



Kajian Literatur Konseling Kelompok Kunci untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial

Avrila Aura Sayyidhina^{1*}, Olivia Maharani², Hany Natari Adha³, Defri Yani⁴, Ratna Sari Dewi⁵

¹⁻⁵ Universitas Sriwijaya, Indonesia

Email : avrilaurasayyidhina@gmail.com *

Abstract: *Social skills are one of the important aspects for students' social life, especially in building healthy interpersonal relationships, and adapting to their school environment. However, some students experience difficulties in socializing both with peers and their school environment, which will have an impact on the lack of confidence in students and face social anxiety. Research was conducted to identify the effectiveness of group counseling in improving students' social skills. This research uses a literature review method using journals from the last 5 years. The result of this study is that group counseling is an effective intervention in improving students' social skills.*

Keywords: *Group counseling, group dynamics, literature review, psychological intervention, social skills*

Abstrak: Keterampilan sosial merupakan salah satu aspek penting bagi kehidupan bersosial peserta didik, terutama dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, serta beradaptasi dengan lingkungan sekolahnya. Akan tetapi Beberapa siswa mengalami kesulitan dalam bersosialisasi entah dengan teman sebaya maupun lingkungan sekolahnya, yang dimana hal ini akan berdampak pada kurangnya percaya diri pada siswa dan menghadapi kecemasan sosial. Penelitian dilakukan untuk mengidentifikasi efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur dengan menggunakan jurnal-jurnal 5 tahun terakhir. Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok terbukti sebagai metode intervensi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan sosial siswa.

Kata Kunci: dinamika kelompok, intervensi psikologis, Konseling kelompok, keterampilan sosial, kajian literatur

1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan keterampilan sosial merupakan aspek penting, terutama dalam membangun hubungan yang positif dengan individu lain serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Walaupun peran keterampilan sosial sangat krusial, masih banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengembangkannya. Terlebih lagi, di era digital saat ini, interaksi secara langsung semakin berkurang karena dominasi teknologi dalam kehidupan sehari-hari.

Banyak siswa mengalami hambatan dalam bersosialisasi, baik dengan teman sebaya maupun dengan lingkungan sekolah secara umum. Kondisi ini bisa menurunkan rasa percaya diri mereka dan menimbulkan kecemasan ketika harus berinteraksi secara sosial. Jika tidak segera ditangani, hal ini dapat berdampak buruk pada kesejahteraan emosional siswa, menurunkan prestasi akademik, serta menghambat kemampuan sosial mereka di masa depan.

Anderson dalam (Minarni, 2016) menyebutkan bahwa keterampilan sosial merupakan kemampuan seorang individu dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan individu lain. Sementara itu, menurut Hurlock dalam (Huda, 2016), keterampilan sosial sendiri mencakup kemampuan individu untuk bertindak sesuai dengan harapan atau norma sosial, yang memungkinkan seseorang hidup bermasyarakat secara harmonis. Secara umum, keterampilan sosial dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk berinteraksi dengan cara yang positif, baik ketika memulai hubungan baru maupun saat mempertahankannya. (Minarni, 2016) juga menjelaskan bahwa tolak ukur keterampilan sosial meliputi tiga dimensi, yaitu: (1) kemampuan membangun hubungan dan berkomunikasi (*relationship*), (2) kemampuan dalam mengelola dan mengendalikan diri (*self-regulation*), serta (3) kemampuan untuk mengikuti aturan, menyampaikan pendapat, dan menunjukkan prestasi akademik (Sari et al., 2020).

Lebih lanjut, (Chafidhatul, 2018) menekankan bahwa keterampilan sosial merupakan bagian penting dalam mendukung proses pembelajaran. Hal ini karena keterampilan tersebut menjadi fondasi utama agar siswa dapat menjalin interaksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Tanpa keterampilan sosial, siswa cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi. Sebaliknya, siswa yang memiliki keterampilan sosial yang baik lebih mudah bekerja sama dengan orang lain dan umumnya memiliki empati yang tinggi. Rasa empati ini membantu mereka memahami perasaan dan kondisi orang lain, serta mendorong mereka untuk lebih mudah menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi (Ulum, 2019).

