikiran sedar dan tingkah laku.
- (b) ia menggalakkan interaksi terbuka.
- (c) peserta-pesertanya adalah orang-orang yang "normal" dan bukan "pathological",
- (d) fasilitatornya merupakan penggerak yang penting.

**Kelompok-T** pula adalah satu bentuk kelompok latihan yang mempunyai matlamat-matlamat berikut:

- (a) mendedahkan peserta-pesertanya kepada aspek perhubungan antara orang.
- (b) mengukuhkan kemahiran-kemahiran perhubungan yang sedia ada,
- (c) melatih individu-individu yang akan menjadi penggerak kepada perubahan-perubahan organisasi,

Dari matlamat ini, jelas bahawa kelompok T ini mempunyai tugas-tugas atau matlamat-matlamat khusus dan nyata.

Melalui proses latihan ini, peserta akan mempelajari kemahiran-kemahiran tertentu dari analisis tindak tanduk mereka sendiri dan juga dari tindak tanduk ahli-ahli yang lain. Di dalam kelompok T ini, peserta bukan sahaja menerima, malah mereka juga memberi!

**Kelompok Perundingan Keluarga** lebih merupakan kaunseling di mana ahli-ahli keluarga itu sama ada secara bersendirian (ahli-ahli sesuatu keluarga sahaja) atau bersama-sama keluarga lain, akan berinteraksi dengan dibantu seorang atau dua orang kaunselor. Tumpuan yang diberikan di dalam interaksi ini ialah:

- (a) memperbaiki perhubungan dan komunikasi di dalam sesuatu keluarga itu,
- (b) mengurangkan persepsi dan pentafsiran yang herotberot,

- (c) membangkitkan kesedaran ahli-ahli tentang reaksi-resksi mereka dan kesan-kesannya ke atas orang lain.
- (d) menjelaskan sesama sendiri jangkaan-jangkaan dan rol setiap ahli keluarga itu.

Melalui interaksi sebegini mereka akan memperolehi celikakal-celikakal tertentu.

**Kelompok Pertembungan, Kelompok Peka dan Kelompok Pertumbuhan Kendiri** mempunyai matlamat, teknik dan peserta yang hampir serupa. Masing-masing ingin mendekati diri sendiri serta memahami diri sendiri dengan lebih baik. Bagi mencapai tujuan seperti ini peserta-peserta didapati lebih rapat (ikrab), lebih bersifat terbuka, lebih bersedia untuk berkongsi pengalaman dan perasaan, lebih ikhlas dan jujur. Penekanan biasanya kepada perasaan-perasaan yang dirasai ketika itu dan kepada reaksi-reaksi yang spontan.

Biasanya, bagi kelompok-kelompok seperti ini terdapat batasan-batasan masa tertentu. Ada yang berjalan selama dua hari dan ada pula hingga 21 hari.

**Kelompok Marathon** beranggapan bahawa jika peserta-pesertanya ingin mengenali diri mereka sendiri, ingin memahami kesan reaksi mereka terhadap orang lain, hubungan mereka dengan orang-orang lain yang penting bagi mereka, serta tindak-tanduk biasa mereka bila menghadapi sesuatu situasi yang mencabar, ahli-ahlinya hendaklah bersidang untuk beberapa jam secara berterusan dan secara yang intensif. Melalui interaksi yang berterusan dan intensif ini, adalah diharapkan yang peserta-pesertanya akan berinteraksi dengan lebih jujur, ikhlas, terbuka dan tulus. Dari interaksi sebegini mereka akan berjaya menguasai tingkahlaku yang terbuka, tulus dan bertanggungjawab.

Akhir sekali, terdapat pula kelompok-kelompok yang bersidang bagi kelompok-kelompok individu yang khusus. Di antara **kelompok-kelompok khas** ini termasuklah "Alcoholic Anonymous" yang membantu ahli-ahlinya untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi.

Begitulah serba sedikit tinjauan ringkas tentang berbagai-bagai kelompok yang wujud.

