

Ulasan Buku “Kaunseling Kelompok Berstruktur. Pengurangan Kebimbangan Sosial”
Wan Abdul Kader Wan Ahmad

oleh
Sapora Sipon,
Universiti Malaysia Sabah.

Keupayaan berkomunikasi, berinteraksi dan bersosial dengan baik adalah satu aset utama pelajar khususnya di institusi pengajian tinggi. Pelajar yang mempunyai kebolehan bersosial dan berhujah dengan baik seringkali dicemburui oleh rakan-rakan di atas bakat yang dimiliki. Sebaliknya, pelajar di institusi pengajian tinggi sering menghadapi masalah kebimbangan sosial seperti berhubung, berinteraksi, dan berucap di khalayak ramai. Ini menghalang perkembangan potensi pelajar dalam usaha menjadi pelajar yang seimbang dari segi akademik dan perkembangan sahsiah dan personaliti. Kebimbangan sosial ini boleh diatasi dengan menggunakan kaedah dan kemahiran tertentu. Rawatan kaunseling kelompok telah digunakan oleh penulis buku “Kaunseling Kelompok Berstruktur. Pengurangan Kebimbangan Sosial”, Wan Kader Wan Ahmad dalam merawat kebimbangan sosial dikalangan pelajar di institusi pengajian tinggi. Wan Kader Wan Ahmad, seorang pensyarah di Universiti Kebangsaan Malaysia telah mengubahsuai tesis ijazah Doktor Falsafahnya (PhD) dan menerbitkan hasil kajiannya berdasarkan kaedah kaunseling kelompok dalam merawat kebimbangan sosial ke dalam bentuk buku. Secara umumnya, buku terbitan Dewan Bahasa dan Pustaka tahun 1994 ini memberi tumpuan kepada rawatan kaunseling kelompok terhadap klien yang menghadapi kebimbangan sosial seperti

berucap, berinteraksi dan bersosial. Model kaunseling kelompok yang digunakan ialah gabungan pendekatan kognitif dan fenomenologi dan model ini didapati berkesan dalam mengurangkan kebimbangan sosial yang dialami oleh subjek kajiannya.

Usaha pengarang menulis buku ini adalah satu usaha yang baik. Disamping dapat membantu mengurangkan kebimbangan sosial, buku ini dapat menambah koleksi penerbitan dalam bidang kaunseling terutama dalam menyahut ketandusan terbitan buku-buku berbahasa Melayu. Penulisan buku ini juga menyaksikan hasil penyelidikan dimanifestasikan dalam bentuk karya penulisan. Usaha ini perlu di teruskan oleh penyelidikan-penyelidikan yang lain memandangkan Hansen (2000) menjelaskan tidak ramai pelajar pasca-siswazah yang telah menjalankan penyelidikan dan berjaya menamatkan pengajian mereka yang berminat untuk menerbitkan hasil kajian mereka sama ada dalam jurnal atau pun buku. Beliau berpandangan adalah merugikan jika hasil dapatan kajian pelajar ini tidak disebarikan untuk menjadi tatapan pembaca.

Buku ini dapat menjadi rujukan pelajar dipelbagai peringkat dalam usaha mengurangkan kebimbangan seperti bercakap di khalayak ramai dan berinteraksi dengan baik. Buku ini juga sesuai digunakan sebagai bahan rujukan pelajar yang mengambil bidang kaunseling terutamanya pelajar yang mengambil subjek kaunseling kelompok di istinas pengajian tinggi. Serba sedikit ia boleh menjadi rujukan kepada

para penyelidik yang ingin menjalankan kajian yang berbentuk eksperimen. Bahasa yang digunakan mudah, tepat dan bersesuaian dengan tema yang ingin dibawa. Walaupun buku ini banyak menggunakan istilah dalam bidang kaunseling, namun ia mudah difahami oleh pembaca yang bukan dari latarbelakang kaunseling. Pengarang juga mengharapkan bukunya dapat dijadikan sebagai satu katalis bagi kaunselor kelompok lain untuk mengkaji dengan lebih mendalam berhubung kaunseling kelompok. Ini adalah kerana ilmu berkaitan dengan kaunseling kelompok perlu disebarkan kepada masyarakat umum dan kaunselor profesional khususnya. Dari segi praktik dan applikasi pula, Pusat Kaunseling di setiap universiti boleh menawarkan program pengurangan kebimbangan sosial kepada pelajar-pelajar yang memulakan pengajian di pusat pengajian tinggi.