Layanan konseling kelompok merupakan salah satu cara yang bisa digunakan untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial. (Aqib, 2013) menyatakan bahwa konseling kelompok adalah salah satu metode konseling yang melibatkan sejumlah peserta dalam satu kelompok untuk saling memberikan dukungan, umpan balik, serta belajar dari pengalaman bersama. Dalam pelaksanaannya, konseling kelompok menggunakan prinsip dinamika kelompok, yang memberikan ruang bagi peserta untuk menyampaikan pendapat dan meningkatkan kemampuan komunikasi serta keterampilan sosial mereka.

Dengan demikian, siswa perlu terus mengembangkan keterampilan sosial mereka guna membangun komunikasi yang efektif, meningkatkan kepercayaan diri dalam mengungkapkan ide, serta menjalin interaksi yang positif dengan lingkungan sekitar.

2. METODE PENELITIAN

Penulis dalam artikel ini menerapkan metode studi pustaka sebagai pendekatan yang digunakan. Dimana penulis mengumpulkan data data artikel yang sesuai dengan topik “Konseling kelompok: Kunci untuk meningkatkan keterampilan sosial” dimana penulis mengkaji hanya artikel 5 tahun terakhir. Kajian literatur sendiri merupakan kumpulan informasi tentang suatu penelitian atau relevan dengan sebuah topic penlitian yang kemudian dikaji oleh penulis untuk menghasilkan suatu penyajian data yang dimana data tersebut ditarik sebuah kesimpulan yang dikumpulkan dan dianggap relevan. Penulis mengkaji 20 artikel yang mengandung pembahasan tentang konseling kelompok dan pengaruhnya terhadap keterampilan sosial. Artikel atau data yang digunakan adalah artikel yang terpublikasi secara online, data atau sumber literature ini diperoleh dari situs Google Scholar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

| No | Penulis dan Tahun Terbit | Sample | Metodologi | Tujuan | Hasil |
|----|---------------------------|--|--|---|--|
| 1. | Rohmaniati et al., (2023) | Remaja yang mengalami kekerasan atau trauma. | Penulis dalam penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan pustaka atau literature review sebagai dasar analisisnya. | Tujuan dari penelitian ini bertujuan mengetahui dan mengevaluasi seberapa efektif konseling kelompok dalam meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan ketahanan diri pada remaja yang mengalami kekerasan atau trauma. | Temuan penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kekerasan atau trauma dapat meningkatkan keterampilan sosial dan resiliensi melalui program konseling kelompok. Remaja menunjukkan peningkatan sosial seperti kemampuan berkomunikasi dengan baik, mengelola emosi, dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain setelah mengikuti program. |

| | | | | | |
|----|------------------------|--|---|--|---|
| 2. | Kurnia et al., (2024) | Peserta didik SDIT Permata Hati Bekasi | Artikel ini menggunakan studi kuantitatif. | <p>Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari bagaimana nilai dan keterampilan sosial membantu siswa SD berinteraksi dengan baik baik di dunia nyata maupun di internet.</p> <p>Penelitian ini juga menunjukkan bahwa konseling kelompok adalah metode yang efektif untuk meningkatkan interaksi sosial siswa.</p> | <p>Penelitian menunjukkan bahwa perasaan empati, kerja sama, pengelolaan konflik, dan komunikasi adalah kunci untuk menghadapi tantangan sosial di era digital.</p> <p>Bimbingan kelompok membantu siswa memperoleh keterampilan sosial yang kuat, yang memungkinkan mereka menjadi individu yang bertanggung jawab dan membangun hubungan positif di masyarakat digital.</p> |
| 3. | Hasanah et al., (2024) | Siswa SD Negeri 60 Kota Bengkulu | Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang lebih menekankan pada analisis mendalam. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konseling kelompok mempengaruhi perkembangan keterampilan sosial siswa di sekolah dasar. | Studi menunjukkan bahwa konseling kelompok meningkatkan kepercayaan diri siswa, kemampuan mereka untuk mengendalikan diri, dan kemampuan mereka untuk memahami perbedaan individu. Program ini sebagian besar berhasil karena guru dan konselor memberikan contoh yang baik, serta bantuan dari guru lain dan kepala sekolah. |

