

4	<p><i>Treatment</i> atau terapi. Proses pemberian bantuan terhadap konseli berdasarkan prognosis. Adapun terapi yang digunakan adaah terapi Gestalt</p>	<p>a) Tahap Pertama (<i>the beginning phase</i>) Pada tahap ini konselor menggunakan metode fenomologi untuk meningkatkan kesadaran konseli, menciptakan hubungan dialogis, mendorong keberfungsian konseli secara sehat dan menstimulasi konseli untuk mengembangkan dukungan pribadi (<i>personal support</i>) dan lingkungannya. Konselor pada tahap pertama, berusaha bersikap menyenangkan, terbuka, dan menggunakan cara bahasa yg sesuai dengan konseli, diharapkan konseli dapat mudah terbuka, dan masalah mudah tertasi. Assalamu'alaikum, bagaimana kabar hari ini? Wa'alaikumsalam, baik kak. Saya perhatikan kamu, kelihatannya galau akhir-akhir ini, mikirin apa, dan ada apa? Tidak ada apa-apa kok kak, memang kakak tau dari mana? Dibilangin tidak percaya, saya itu tidak mikir apa-apa dan tidak ada apa-apa, memang kakak tau dari mana? Ya sudah saya minta maaf, kalok saya sudah kepo atau sok tau dan lancang, saya harap kamu percaya sama saya, dan kalau ada masalah cerita saja ke saya, anggap saja, saya ini sahabat dekatmu, saya kan jurusan BKI, dari setiap masalah itulah saya bisa belajar dan berproses untuk menjadi seorang konselor. Konseli terlihat masih merasa takut , masih belum percaya dan bingung terhadap konselor, tersimpan wajah sedih dimukanya, namun masih</p>
---	---	---

		<p>dan selalu optimis, berfikir positif selalu.</p> <p>Persaan: Sedih dan depresinya sudah mulai hilang, dan berusaha optimis selalu.</p> <p>Fikiran: Sudah mulai bisa berfikiran positif dan mengambil langkah yang terbaik untuk dirinya di masa sekarang dan di masa depan.</p> <p>e) Tahap ke Lima (<i>ending</i>)</p> <p>Pada tahap ini konseli siap untuk memulai kehidupannya secara mandiri, tanpa supervisi konselor.</p> <p>Setelah beberapa tahap di lalui konselor merasa senang dengan perubahan yang signifikan terhadap konseli, Alhamdulillah konseli sekarang semakin bersemangat, dan sering ikut kompetisi pencak silat di tingkat kota, kabupaten, dan Jawa Timur dan mendapatkan juara dan orang tua konseli memberi semangat dan mengapresiasi apa yang di cita-citakan oleh konseli.</p>
5	<p><i>Follow Up</i> atau tindak lanjut.</p> <p>Langkah ini untuk mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil setelah dilakukan beberapa pertemuan dari proses konseling.</p>	<p>Melihat perubahan pada konseli setelah diakukannya proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi Gestalt.</p> <p>Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam kegiatan ini antara lain :</p> <p>Memberikan motivasi pada konseli agar bisa menghilangkan rasa depresinya, dan semangat menjalani hidup.</p> <p>Alhamdulillah keadaan konseli sekarang ini menjadi semakin tangguh dan kuat untuk menghadapi masalahnya dan menjalani kehidupan sehari-hari.</p>

Berdasarkan tabel diatas bahwa analisis proses pelaksanaan terapi Gestalt untuk menangani seorang siswi depresi akibat perbedaan cita-cita dengan orang tua di SMAT Nurul Huda Surabaya yang meliputi tahap identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi dan tindak lanjut. Dalam paparan teori pada langkah identifikasi masalah, yakni langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada konseli. Melihat gejala-gejala yang ada di lapangan maka konselor disini menetapkan bahwa masalah yang dihadapi konseli mengalami depresi akibat perbedaan cita-cita dengan orang tua. Pemberian treatment disini digunakan untuk memperbaiki perilaku konseli pada dirinya sendiri, serta menyadarkan konseli bahwasannya perilakunya tersebut merupakan perilaku yang tidak baik untuk dilakukan karena bisa menghambat perkembangannya menjadi anak/siswa yang mandiri. Untuk itulah konselor disini hanya bisa mengupayakan bantuan secara maksimal, yakni melakukan proses konseling upaya memperbaiki perilaku negatif konseli dengan menggunakan tehnik-tehnik yang ada pada terapi Gestalt.

Maka berdasarkan perbandingan antara data dari teori dan lapangan pada saat proses bimbingan konseling ini diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses bimbingan dan konseling islam.

B. Analisis Data Hasil Pelaksanaan Terapi Gestalt Untuk Menangani Seorang Siswi Depresi Akibat Perbedaan Cita-cita Dengan Orang Tua di SMAT Nurul Huda Surabaya

Analisis hasil setelah mendapatkan Bimbingan dan Konseling Islam, yaitu terjadinya perubahan pada perilaku konseli. Dapat diketahui bahwa adanya perkembangan atau perubahan pada diri konseli, yaitu:

- 1) Ayah dan ibu sekarang sudah tidak atau jarang bertengkar, semenjak ayah pergi merantau
- 2) NU sedikit demi sedikit sudah mulai menerima kehendak orangtua namun tanpa menghilangkan kehendak yang ada pada dirinya
- 3) Rindu ayah , bila kangen ayah sekarang aku bisa telfon, karena sudah boleh pegang handphone meski masih dibatasi
- 4) Masalah adaptasi di lingkungan sekitar saat ini yang berbeda, Alhamdulillah sedikit demi sedikit sekarang sudah mulai menerima dan mulai beradaptasi dengan lingkungan sekitar
- 5) Sering update status di Facebook tentang depresinya, Alhamdulillah mulai sekarang saya berusaha meminimalisir abdet status tentang galauku di Facebook.
- 6) Depresi yang mendalam, karena merasa cita-citanya dan kehendaknya bertentangan dengan orang tua, Alhamdulillah setelah mendapat bimbingan dari kakak, saya mulai bisa berfikir dan sadar, bagaimana menyikapi ini, biar yang sudah ya sudah, sekarang saya jalani saja dan kalau ada kesempatan dan waktu saya maju.

- 7) Jarang marah-marah dengan orang tuanya.
- 8) Sering Sedih dan Menangis, Alhamdulillah sudah jarang nangis, sedih, dan sakit.
- 9) Masih punya dendam dengan orang tua, setelah saya mendapat bimbingan dari kakak, tentang BKI dan terapi Gestalt, saya sudah mulai sadar dengan sikap saya terhadap orang tua
- 10) Dimarahin ibu malah membantah, sekarang kalau dimarahin diam, berfikir, dan menghindari pertengkaran dengan ibuk.
- 11) NU merasa putus asa dan takut untuk melangkah ke depan takut gagal, mulai sekarang aku tidak takut melangkah, dan berjanji tidak akan putus asa sedikit pun.
- 12) Konseli mampu bertanggung jawab bagi dirinya sendiri, dan orang tua konseli memberi semangat dan mengapresiasi apa yang di cita-citakan oleh konseli.

