

## BAB II

### TINJAUAN TEORITIK

#### A. Bimbingan dan Konseling Islam

##### 1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan konseling secara etimologi dari kata guidance “*guide*” yang diartikan sebagai berikut: menunjukkan jalan (*showing the way*), memimpin (*leading*), memberikan petunjuk (*giving instruction*), mengatur (*regulating*), mengarahkan (*governing*), dan memberikan nasehat (*giving advice*).<sup>1</sup>

Menurut Bimo Walgito dalam buku bimbingan dan konseling perkawinan. Bimbingan adalah “Bantuan kepada individu untuk mengembangkan kemampuannya dengan baik, serta individu dapat memecahkan masalahnya sendiri dan dapat mengadakan penyesuaian diri. Konseling adalah masalah yang akan dipecahkan bersama konselor dan klien secara face to face”.

Sedangkan menurut Sofyan S. Willis Bimbingan adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar ia mampu memahami dirinya dan dunianya, sehingga dengan demikian ia dapat memanfaatkan potensi-potensinya.<sup>2</sup>

Konseling menurut Husen adalah konseling secara mendasar dikembangkan atas dasar metode *vocational guidance* untuk membantu

---

<sup>1</sup> Thohirin , *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah, Berbasis Integral*, (Jakarta: Raja Persada), hal.16

<sup>2</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung Alfabeta, 2004),hal.14

individu secara tepat sesuai yang dibutuhkannya. Dengan demikian, kondeling dalam makna *helping relationship* dipandang suatu relasi yang terjadi antara dua pihak dimana salah satu mempunyai kehendak untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan, memperbaiki fungsinya dan kemampuan pihak lain untuk menghadapi dan menangani kehidupannya sendiri.<sup>3</sup>

Sedangkan konseling menurut Rogers dalam buku Namora Lumongga Lubis adalah sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (Klien), agar dapat menghadapi persoalan atau konflik yang dihadapi dengan lebih baik.

Disamping itu, Islam adalah agama yang diturunkan oleh Allah swt kepada hamba-hamba-Nya melalui para Rasul. Sebagai agama, Islam memuat seperangkat nilai yang menjadi acuan pemeluknya dalam berperilaku. Aktualisasi nilai yang benar dalam bentuk perilaku akan berimplikasi pada kehidupan yang positif, pahala dan surga, sedangkan praktik nilai yang salah akan berimplikasi pada kehidupan yang negatif, dosa dan neraka.<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Saiful Ahyar Lubis, *Konseling Islam* (Yogyakarta: eLSAQ press, 2007) hal 29

<sup>4</sup> Abdul Mujib, *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006) hal 1

Bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar ia mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.<sup>5</sup>

Dari definisi di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu secara terarah, continue dan sistematis agar ia dapat hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah swt dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadits Rasulullah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

## 2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling islam dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat”.

HM. Arifin menyatakan secara garis besar dari tujuan bimbingan dan konseling islam yaitu “untuk membantu pemecahan problema perseorangan dengan melalui keinginan. Dengan menggunakan pendekatan nilai-nilai dan konseling tersebut, klien diberi insight (kesadaran adanya hubungan sebab akibat dalam rangkaian problema- problema yang dialami) dalam pribadinya yang dihubungkan dengan nilai keimanannya yang mungkin pada saat telah lenyap dari dalam jiwa klien”.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. hal 4

<sup>6</sup> HM. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Dan Penyuluhan Agama Di Sekolah Dan Luar Sekolah*, (Jakarta : Bulan Bintang ), hal. 47

Adapun tujuan umumnya yaitu: untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal dengan tahap perkembangan sesuai dengan kemampuannya dengan berbagai latar belakang yang ada serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungan.<sup>7</sup>

Sedangkan tujuan secara khusus yaitu:

1. Agar individu dapat memahami dirinya, lingkungannya sehingga bisa hidup lebih efektif dan terhindar dari masalah.
  2. Membantu individu agar bisa mengatasi masalah yang sedang dihadapinya sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.
  3. Membantu individu agar bisa memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik tetap menjadi baik, sehingga tidak terjadi adanya sumber masalah bagi dirinya dan masyarakat.<sup>8</sup>
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam ditinjau dari kegunaan atau manfaat, ataupun keuntungan-keuntungan yang diperoleh melalui pelayanan tersebut. Fungsi-fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dikelompokkan menjadi empat, yaitu:<sup>9</sup>

- a) Fungsi pemahaman (Understanding Function)

Yaitu konseling yang menghasilkan pemahaman bagi konseli dari segi

<sup>7</sup> Prayitno Erman Ami, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT.Asdi Mahasatya, 1985), hal.114

<sup>8</sup> Thohari musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta, UII Press, 1992) hal 34

<sup>9</sup> Thohirin, *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan madrasah* (Jakarta: PT, Raja Grafindo persada, 2007) hal 46-49

psikologis baik fisik maupun intelegensi, lingkungan serta berbagai informasi yang dibutuhkan seperti karier, keluarga maupun agama.

b) Fungsi Pencegahan (preventif)

Yaitu membantu individu agar dapat berupaya aktif dalam melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah kejiwaan. Upaya ini meliputi pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan untuk mengantisipasi resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

c) Fungsi remedial atau rehabilitate

Yaitu konseling yang banyak memberikan penekanan pada fungsi remedial karena sangat dipengaruhi psikologi klinik dan psikiatri. Focus penekanan remedial adalah: penyesuaian diri, penyembuhan masalah psikologi yang dihadapi dan mengembalikan kesehatan mental serta mengatasi gangguan emosional

d) Fungsi edukatif (pengembangan atau developmental).