| | | | | | |
|----|--------------------------|---|--|---|---|
| 4. | Utomo, (2021) | Siswa ABK | Penelitian ini menggunakan metode kajian literature. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menunjukkan model konseling kelompok berbasis terapi bermain asosiatif sebagai cara untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa yang bergabung dengan kelas ABK. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa model konseling kelompok berbasis terapi bermain asosiasi dapat digunakan sebagai metode alternatif untuk menangani masalah keterampilan sosial siswa ABK. Model ini dapat digunakan sebagai inovasi, inovasi, dan layanan baru. |
| 5. | Fitriani & Putri, (2022) | 10 orang mahasiswa di STIKes Indah Medan prodi farmasi. | Dengan menggunakan teknik penelitian eksperimen. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperbaiki hubungan sosial mahasiswa farmasi yang selama ini terlihat tidak sehat. | Hasil dari penelitian ini terdapat peningkatan hubungan sosial mahasiswa farmasi setelah memperoleh layanan konseling kelompok. |
| 6. | Habsy et al., (2024) | Jurnal dan artikel penelitian yang diterbitkan dalam rentang waktu antara tahun 2014 hingga 2024. | Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, dan metode studi literatur digunakan. | Penelitian ini bertujuan mengembangkan keterampilan sosial remaja dengan menerapkan konseling kelompok berlandaskan pendekatan Adlerian sebagai upaya mengatasi perilaku egosentris. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti konseling kelompok, konseli yang sebelumnya cenderung bersikap egosentris dan kurang mampu bekerja sama, mulai menunjukkan peningkatan dalam kemampuan bersosialisasi serta sikap saling menghormati. |

| | | | | | |
|----|------------------------------|---|--|--|--|
| 7. | Netral & Putri, (2023) | Buku, penelitian tesis/disertai, jurnal dan artikel penelitian. | Penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif deskriptif, dan tinjauan pustaka digunakan. | Tujuan dari penelitian ini adalah agar diharapkan guru BK di sekolah dapat mengimplementasikan permainan tradisional sebagai salah satu teknik dalam layanan konseling kelompok. | Hasil penelitian menemukan bahwa nilai-nilai permainan tradisional yang memiliki peran penting dalam pengembangan kecakapan sosial siswa SMA, karena mengajarkan konsep berinteraksi yang positif seperti sopan santun, religius, penyesuaian diri, kerjasama dan saling menghargai. |
| 8. | Haryanti & Rahim, (2022) | Siswa SD TMIP Kota Yogyakarta | Metode penelitian yang digunakan adalah Research & Development. | Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa di SD TMIP Kota Yogyakarta. | Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan sosial siswa di SD TMIP masih memerlukan perbaikan, khususnya pada aspek hubungan dengan teman sebaya, pengelolaan diri, prestasi akademik, kepatuhan, dan keberanian dalam menyampaikan pendapat. |
| 9. | Asmaida & Darmayanti, (2024) | Artikel dan jurnal | Metode literatur review. | Studi literatur ini bertujuan untuk menekankan peran penting konseling kelompok dalam pengembangan diri siswa, terutama dalam meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, dan kebahagiaan mereka. | Hasil tinjauan pustaka menunjukkan bahwa siswa yang mengambil layanan ini memperbaiki kemampuan akademik dan sosial mereka. |

