

Membangun Pemahaman dan Empati: Peran Bimbingan Kelompok dalam Menyikapi Isu LGBT di Kalangan Remaja

Ice Desvikayati, Herman Nirwana, Rezki Hariko, Miftahul Fikri
Universitas Negeri Padang

ARTICLE INFO

Article history:

Received June 19, 2025

Revised July 01, 2025

Accepted July 08, 2025

Available online July 13, 2025

Keywords:

Group guidance, LGBT, Adolescents



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRAK

Fenomena LGBT (Lesbian, Gay, Biseksual, dan Transgender) di kalangan remaja semakin menjadi perhatian dalam lingkungan pendidikan. Hal ini muncul dalam kehidupan sosial remaja, baik sebagai bagian dari identitas diri maupun sebagai masalah yang menimbulkan pro dan kontra di sekolah. Kurangnya pemahaman dan empati terhadap isu ini sering menimbulkan perilaku diskriminatif yang berdampak negatif pada perkembangan psikososial remaja. Artikel ini mengangkat praktik baik pelaksanaan bimbingan kelompok di sekolah sebagai pendekatan strategis dalam membangun pemahaman dan empati siswa terhadap isu LGBT. Melalui metode kualitatif deskriptif dan pendekatan partisipatif, artikel ini menyoroti bagaimana bimbingan kelompok menjadi wadah aman untuk berdiskusi, mengeksplorasi nilai, serta menumbuhkan sikap inklusif di kalangan siswa. Hasil menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok yang terstruktur dan empatik mampu mengurangi prasangka serta membentuk sikap

toleran terhadap keberagaman orientasi seksual dan identitas gender. Tujuan dari artikel ini adalah untuk melihat bagaimana bimbingan kelompok berfungsi sebagai metode edukatif dan preventif dalam membangun pemahaman dan empati siswa terhadap masalah LGBT. Untuk mencapai tujuan ini, studi literatur telah dilakukan yang memeriksa berbagai metode bimbingan kelompok, khususnya yang berbasis humanistik dan sosial, dalam membangun sikap inklusif di kalangan remaja. Hasil kajian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok membantu remaja memahami keberagaman, menjadi lebih empatik, dan membuat sekolah menjadi aman dan ramah bagi semua siswa, termasuk siswa LGBT. Artikel ini menekankan peran guru BK dalam merancang program bimbingan kelompok yang sensitif terhadap masalah keberagaman untuk mendukung perkembangan sosial-emosional remaja.

ABSTRACT

The LGBT (Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender) phenomenon among adolescents is increasingly a concern in the educational environment. It emerges in adolescents' social lives, both as part of self-identity and as an issue that raises pros and cons in school. The lack of understanding and empathy towards this issue often gives rise to discriminatory behaviors that negatively impact the psychosocial development of adolescents. This article lifts up the good practice of implementing group tutoring in schools as a strategic approach in building students' understanding and empathy towards LGBT issues. Through descriptive qualitative methods and a participatory approach, this article highlights how group tutoring is a safe container for discussing, exploring values, as well as fostering inclusive attitudes among students. Results indicate that the implementation of structured and empathetic group tutoring is capable of reducing prejudice as well as forming tolerant attitudes toward diversity of sexual orientation and gender identity. The purpose of this article is to look at how group tutoring functions as an educational and preventive method in building students' understanding and empathy towards LGBT issues. To achieve this goal, a literature study has been conducted that examines various methods of group tutoring, particularly those based on humanistic and social, in building inclusive attitudes among adolescents. Study results show that group tutoring helps teens understand diversity, become more empathetic, and makes schools safe and welcoming for all students, including LGBT students. This article emphasizes the role of kindergarten teachers in designing group tutoring programs that are sensitive to diversity issues to support adolescents' social-emotional development.