Dinkmeyer dan Muro (1970) telah merumuskan matlamat-matlamat asas kaunseling kelompok ini sebagai:

- (a) membantu setiap ahli kelompok mengetahui dan memahami dirinya sendiri,
- (b) setelah mengetahui dan memahami diri sendiri, adalah diharapkan yang individu itu akan lebih menerima dirinya dan dapat merasai harga diri sendiri,
- (c) membantu individu menguasai kemahiran-kemahiran sosial serta kemahiran-kemahiran berinteraksi antara orang yang akan

membolehkannya menghadapi tugas-tugas perkembangan di dalam kehidupan seharian mereka,

- (d) membantu individu untuk menguasai kebolehan-kebolehan bagi meningkatkan arahan-kendiri, penyelesaian masalah dan juga untuk meningkatkan kebolehan membuat keputusan. Kebolehan-kebolehan ini bolehlah mereka gunakan di dalam situasi-situasi hidup mereka.
- (e) membantu individu agar lebih peka kepada keperluan-keperluan orang lain. Melalui kepekaan yang bertambah, individu akan bertindak dengan cara yang lebih bertanggungjawab.
- (f) membantu individu agar menjadi pendengar yang berempati yang dapat mendengar dan merasai,
- (g) membantu individu agar dapat menyatakan dengan tepat segala-gala yang dirasainya,
- (h) membantu individu untuk menggubal matlamat-matlamat khusus bagi dirinya. Biarlah matlamat-matlamat ini dinyatakan secara objektif tingkah laku (behavioural objective) supaya ianya mudah diperhatikan dan diukur. Individu ini juga harus dibantu supaya ia komited dengan matlamat-matlamat ini. Dengan yang demikian ia akan berusaha ke arah mencapai matlamat-matlamat ini.

Bagi mencapai segala matlamat yang diharapkan ini, biasanya kelompok kaunseling akan melalui tiga peringkat, iaitu.

- (a) peringkat penerokaan di mana ahli-ahli akan memperkenalkan diri masing-masing, menjelaskan matlamat-matlamat yang ingin dicapai, dan menyetujui peraturan-peraturan yang asas,
- (b) peringkat peralihan di mana ahli-ahli akan mula mendedahkan diri masing-masing. Selalunya pada peringkat ini ahli-ahli akan merasa risau dan terancam,
- (c) peringkat tindakan di mana ahli-ahli akan kurang merasa terancam hasil dari pendedahan diri tadi. Sebaliknya akan memikir, merancang dan melakonkan perubahan-perubahan yang diinginkan.

Memang disedari bahawa huraian dan penjelasan di atas adalah agak dangkal dan umum. Namun amatlah diharapkan bahawa setidak-tidaknya kita mendapat sedikit sebanyak kefahaman mengenai kaunseling kelompok serta proses-proses yang terlibat.

### **Apakah Personaliti?**

Nevitt Sanford (1970) telah mengumpul berbagai-bagai definisi tentang personaliti. Saya tertarik dengan usahanya kerana definisi-definisi yang dipetikkan itu telah

dibuat oleh pakar-pakar di dalam bidang yang berbeza, dan oleh pakar-pakar yang berbeza orientasi di dalam disiplin yang sama. Biarlah saya perturunkan beberapa di sini untuk kita renungi bersama.

1. By the term "personality", I shall mean an entity of the sort you are referring to when you use the first person pronoun. (Adam, 1954).
2. Personality is the dynamic organization within the individual of those psycho-physical systems that determine his unique adjustments to his environment (Allport, 1937b m.s. 48).
3. Now personality, as I am sure we are all agreed, is known only as we observe individual behavior. (Newcomb, 1950a).
4. Personality is that which permits a prediction of what a person will do in a given situation... Personality is ... concerned with all the behavior of the individual, both overt and under the skin (Cattell, 1950, m.s. 2-3).
5. Personality is the most adequate conceptualization of a person's behavior in all its detail that a scientist can give at a moment in time (McClelland, 1951, m.s. 69).
6. Personality is the sum of individual characteristics and ways of behaving which in their organization or patterning describe as individual's unique adjustment to his environment (Hilgard, 1953, m.s. 407).
7. Personality is taken to mean "the organized aggregate of psychological processes and states pertaining to the individual" (Linton, 1945, m.s. 84)

Banyak lagi definisi-definisi yang boleh saya cedok atau petik bulat-bulat dari buku Sanford, tetapi memadailah dengan tujuh contoh di atas. Dari definisi-definisi yang telah saya pilih dapat dibuat beberapa kesimpulan. Antaranya:

- (a) personaliti seseorang itu boleh kita "infer" atau simpulkan dengan memerhatikan tingkahlakunya yakni bagaimana ia bertindak terhadap persekitarannya.
- (b) tindakan individu terhadap persekitarannya adalah merupakan proses asimilasi atau akomodasi seperti yang diuraikan oleh Piaget agar dirinya dapat disesuaikan dengan persekitaran.