| | | | | | |
|-----|-----------------------------------|--|--|---|--|
| 10. | Rahmi et al., (2024) | Sampel penelitian terdiri dari remaja yang berpartisipasi dalam sesi konseling kelompok untuk mengembangkan keterampilan sosial mereka. | Metode intervensi digunakan. | Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja, mengajarkan mereka cara berinteraksi dengan orang lain, dan membantu mereka mengelola emosi mereka. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan keterampilan sosial remaja. |
| 11. | Trikayani & Dwi Noviarini, (2019) | Siswa XII TKJ B SMKS Nuris Jember | Penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam dua siklus dan mengumpulkan data tentang hubungan sosial siswa melalui sosiometri. | Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan sikap dan perilaku sosial siswa melalui konseling kelompok yang menggunakan pendekatan pengelolaan diri. | Hasil penelitian ini menunjukkan Siswa yang menjadi objek penelitian meningkat dari rangking 9 ke 5 setelah intervensi, dan partisipasi dalam bimbingan konseling naik dari 92,30% menjadi 94,59%. |
| 12. | Pakpahan et al., (2023) | Sampel penelitian terdiri dari 7 siswa SMPN di Pekanbaru yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dan memiliki keterampilan komunikasi rendah. | Studi ini memanfaatkan metode quasi eksperimen dengan desain satu kelompok pretest-posttest. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai pengaruh konseling kelompok yang dilakukan dengan metode pelatihan persuasif terhadap peningkatan kemampuan komunikasi siswa di SMPN Pekanbaru. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua siswa (7 orang) yang sebelumnya berada dalam kategori rendah dalam keterampilan komunikasi telah menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah konseling kelompok yang menggunakan teknik pelatihan asertif. Setelah konseling tersebut, semua siswa berada dalam kategori tinggi. Dengan tingkat signifikansi 0,018, uji Wilcoxon menemukan nilai Z -2,366 dan pengaruh signifikan terhadap keterampilan komunikasi siswa. |

| | | | | | |
|-----|--------------------------|---|---|---|--|
| 13. | Marianti et al., (2024) | Melibatkan 8 mahasiswa dari populasi 53 sebagai sampel. | Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain satu grup pretest-posttest. 8 siswa dari total populasi 53 terlibat dalam penelitian ini. | Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi tingkat kepedulian sosial dalam komunitas dan mengukur efektivitas konseling kelompok yang menggunakan teknik modeling. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, tingkat kepedulian sosial komunitas Generasi Cahaya Pintar di Kota Palembang berada dalam kategori sedang. Sebelum perlakuan, gambaran kepedulian sosial menunjukkan bahwa ada 7 orang dalam kategori sedang, dengan 1 orang dalam kategori rendah. |
| 14. | Siregar et al., (2025) | Siswa ABK | Menggunakan systematic Literature Review (SLR) untuk mengumpulkan data dari artikel dan jurnal terkait. | Tujuan dari penelitian untuk mengidentifikasi varian terapi untuk siswa, Memberikan rekomendasi bagi praktisi pendidikan. | Hasil penelitian ini menunjukkan terapi bermain asosiatif memungkinkan pemilihan permainan sesuai kebutuhan siswa, Efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa ABK. |
| 15. | Yullianti et al., (2023) | Menggunakan artikel dan jurnal | Penelitian ini mengadopsi metode tinjauan pustaka (literature review). | Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana konseling kelompok dapat membantu meningkatkan interaksi sosial siswa di sekolah menengah pertama. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok memainkan peran penting dalam pertumbuhan komunikasi siswa. Siswa yang sebelumnya mengalami kesulitan berkomunikasi dan berinteraksi sosial, yang menyebabkan mereka cenderung terisolasi, mulai lebih baik dalam berinteraksi sosial setelah menerima konseling kelompok. |