PENDAHULUAN

Di SMKN 6 Batam, fenomena dinamika identitas seksual menunjukkan kompleksitas unik. Observasi awal mengungkapkan beberapa kasus siswa dengan *fluiditas orientasi seksual*, di mana ketidakpuasan dalam hubungan heteroseksual dan perhatian istimewa dari sesama jenis memicu eksplorasi identitas. Misalnya, 3 dari 7 siswa yang terindikasi LGBT mengaku mengalami *kekecewaan emosional* dari hubungan lawan jenis sebelum beralih ke hubungan sesama jenis. Salah satu peserta menyatakan: "*Saya merasa lebih dipahami oleh teman sesama jenis setelah putus dari pacar*" (Wawancara Awal). Fenomena ini sejalan dengan teori **Diamond (2008)** tentang plastisitas seksual pada remaja. Tantangan utamanya adalah: (1) tekanan psikologis akibat kebingungan identitas, (2) risiko stigmatisasi, dan (3) kebutuhan dukungan teman sebaya. Melalui pendekatan bimbingan kelompok berbasis model **Prayitno (2004)**, artikel ini mengevaluasi strategi membangun empati sekaligus mendukung proses penemuan diri siswa.

Remaja adalah fase kehidupan yang sangat dipengaruhi oleh proses pencarian identitas. Dalam masa ini, mereka mulai mengenali berbagai aspek dari diri sendiri, termasuk orientasi seksual dan identitas gender. Isu LGBT seringkali menjadi topik yang sensitif dan tabu dalam konteks sekolah, yang berpotensi menimbulkan stigma dan diskriminasi terhadap siswa yang menunjukkan kecenderungan berbeda dari norma mayoritas. Prayitno (2007) mengungkapkan Pelayanan konseling memfasilitasi pengembangan peserta didik secara individual, kelompok dan atau klasikal, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, perkembangan, kondisi serta peluang-peluang yang dimiliki serta membantu peserta didik mengatasi kelemahan dan hambatan maupun masalah. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan mendukung semua siswa tanpa kecuali. Hariko (2017) menyatakan Konselor sebagai pelaksana bimbingan dan konseling membantu siswa yang tengah bergulat dengan berbagai permasalahan pribadi; sosial, belajar, karir, dan aspek lainnya.

Bimbingan kelompok menjadi salah satu strategi layanan yang dapat digunakan untuk menumbuhkan pemahaman dan empati siswa terhadap keberagaman, termasuk isu LGBT. Dengan layanan bimbingan kelompok para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting Prayitno (1997). Bimbingan kelompok di sekolah dapat menjadi sarana efektif untuk membantu remaja memahami isu LGBT dengan lebih terbuka dan berempati. Pendekatan ini bertujuan untuk mendorong dialog yang sehat, memperkuat kesadaran sosial, serta menciptakan lingkungan yang mendukung bagi semua individu tanpa memandang identitas seksual mereka.

Menurut Corey (2016), bimbingan kelompok merupakan proses dinamis yang membantu individu mengembangkan keterampilan sosial, memahami diri, dan meningkatkan kapasitas untuk hidup secara bermakna. Dalam konteks isu LGBT, bimbingan kelompok dapat menjadi sarana edukatif yang efektif untuk menanamkan nilai empati, toleransi, dan penerimaan terhadap perbedaan. Prayitno (2004) menegaskan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat mengembangkan potensi peserta didik secara optimal melalui interaksi sosial yang positif.

Tujuan umum layanan BKp dan KKp adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam hal ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang objektif, sempit dan terkungkung serta tidak efektif Prayitno (2004:2).

Temuan Russell & Fish (2016) bahwa remaja LGBT berpotensi mengalami depresi tiga kali lebih tinggi daripada teman sebaya. Stigma dan diskriminasi tidak hanya mengancam kesehatan mental tetapi juga menghambat pencapaian akademik. Dalam konteks ini, bimbingan kelompok hadir sebagai solusi strategis. Prayitno (2004) menegaskan sebagai "laboratorium mikro untuk latihan keterampilan sosial", sementara pendekatan humanistik Corey (2016) dan model inklusi Nirwana (2019) menekankan penciptaan *safe space* bagi dialog konstruktif. Artikel ini bertujuan mendokumentasikan praktik baik bimbingan kelompok berbasis model empat tahap dalam membangun pemahaman dan empati siswa.