Buku ini bersesuaian menjadi sumber rujukan memandangkan tidak banyak buku yang menerangkan dengan teliti kaedah menjalankan kajian yang berbentuk *outcome*. Kajian ini yang menggunakan reka bentuk pra-ujian dan pos-ujian kelompok rawatan 1 dan kelompok rawatan 2 dapat menjelaskan kaedah eksperimen yang dijalankan dengan baik sekali. Sekurang-kurangnya ini dapat menyahut dakwaan Heppner et al (1999) yang mengatakan kaunselor tidak berminat melakukan kajian yang berbentuk *outcome*. Penyelidikan berbentuk *outcome* bertujuan untuk menjawab persoalan keberkesanan sesuatu rawatan. Kebanyakan kajian yang dijalankan di negara ini hanya terhad kepada kajian berbentuk *kuantitatif*. Antara punca terhadnya kajian berbentuk eksperimen dalam bidang kaunseling ialah terdapat tanggapan bahawa ahli

terapi/kaunselor bukan sahaja tidak berminat untuk menjalankan penyelidikan malah mereka mempunyai tanggapan negatif terhadap penyelidikan. (Watkins & Schneider, 1991). Williams & Irving (1999) menyokong andaian ini dengan mengatakan ramai kaunselor yang menganggap menjalankan penyelidikan adalah sebagai anti-sains dan tidak bersesuaian dengan proses kaunseling. Keberkesanan kaunseling dikatakan tidak boleh diukur melalui mana-mana kaedah penyelidikan.

Buku ini mengandungi 8 bab yang mana setiap bab mempunyai topiknya tersendiri. Secara umumnya, buku ini menulis keberkesanan intervensi kaunseling kelompok dalam menangani kebimbangan sosial remaja khususnya pelajar di institusi pengajian tinggi. Intervensi yang digunakan adalah gabungan pendekatan kognitif dan fenomenologi. Bab 2 buku ini menjelaskan teori kebimbangan sosial. Antara teori kebimbangan sosial yang dibincangkan ialah teori kebimbangan Psikoanalisa Freud, teori kebimbangan Psikoanalisis Rank, teori kebimbangan tingkah laku dan teori kebimbangan klasik. Tajuk dalam bab 3 pula berfokus kepada definisi, matlamat dan tahap dalam kaunseling kelompok. Antara kaunseling kelompok yang dibincangkan ialah tahap-tahap kaunseling kelompok pendekatan Rogers, model fasilitatif Carkhuff dan model latihan inokulasi ketegangan. Pengarang juga membicarakan kajian-kajian lepas terhadap kebimbangan sosial seperti intervensi pendekatan tingkah laku kognitif dan pendekatan pelbagai pengurangan kebimbangan. Bab 5 pula menjelaskan dengan terperinci kaedah yang digunakan oleh pengarang dalam kajian manakala

keputusan hasil kajian diperbincangkan secara terperinci dalam bab 6. Bab 7 adalah bahagian perbincangan hasil keputusan dan bahagian 8 pula adalah bahagian penutup.

Bab terakhir menerangkan implikasi dan sumbangan kajian dalam bidang kaunseling. Pengarang juga menerangkan masalah-masalah yang dihadapi semasa menjalankan kajian dan memberikan saranan penyelidikan masa hadapan dengan mengambil kira beberapa limitasi. Antara saranan yang dicadangkan ialah membuat ujian susulan dalam usaha memastikan keberkesanan kaunseling adalah berpanjangan. Berdasarkan kajian yang dilakukan, didapati kebimbangan sosial boleh dirawati secara berkesan dengan menggunakan model kaunseling kelompok berstruktur pengurangan kebimbangan sosial .

Secara keseluruhan, buku "Kaunseling Kelompok Berstruktur. Pengurangan Kebimbangan Sosial" ini dapat memperkayakan khazanah ilmu pengetahuan terutama dalam bidang kaunseling. Selain dari menjadi sumber kepada pelajar bidang kaunseling yang ingin mengetahui lebih mendalam mengenai kaunseling kelompok, teori-teori kebimbangan sosial dan juga kaedah eksperimen, buku ini boleh menjadi sumber rujukan dan tatapan masyarakat umum yang ingin mengurangkan masalah kebimbangan berkomunikasi, berinteraksi dan berucap di khalayak ramai. Seharusnya usaha pengarang dalam menerbitkan hasil kajiannya yang bermutu dalam bentuk ini perlu dijadikan contoh oleh pengkaji-pengkaji lain. Usaha pengarang ini juga akan sekurang-kurangnya berjaya memertabatkan keprofesionalisme bidang

kaunseling apabila kajiannya yang berbentuk eksperimen telah dapat mengukur keberkesanan kaunseling dalam pengurangan kebimbangan sosial.

Rujukan

Clarke,S.C (1987). An Ounch of practice is worth a pound of theory. *British Counselling Psychotherapy*. 2 (15).

Hansen, J.C (1993). The Ultimate Closure. Publishing Your Dissertation. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*. 26(3).

Heppner, P.P, Kivlighan,D.M. & Wampold, B.E. (1999). *Research Design In Counselling*. USA. Wadsworth Publishing Company.

Watkins, C.E & Schneider, C.J. (1991). *Research in Counselling*. Hillsdale. N.J Erlbaum.

Williams,D.I & Irving J.A (1977). Why are therapist indifferent to research. *British Journal of Guidance & Counselling*, 27. 367.