| | | | | | |
|-----|--------------------------------|--|---|--|---|
| 16. | Gaho et al., (2021) | Kelas X SMA Negeri 1 Lahusa memiliki 27 siswa. | Penelitian ini dilakukan dengan metode eksperimen, yang merupakan jenis penelitian pre-eksperimen dengan desain satu kelompok pretest-posttest. | Studi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif layanan konseling kelompok yang menggunakan metode role playing dalam meningkatkan interaksi sosial siswa kelas X di SMA Negeri 1 Lahusa pada tahun pelajaran 2022/2021. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok meningkatkan interaksi sosial siswa dari kategori tinggi menjadi kategori sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa interaksi sosial siswa dapat meningkat dengan cara terbaik dengan layanan konseling kelompok. |
| 17. | Ratnasari & Arifin, (2021) | Kelas XI SMA Negeri 3 Morotai memiliki 165 siswa, dan 44 di antaranya ditemukan memiliki tingkat interaksi sosial yang rendah. | Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan interaksi sosial siswa di SMA Negeri 3 Morotai melalui konseling kelompok yang menggunakan pendekatan pelatihan asertif. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok yang menggunakan pendekatan pelatihan persuasif berhasil meningkatkan interaksi sosial siswa di SMA Negeri 3 Morotai. Kelompok kontrol tetap pada kategori rendah, tetapi kelompok eksperimen berubah dari kategori rendah menjadi kategori tinggi. |
| 18. | Novialdi & Telaumbanua, (2021) | Dengan menerapkan teori-teori yang sesuai. | Penelitian ini mengadopsi metode tinjauan pustaka (studi literatur). | Untuk menggambarkan fenomena tersebut secara rinci, penelitian ini bertujuan untuk mengumpulkan informasi yang sistematis, faktual, dan akurat tentang fakta atau percobaan populasi tertentu. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok meningkatkan interaksi sosial siswa dengan baik. |

| | | | | | |
|-----|-------------------------|---|---|--|--|
| 19. | Zuhara, (2020) | Siswa kelas X SMA Negeri 15 Aceh Tengah, yang terdiri dari delapan orang sampel. | Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan metode eksperimen. | Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui seberapa efektif konseling kelompok yang menggunakan metode modeling untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. | Hasil penelitian tentang konseling kelompok yang menggunakan teknik modeling menunjukkan perubahan yang signifikan, menunjukkan bahwa konseling kelompok yang menggunakan teknik modeling dapat meningkatkan interaksi sosial siswa. |
| 20. | Khasanah et al., (2021) | Kelompok eksperimen I terdiri dari lima remaja yang menggunakan teknik pengelolaan diri dan kelompok eksperimen II terdiri dari lima remaja yang menggunakan teknik kontrak perilaku. | Penelitian ini menggunakan design banding grup pretest-posttest randomized. | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling kelompok cognitive behavior therapy (cbt), yang menggunakan teknik pengelolaan diri dan kontrak perilaku, membantu remaja sekolah menengah pertama meningkatkan interaksi sosial mereka. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan kontrak perilaku dalam konseling kelompok meningkatkan interaksi sosial pada remaja lebih baik daripada pendekatan pengelolaan diri. |

Berdasarkan kajian literatur terbaru, konseling kelompok memainkan peran yang sangat penting dalam pengembangan keterampilan sosial seseorang, khususnya di tengah perkembangan teknologi dan perubahan dinamika sosial yang cepat. Dengan semakin meningkatnya ketergantungan pada teknologi dan komunikasi digital, banyak individu, terutama yang baru memulai karier atau memasuki lingkungan sosial baru, mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dan efektif. Konseling kelompok memberikan kesempatan bagi peserta untuk berlatih keterampilan sosial, seperti cara berkomunikasi yang baik, bekerja sama, serta mengelola konflik dengan cara yang konstruktif. Melalui interaksi dalam kelompok yang saling mendukung, individu dapat mengembangkan empati dan memperbaiki kemampuan sosial mereka, sehingga lebih siap menghadapi tantangan sosial dan profesional di dunia nyata. Tinjauan literatur ini mengeksplorasi 20 artikel yang membahas berbagai intervensi konseling kelompok serta pengaruhnya terhadap

keterampilan sosial, interaksi sosial, dan resiliensi siswa. Penelitian-penelitian yang dianalisis mengungkapkan bahwa konseling kelompok memiliki kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan sosial individu, khususnya di kalangan anak-anak dan remaja.