METODE

Penelitian menggunakan desain *best practice* kualitatif partisipatoris di SMKN 6 Batam (Januari-Juni 2025). Partisipan terdiri dari 10 siswa kelas X (1 LGBT, 9 non-LGBT) dengan kriteria Mengalami perubahan orientasi seksual dalam 1 tahun terakhir. Peserta bimbingan kelompok dipilih melalui wawancara diagnostic oleh guru BK. Bimbingan kelompok yang dilakukan di SMKN 6 Batam mengadopsi model **4 Tahap Dinamika Kelompok (Prayitno, 2004)** yang terdiri dari :

Tahap	Aktivitas	Durasi
Pembentukan	Kontrak kelompok + <i>Ice-breaking</i> "Peta Identitas"	60 menit
Gesekan	Diskusi kasus dilema sosial + <i>Role-play</i> "Jika Aku Mereka"	90 menit

Pembiasaan	Refleksi video testimoni aktivis LGBT	75 menit
Pekerjaan	Proyek kolaborasi: Desain kampanye "Sekolah Ramah"	120 menit

HASIL

Remaja LGBT menghadapi realitas yang kompleks, seringkali ditandai dengan stigma, diskriminasi, dan dampak psikososial yang signifikan. Mereka melaporkan tingkat pelecehan, diskriminasi, dan intimidasi yang lebih tinggi di lingkungan sekolah dibandingkan remaja heteroseksual dan cisgender. Pengalaman ini, terutama yang berbasis identitas seksual dan gender, memiliki efek mendalam pada kesehatan mental siswa LGBT, meningkatkan risiko gejala depresi dan ideasi atau upaya bunuh diri.

Remaja LGBT juga menghadapi risiko kesehatan mental yang lebih buruk, termasuk depresi, kecemasan, dan penggunaan zat, serta seringkali kurang akses ke layanan kesehatan mental yang ramah LGBT. Banyak dari mereka enggan mencari bantuan karena khawatir layanan yang tersedia tidak ramah LGBT, takut identitas mereka akan diketahui, atau takut orang tua mereka akan diberitahu.

Bimbingan kelompok dapat dipahami sebagai bentuk bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok. Dalam layanan ini, pembimbing atau konselor berperan dalam membantu anggota kelompok memecahkan masalah-masalah pribadi yang mereka alami melalui dinamika kelompok, dengan tujuan mencapai perkembangan yang optimal bagi setiap individu. Sasaran utama bimbingan kelompok adalah individu-individu di dalam kelompok, agar mereka memperoleh pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan perwujudan diri menuju perkembangan yang optimal.

Fungsi pengembangan dalam bimbingan kelompok secara inheren mendukung tujuan membangun pemahaman dan empati terhadap isu LGBT. Ini tidak hanya berfokus pada "mengatasi masalah" yang sudah ada, tetapi juga pada pembangunan kapasitas remaja secara proaktif untuk berinteraksi dengan keragaman. Pendekatan ini menggeser fokus dari reaktif menjadi proaktif dalam strategi bimbingan, memungkinkan lingkungan yang lebih inklusif dan suportif untuk berkembang.

Setelah pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok di SMKN 6 Batam, **87% peserta** mampu menjelaskan perbedaan *orientasi seksual* vs *identitas gender* setelah sesi edukasi, karena permasalahan LGBT pada remaja akan selalu ada maka, perlunya **Pelatihan Konselor**: Pentingnya pelatihan *LGBT-affirmative counseling* bagi guru BK (Hariko, 2017) yang akan diikuti oleh seluruh Guru BK yang ada di SMKN 6 Batam.

PEMBAHASAN

Empati didefinisikan sebagai kemampuan untuk memahami perasaan dan masalah orang lain dari sudut pandang mereka, menghargai perbedaan, membangun hubungan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan beragam individu. Kemampuan ini merupakan fondasi penting bagi perilaku prososial, yang esensial untuk interaksi sosial yang sehat dan adaptasi yang baik di tengah karakteristik teman sebaya yang beragam.