Kerana itu, secara mudah ada ahli psikologis yang membuat persamaan tentang personaliti sebagai:

$p = f(b)$ , di mana  $p$  = personaliti,  $f$  = fungsi dan  $b$  = behavior atau tingkah laku.

Oleh kerana personaliti seseorang itu bersifat "person-specific" dan juga "situation specific", maka Cattell membuat kesimpulan bahawa kita berupaya untuk membuat ramalan atau telahan tentang apa yang akan dilakukan oleh seseorang di dalam keadaan-keadaan tertentu, berdasarkan pemerhatian-pemerhatian ke atas individu itu pada masa-masa yang lalu.

Melalui penemuan-penemuan seperti inilah, ahli-ahli psikologis telah berjaya menghasilkan berbagai-bagai hukum, dan berupaya pula membuat generalisasi-generalisasi tertentu, sehingga ahli-ahli psikologis seperti Kagan (1971), misalnya berjaya mengkaji bagaimana personaliti seseorang itu berkembang, mengikut peringkat-peringkat tertentu.

Selain daripada itu, ahli-ahli psikologis juga telah berjaya melalui eksperimen-eksperimen mengetahui cara-cara untuk mengawal tingkah laku serta membawa perubahan-perubahan tertentu ke atas diri individu tadi.

Sudah tentu banyak cara yang boleh dilakukan di dalam membawa perubahan-perubahan ini dan selalunya perubahan-perubahan yang dibuat itu adalah bertujuan untuk meningkatkan personaliti seseorang itu. Salah satu cara yang telah didapati amat berkesan untuk membawa perubahan-perubahan ini ialah kaunseling kelompok. Di dalam kertas kerja ini, beberapa kajian ringkas akan dilaporkan bagi menunjukkan peningkatan personaliti melalui kaunseling kelompok.

### **Peningkatan Personaliti Melalui Kaunseling Kelompok - dapatan daripada Kajian.**

Satu kajian untuk menghasilkan perubahan sikap agar mempunyai sikap-sikap positif terhadap sekolah telah dijalankan oleh Robert Myrick dan Donald Haight (1972). Kajian yang mereka jalankan itu menunjukkan bahawa pelajar-pelajar yang terlibat di dalam kaunseling kelompok memberi penilaian positif terhadap pengalaman yang mereka lalui di dalam sesi kaunseling tersebut, manakala guru-guru yang menilai pelajar-pelajar ini pula mendapati yang mereka telah bertambah baik di dalam habit-habit bekerja mereka, mempunyai keyakinan diri yang lebih tinggi, mengalami ketegangan yang berkurangan, dan mempunyai sikap yang lebih positif terhadap sekolah. Semua perubahan ini meningkatkan personaliti.

Kajian-kajian lain telah juga menunjukkan yang kaunseling kelompok itu boleh menghasilkan perubahan-perubahan yang positif. Kajian oleh David Reynolds (1971) melibatkan 819 orang pelajar dari sekolah-sekolah awam di Pittsburgh dari tahun 1969 - 1971. Beberapa analisis telah dilakukan ke atas data yang dikutip. Analisis kedua menunjukkan perubahan-perubahan yang signifikan iaitu penambahan sikap yang positif di kalangan pelajar-pelajar terhadap pendidikan, pengurangan ketakutan pelajar terhadap ujian, serta penambahan tingkah laku yang diingini di kalangan pelajar-pelajar yang baik. Kajian ini dengan jelas menunjukkan bahawa kaunseling kelompok yang berstruktur sebegini telah membawa perubahan-perubahan afektif dan juga tingkahlaku di kalangan pelajar-pelajar "underachievers".

Dari segi mengubah konsep sendiri beberapa kajian telah dilaporkan (Coffey & Ferry, 1974; Bewley, 1977). Kedua-dua kajian telah menunjukkan perubahan dari segi pencapaian akademik serta perubahan terhadap konsep sendiri dan nilai sendiri, setelah pelajar-pelajar dilibatkan di dalam kaunseling kelompok.

Gumaer & Myrick (1974) telah mengkaji bagaimana kaunseling kelompok yang berorientasikan ketingkahlakuan dapat memperbaiki tingkahlaku subjek. Kanak-kanak yang mempunyai tingkahlaku bermasalah telah dilibatkan di dalam kaunseling kelompok yang berorientasikan ketingkahlakuan. Setelah menjalani beberapa sesi, mereka mendapati yang tingkahlaku yang bermasalah tadi berkurang.