Sejumlah penelitian, seperti yang dilakukan oleh Rohmaniati dan Rosada (2023), menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat membantu remaja yang mengalami paparan kekerasan memperoleh keterampilan sosial dan ketahanan diri.. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hasanah et al., (2024), yang menyoroti peningkatan harga diri dan kemampuan pengendalian diri siswa melalui konseling kelompok. Pengalaman positif yang diperoleh dari sesi konseling memberikan dukungan sosial dan emosional yang diperlukan untuk mengatasi trauma.

Selain itu, studi yang dilakukan oleh Angraini et al., (2021) serta Ratnasari & Arifin (2020) menunjukkan bahwa pemanfaatan aplikasi seperti Zoom dalam konseling kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan interaksi sosial siswa. Hal ini mencerminkan bagaimana metode konseling terus beradaptasi dengan perkembangan teknologi, sehingga memungkinkan keterlibatan siswa dalam sesi konseling secara virtual. Beberapa penelitian lainnya, seperti yang dilakukan oleh Utomo (2021) terkait model konseling berbasis terapi bermain asosiatif dan studi Merisa et al., (2023) mengenai analisis transaksional, menekankan pentingnya pendekatan teoritis dalam merancang intervensi konseling. Metode yang berfokus pada penguatan keterampilan sosial dan emosional terbukti memberikan hasil positif serta menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan interaksi sosial siswa.

Artikel yang di tulis oleh Kurnia et al. (2024) membahas bagaimana nilai-nilai sosial bisa membantu siswa dalam berinteraksi, baik di dunia nyata maupun digital. Penelitiannya menunjukkan bahwa nilai sosial yang di masukkan ke dalam program konseling kelompok ternyata bisa mendukung perkembangan kemampuan sosial siswa dan juga membantu pembentuk karakter mereka. Hasil ini cocok dengan penelitian lainnya yang membahas jika komunikasi yang baik, rasa empati, dan kerja sama itu penting untuk membuat sukses dalam berinteraksi dengan orang lain. Di sisi lain Zuhara (2020) dan Khasanah et all (2021) menunjukkan bukti jika konseling kelompok menggunakan teknik modeling dan kontrak perilaku bisa meningkatkan kemampuan sosial siswa. Temuan ini menambahkan bukti jika teknik konseling yang terstruktur mempunyai efek yang positif untuk perkembangan keterampilan sosial, khususnya dalam hubungan antar teman di sekolah. Hal ini memperkuat pentingnya peran konselor untuk memilih metode yang paling sesuai untuk kebutuhan peserta didik, guna menciptakan suasana belajar yang suportif dan inklusif

Artikel yang ditulis oleh Kurnia et al. (2024) membahas peran nilai-nilai sosial dalam membantu siswa berinteraksi secara positif, baik di dunia nyata maupun digital. Penelitian ini mengungkapkan bahwa pengintegrasian nilai sosial dalam program konseling kelompok dapat memperkuat keterampilan sosial sekaligus membangun karakter siswa. Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian lain yang menekankan pentingnya komunikasi yang baik, empati, serta kerja sama dalam keberhasilan interaksi sosial. Sementara itu, penelitian oleh Zuhara (2020) dan Khasanah et al. (2021) memberikan bukti bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik modeling dan teknik kontrak perilaku terbukti dapat meningkatkan interaksi sosial siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan teknik-teknik konseling yang terstruktur mampu memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan sosial siswa, khususnya dalam konteks interaksi interpersonal di lingkungan sekolah. Hal ini memperkuat pentingnya peran konselor dalam memilih metode yang tepat sesuai dengan kebutuhan peserta didik guna menciptakan lingkungan belajar yang suportif dan inklusif.