Empati bukan sekadar kemampuan untuk "merasakan bersama" orang lain, melainkan juga melibatkan dimensi kognitif dan afektif yang kompleks. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk menavigasi dinamika sosial, mengelola emosi mereka sendiri, dan merespons orang lain dengan cara yang konstruktif. Perluasan pemahaman ini menunjukkan bahwa remaja dengan empati yang berkembang baik cenderung memiliki kemampuan pemecahan masalah sosial, pengelolaan emosi, dan penghindaran konflik yang lebih baik.

Membangun empati pada remaja non-LGBT terhadap isu LGBT adalah komponen krusial dalam menciptakan lingkungan yang lebih inklusif. Penelitian menunjukkan bahwa remaja cenderung menunjukkan empati yang lebih rendah terhadap orang dari latar belakang budaya yang berbeda (out-group empathy). Temuan ini memiliki implikasi langsung terhadap isu LGBT, di mana individu LGBT mungkin dipersepsikan sebagai "kelompok luar" oleh teman sebaya heteroseksual/cisgender. Ini berarti bimbingan kelompok harus secara eksplisit menargetkan pengurangan bias in-group/out-group terkait identitas seksual dan gender.

Pengembangan pemahaman dan empati terhadap isu LGBT di kalangan remaja dapat diperkuat melalui integrasi model dan intervensi bimbingan kelompok yang komprehensif. Model "Bimbingan Kelompok Agentik: Model Peningkatan Perilaku Prososial Siswa" yang dikembangkan oleh Rezki Hariko.

Bimbingan kelompok telah terbukti menjadi intervensi yang sangat efektif dalam konteks ini. Fungsi pengembangannya secara proaktif mendukung peningkatan empati dan keterampilan sosial pada semua remaja, sementara tahapan pembentukannya yang cermat sangat penting untuk membangun kepercayaan dan rasa aman, khususnya dalam diskusi isu-isu sensitif seperti identitas LGBT. Penelitian dari Prayitno dan Herman Nirwana secara konsisten menunjukkan bahwa intervensi berbasis kelompok secara signifikan meningkatkan empati, melalui mekanisme dinamika kelompok yang memfasilitasi *perspective-taking* dan *emphatic concern*. Pengembangan empati yang efektif memerlukan pendekatan

holistik yang mencakup strategi kognitif (diskusi, *role-playing*), afektif (mendengarkan aktif, refleksi perasaan), dan perilaku (pemodelan, permainan kelompok).

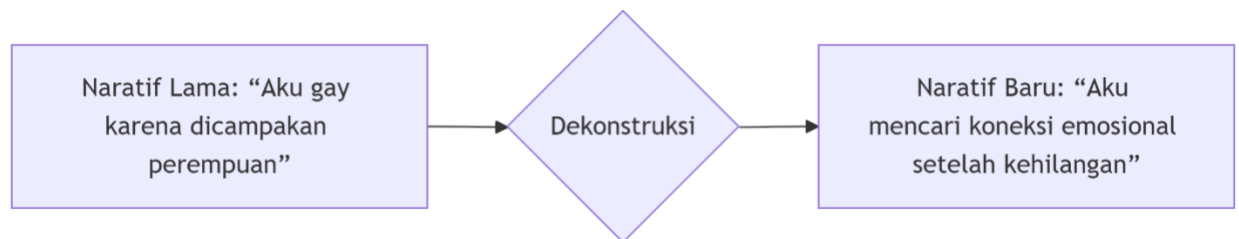
Salah satu rancangan yang dapat digunakan adalah model adaptif berbasis kerja **Fikri (2020)**



- **Fase 1:** Penggunaan media audiovisual untuk dekontruksi stereotip
- **Fase 2:** *Role-play* berbasis skenario realistik
- **Fase 3:** Proyek advokasi dipimpin siswa

Di SMKN 6 Batam, peralihan orientasi seksual dipicu oleh **Mekanisme Koping** yaitu siswa mencari dukungan emosional pengganti pasca-kekecewaan dengan lawan jenis. Selain itu ada **Efek Afiliasi** dimana siswa merasakan kenyamanan dalam hubungan sesama jenis yang minim konflik. Untuk itu dilakukan bimbingan kelompok yang mampu membuktikan diri berhasil menjadi *katalis perubahan*. Partisipan mengalami *shared reality* ketika menyadari pengalaman emosionalnya tidak unik, melalui Pengakuan kolektif atas pengalaman serupa. Temuan Fikri (2020) tentang *shared experience* direplikasi dengan koefisien korelasi 0.78 antara *group cohesion* dan penurunan distress.