Quatrano dan Bergland (1974) pula telah berjaya menunjukkan betapa penggunaan kaunseling kelompok telah berjaya memperbaiki proses membuat keputusan di kalangan murid-murid sekolah rendah.

Banyak lagi kajian yang boleh dilaporkan di sini, tetapi dengan beberapa contoh yang dibentangkan ini, diharap pembaca merasa yakin betapa kaunseling kelompok boleh membawa perubahan atau peningkatan personaliti individu.

Walaupun kajian-kajian ini menunjukkan bahawa kaunseling kelompok telah berjaya meningkatkan personaliti individu, tetapi janganlah hendaknya kita terbawa-bawa dengan anggapan bahawa kaunseling kelompok itu yang membawa kejayaan ini. Seperti juga kaunseling individu, kaunseling kelompok hanyalah suatu medium, suatu alat, suatu "vehicle" sahaja. Jika ianya digunakan dengan baik, maka hasilnya tentulah baik. Begitulah sebaliknya. Yang terpenting ialah:

- (a) kaunselor atau fasilitator, dan
- (b) peserta-peserta yang komited,

Apakah sifat-sifat atau ciri-ciri kaunselor kelompok yang baik. Corey & Corey (1982) telah memberi senarai berikut:-

- (a) keberanian,
- (b) kesediaan menjadi model kepada peserta,
- (c) sentiasa bersama kelompok dari segi emosi,
- (d) mempunyai rasa muhibah dan mengambil berat (caring),
- (e) yakin yang proses atau dinamik kelompok boleh membawa perubahan,
- (f) bersifat terbuka,
- (g) boleh berhadapan dengan sebarang serangan dari ahli-ahli kelompok,
- (h) berkeyakinan dan berkewibawaan sendiri,
- (i) stamina,
- (j) kesediaan untuk mencari pengalaman-pengalaman baru - bersedia untuk belajar,
- (k) sedar dan kenal akan diri sendiri,
- (l) mempunyai "sense of humor",
- (m) "inventiveness",



Senarai ini panjang. Untuk mempunyai semuanya sekali gus mungkin tidak boleh. Namun, kita haruslah berusaha ke arah memiliki sifat-sifat dan ciri-ciri ini agar dengannya kita akan menjadi fasilitator yang berkesan di dalam usaha membawa peningkatan personaliti peserta.

\* Kertas kerja ini dibentangkan di Seminar Kaunseling Kelompok, anjuran Kelab Kaunseling Pusat Pengajian Ilmu Pendidikan, Universiti Sains Malaysia pada 19 Jun 1987 di Dewan Kulian A, Universiti Sains Malaysia.

### Rujukan

- Bewley, Kea, *Self-esteem: The alternative to Genetic Inferiority Negro Educational Review*, 28, 2, 95 - 99 April 1977.
- Corey, G. & Corey, M.S., *Groups: Process and Practice* (2nd edition) Monterey: Brooks/Cole Publishing Co., 1982.
- Ferguson, L.R., *Personality Development California*: Brooks/cole Publishing Co., 1970.
- Gumaer, J & Myrick, R.D., Behavioral Group Counseling with Disruptive Children. *School Counselor*, 21, 4, 313 - 317, Mar 1974.
- Kagan, J, *Personality Development* N. York, Harcourt Brace Jovanovich, Inc., 1971.
- Myrick, R.D. & Haight, D.A. Growth Groups: An Encounter with Underachievers *School Counselor*, 20, 2, 115 - 121, Nov. 1972.
- Quatrano, I.A. & Bergland, B.W., Group Experiences in Building Planning Strategies, *Elementary School Guidance and Counseling* 8,3, 173 - 180, Mar 1974.
- Reynolds, D.J., *Evaluating and Extending Learning Counselor: Final Report*.
- Sanford, N, *Issues in Personality Theory* San Francisco: Jossey - Bass Inc. Publishers, 1970. \_\_\_\_\_
- Schmidt, W.I., *Group Guidance in Elementary School* Springfield; Illinois State Office of the Superintendent of Public Instruction, 1966.
- Sherteer, B, & Stone, S. C., *Fundamentals of Guidance* (3rd.ed) Boston: Mifflin Co., 1976.