Haryanti et al., (2022) menyoroti pentingnya pengembangan program bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. Studi ini menunjukkan bahwa program yang dirancang secara sistematis dapat memberikan dampak signifikan bagi perkembangan sosial siswa, menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi pertumbuhan mereka. Sejumlah penelitian lainnya, termasuk yang dilakukan oleh Asmaida & Darmayanti (2024), mengungkapkan bahwa konseling kelompok tidak hanya berperan dalam meningkatkan keterampilan sosial, tetapi juga berdampak positif terhadap kesejahteraan emosional siswa. Para peserta konseling melaporkan adanya peningkatan kepercayaan diri serta tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, menegaskan bahwa manfaat konseling bersifat holistik.

Berdasarkan analisis terhadap 20 artikel ini, konseling kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial, interaksi sosial, dan kesejahteraan emosional siswa. Berbagai pendekatan yang digunakan, mulai dari pemanfaatan teknologi, menggunakan teknik-teknik konseling, hingga integrasi nilai sosial, menunjukkan bahwa intervensi konseling perlu disesuaikan dengan kebutuhan dan konteks siswa. Temuan-temuan ini memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan program bimbingan dan konseling yang lebih efektif dalam lingkungan pendidikan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kajian diatas bisa didapatkan kesimpulan bahwa Konseling kelompok adalah metode yang efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa, menurut hasil telaah berbagai penelitian. Konseling kelompok meningkatkan ketahanan diri, kepercayaan diri, pengendalian diri, dan kesehatan emosional peserta didik. Penerapan berbagai pendekatan, seperti pendekatan konseling yang terstruktur, penggabungan prinsip sosial, dan penggunaan teknologi digital dalam sesi konseling, memengaruhi keberhasilan intervensi ini. Oleh karena itu, sangat penting bagi profesional bimbingan dan konseling untuk membuat program konseling kelompok yang adaptif dan kontekstual. Tujuannya adalah untuk membuat lingkungan belajar yang mendukung, inklusif, dan mendorong perkembangan sosial semua siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. 2013. *Konseling Kesehatan Mental*. ke-1. Bandung: CV Yrama Widya. Bimbingan, Muthohharoh Prodi et al. "KETERAMPILAN KOMUNIKASI." : 90–103.
- Asmaida, & Darmayanti, N. (2024). Peran Konseling Kelompok untuk Pengembangan Diri Siswa: Studi Literatur. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(001). <https://jurnaldidaktika.org>
- Fitriani, E., & Putri, R. F. (2022). Meningkatkan Hubungan Sosial Mahasiswa Dengan Layanan Konseling Kelompok. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 19(1), 9–17.
- Gaho, J., Telaumbanua, K., & Laia, B. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Lahusa Tahun Pembelajaran 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 1(2), 13–22. <https://doi.org/10.57094/jubikon.v1i2.348>
- Habsy, B. A., Binarsia, I., Samcha, N. D., & Ratnawati, N. A. (2024). Membangun Kemampuan Sosial Melalui Penerapan Konseling Kelompok Adlerian untuk Mengatasi Perilaku Egosentris pada Remaja. *Jurnal Inovasi Global*, 2(4), 528–542. <https://doi.org/10.58344/jig.v2i4.88>
- Haryanti, U., & Rahim, A. (2022). Pengembangan Program Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(1), 86–95.
- Hasanah, E., Putri, A. M., Ganarsih, I., Delia, L., & Azzahra, A. (2024). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perkembangan Keterampilan Sosial Siswa Sekolah Dasar Negeri 60 Kota Bengkulu. *JKIP: Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan*, 5(1), 52–58.