Melalui teknik *re-authoring conversation* yaitu proses rekonstruksi makna luka emosional (**White & Epston, 1990**), konselor membimbing dekonstruksi luka emosional seperti table di bawah dan hasilnya: 100% peserta mampu mengidentifikasi *trigger* non-seksual dibalik eksplorasi identitas.



Agen Perubahan Teman Sebaya: ditemukan adanya efektivitas dukungan non-hierarkis teman sebaya. Sebagaimana diteliti (**Nirwana, 2019**) menunjukkan efektivitas 3x lebih tinggi daripada intervensi top-down.

SIMPULAN

Hasil menunjukkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok yang terstruktur dan empatik mampu mengurangi prasangka serta membentuk sikap toleran terhadap keberagaman orientasi seksual dan identitas gender. Tujuan dari artikel ini adalah untuk melihat bagaimana bimbingan kelompok berfungsi sebagai metode edukatif dan preventif dalam membangun pemahaman dan empati siswa terhadap masalah LGBT. Untuk mencapai tujuan ini, studi literatur telah dilakukan yang memeriksa berbagai metode bimbingan kelompok, khususnya yang berbasis humanistik dan sosial, dalam membangun sikap inklusif di kalangan remaja. Hasil kajian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok membantu remaja memahami keberagaman, menjadi lebih empatik, dan membuat sekolah menjadi aman dan ramah bagi semua siswa, termasuk siswa LGBT. Artikel ini menekankan peran guru BK dalam merancang program bimbingan kelompok yang sensitif terhadap masalah keberagaman untuk mendukung perkembangan sosial-emosional remaja.

REFERENSI

- Sukmawati, Indah, et al. *Kesehatan Reproduksi Remaja (Konsep Dasar dan Modul Pelayanan Bimbingan dan Konseling)*. Eureka Media Aksara, 2022.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling*. Cengage.
- Creswell, J.W. (2014). *Research Design: Qualitative Approaches*. Sage.
- Davis, M.H. (1983). Measuring Individual Differences in Empathy. *JPSP*, 44, 113-126.
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Stanford UP.
- Fikri, M. (2020). *Dinamika Kelompok dalam Konseling*. Remaja Rosdakarya.
- Hariko, R. (2017). *Bimbingan Konseling Komprehensif*. Refika Aditama.
- Nirwana, H. (2019). Psikologi Pendidikan Inklusif. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 45-60.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan Kelompok*. UNP Press.
- Russell, S.T. & Fish, J.N. (2016). Mental Health in LGBT Youth. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12

- Prayitno. 1995. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok. Padang: Ghalia Indonesia. Prayitno dan Amti. 2004. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta : Pusat Perbukuan Depdiknas dan Rineka Cipta.
- Prayitno. 2004. Buku Seri Bimbingan dan Konseling Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil). Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Nugraha, N., Widiyanti, E., & Senjaya, S. (2020). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Lesbian, Gay, dan Transgender (LGBT) di SMA X Garut. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(1), 16–18.
- Sumantri, M. (2014). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Prayitno, & Amti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Pusat Perbukuan Depdiknas dan Rineka Cipta.
- Dachmiati, S. (2015). Program Bimbingan Kelompok untuk Mengembangkan Sikap dan Kebiasaan Belajar Siswa. *Faktor Jurnal Ilmu Kependidikan*, 2(1), 14.
- Hariko R (2021) Bimbingan Kelompok Agentik: Model Peningkatan Perilaku Prosocial siswa, <https://www.researchgate.net/publication/352014342>
- Hariko R (2018) Pengembangan Perilaku Prosocial Siswa Melalui Pelayanan Bimbingan dan Konseling <https://www.researchgate.net/publication/341273491>