- Huda, K. (2016). Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bermain Benteng- Bentengan (Penelitian Tindakan pada Kelas B TK Nurul Arafah NW, Desa Sambelia, Kec. Sambelia Tahun 2016). *Jurnal Realita*, 1(2).
- Khasanah, U., Japar, M., & Lianasari, D. (2021). Efektivitas Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Dengan Teknik Pengelolaan Diri Dan Kontrak Perilaku Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Remaja.
- Kurnia, I. R., Cahyani, C., Fahrezzi, R., & Nugraha, R. (2024). Pentingnya Konseling Kelompok Dalam Layanan Konselor SDIT Permata Hati Bekasi, Kabupaten Bekasi Terhadap Peserta Didik Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak di Era Digital. *HEMAT: Journal of Humanities Education Management Accounting and Transportation*, 1(2), 819–828. <https://doi.org/10.57235/hemat.v1i2.2833>
- Marianti, L., Rasmanah, M., & Ramadhan, M. V. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Social Concern Komunitas Generasi Cahaya Pintar. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 294–306. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.135>
- Minarni, A. (2016). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Masalah Terhadap Kemampuan Pemahaman Matematis Dan Keterampilan Sosial Siswa SMP Negeri Di Kota Bandung. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 6(2), 162–174.
- Netral, L., & Putri, S. N. J. (2023). Konseling kelompok dengan Teknik Permainan Tradisional untuk meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa SMA. *KOPASTA*, 2(10), 131–140.
- Novialdi, A., & Telaumbanua, K. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *Jurnal Education and Development*, 9(02).
- Pakpahan, F. D., Yakub, E., & Chairilisyah, D. (2023). Pengaruh Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Dengan Teknik Assertive Training Pada Siswa SMPN Di Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(2).
- Rahmi, N., Hasibuan, U. M., Mumtazah Sipahutas, W., & Yulistadrifani Siregar, V. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Remaja. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 2(1), 122–132. <https://doi.org/10.59388/sscij.v2i1.494>
- Ratnasari, S., & Arifin, A. A. (2021). Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *Konseling: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(2). <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i2.802>
- Rohmaniati, A., Rosada, U. D., & Dahlan, U. A. (2023). Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial dan Resiliensi Pada Remaja yang Terpapar Kekerasan atau Trauma.
- Sari, P. A., Nurasih, I., & Amalia, A. R. (2020). Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Model Make A Match Di Kelas Tinggi. *JURNAL PERSADA*, III(1), 36–40.

- Siregar, Y. E. Y., Asworo, A. F. C., Susanto, J. E., Hasanah, L., Solehah, S. F., Komariyah, S., & Rahman, Y. A. (2025). Model Konseling Kelompok Berbasis Terapi Bermain Asosiatif untuk Meningkatkan Keterampilan Siswa ABK. *Esensi Pendidikan Inspiratif*, 7(1). <https://journalpedia.com/1/index.php/epi/index> E
- Trikayani & Dwi Noviarini. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Self Management Untuk Memperbaiki Hubungan Sosial Siswa Kelas XII TKJ B SMKS Nuris Jember. *HELPER : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 36(2), 17–26. <https://doi.org/10.36456/helper.vol36.no2.a2823>
- Ulum, C. (2019). Keterampilan Sosial Peserta Didik Dalam Pembelajaran Tematik Di Kelas V MI Muhammadiyah Selo Kulon Progo. *Al-Bidayah: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 10(2), 229–254. <https://doi.org/10.14421/al-bidayah.v10i2.169>
- Utomo, P. (2021). Model Konseling Kelompok Berbasis Terapi Bermain Asosiatif Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa ABK. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 56–72. <https://doi.org/10.51339/isyrof.v3i2.329>
- Yullianti, Y., Pebrianto, A., Angelica, A., & Nopitri, H. Z. (2023). Literatur Review: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Siswa Yang Merasa Diasingkan. *Dharmas Education Journal (DE_Journal)*, 4(2), 860–865. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v4i2.1174>
- Zuhara, E. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 41. <https://doi.org/10.22373/je.v6i1.8208>