Yaitu berfokus pada membantu meningkatkan keterampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah hidup serta meningkatkan kemampuan menghadapi transisi kehidupan.<sup>10</sup>

e) Developmental Atau Pengembangan Bimbingan Konseling

Merupakan usaha untuk memelihara dan memperkembangkan potensi individu agar potensi tersebut dapat berkembang dengan baik. Untuk itu Bimbingan dan Konseling Islam berfungsi untuk memelihara dan

---

<sup>10</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* hal 217

mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap lebih baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan muncul masalah baru baginya.<sup>11</sup>

#### 4. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling islam

Ada beberapa unsur dalam Bimbingan dan Konseling Islam, antara lain:

##### 1. Konselor

Konselor adalah orang yang sedia dengan sepenuh hati membantu konseli dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pada keterampilan dan pengetahuan yang dimilikinya.<sup>12</sup>

Persyaratan menjadi konselor, antara lain:

- 1) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT
- 2) Sifat kepribadian yang baik, jujur, bertanggung jawab, sabar, ramah dan kreatif.
- 3) Mempunyai kemampuan, keterampilan dan keahlian (professional) serta berwawasan luas dalam bidang konseling.<sup>13</sup>

##### 2. Konseli

Konseli adalah orang yang perlu perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya dan membutuhkan bantuan dari pihak lain untuk memecahkannya, namun demikian keberhasilan dalam

<sup>11</sup> Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. Hal 37

<sup>12</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (malang, UMM press, 2008) hal 55

<sup>13</sup> Syamsu Yusuf, Juntika Nur Ihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung, Remaja Rosda Karya, 2006) Hal 80

menyelesaikan masalah tersebut sangat ditentukan oleh pribadi individu itu sendiri.

- a. Konseli harus bermotivasi kuat untuk mencari penyelesaian masalah yang dihadapi.
- b. Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul oleh konseli sendiri dalam mencari penyelesaian masalah dan melaksanakan apa yang diputuskan pada akhir konseling.
- c. Keberanian dan kemampuan untuk menyelesaikan masalahnya.<sup>14</sup>

### 3. Masalah

Dalam kamus psikologi, dikatakan bahwa masalah atau problem adalah situasi yang tidak pasti, merugikan dan sukar dipahami, masalah atau pernyataan yang memperlakukan pemecahan.<sup>15</sup>

Sedang menurut WS. Wingkel dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah”, masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.<sup>16</sup>

Masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang atau mempersulit usaha untuk mencapai tujuan, hal ini perlu ditangani atau

---

<sup>14</sup> WS Winkel, *Bimbingan dan Penyuluhan di Institute Pendidikan* (Jakarta, Grafindo 1991), hal 309

<sup>15</sup> Kartini Kartono dan Dani Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Pionir Jaya, 1987), hal. 375

<sup>16</sup> WS. Wingkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*, (Jakarta: Gramedia, 1989), hal. 12

dipecahkan oleh konselor bersama konseli, karena masalah bisa timbul oleh berbagai faktor atau bidang kehidupan, antara lain.<sup>17</sup>

- a. Bidang pernikahan dan keluarga
- b. Bidang pendidikan
- c. Bidang sosial
- d. Bidang pekerjaan (jabatan)
- e. Bidang keagamaan.

#### 5. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Di dalam Bimbingan dan Konseling Islam selalu mengacu terhadap asas-asas bimbingan yang diterapkan dalam penyelenggaraan dan berlandaskan dalam Al-Qur'an dan Hadits atau Sunnah Nabi. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam merupakan ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan pelayanan konseling.<sup>18</sup> Berdasarkan landasan-landasan tersebut dijabarkan asas-asas pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

- a. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Bimbingan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu konseli, yakni orang yang dibimbing mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap manusia, yakni kebahagiaan dunia

---

<sup>17</sup> Thohari Musnawar, *dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992) hal 41-42

<sup>18</sup> Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2011) hal 11

dan akhirat. Semua itu bisa tercapai karena bimbingan yang diberikan adalah berlandaskan ajaran agama Islam yang bisa menentramkan hati.

Kebahagiaan hidup di dunia bagi seorang muslim hanya kebahagiaan yang bersifat sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama. Sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan yang abadi.

Oleh karena itulah maka Islam mengajarkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara hidup keduniaan dan keakhiratan.

#### b. Asas Fitrah

Bimbingan konseling Islam merupakan bantuan kepada konseli untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, atau mengenal kembali fitrahnya tersebut manakala pernah “tersesat” serta menghayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya.

Manusia menurut Islam, dilahirkan dengan keadaan membawa fitrah, yaitu sebagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama islam. Bimbingan dan Konseling Islam membantu klien untuk mengenal dan memahami fitrahnya tersebut. Sehingga dengan demikian mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat karena bertingkah laku sesuai fitrahnya.

c. Asas Lillahi Ta'ala

Asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan pun dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena dan untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan kepada-Nya.

d. Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup betapapun tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Maka bimbingan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.

e. Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Manusia dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniah. Sehingga bimbingan konseling Islam memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah.

f. Asas Keseimbangan Ruhaniah

Dalam asas ini orang yang dibimbing diajak mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu

dipikirkan, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Konseli juga diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan rohaniyah potensialnya tersebut, bukan cuma mengikuti hawa nafsu semata.

g. Asas Kemaujudan Individu

Bimbingan konseling Islam memandang seseorang individu merupakan suatu maujud (eksistensi) tersendiri. Individu merupakan hak, perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai kosekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniyah. Artinya individu mampu merealisasikan dirinya secara optimal, termasuk dalam mengambil keputusan.

h. Asas Sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diakui dalam Bimbingan dan Konseling Islam. Pegaulan, cinta, kasih, rasa aman, penghhargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa ingin memiliki dan dimiliki, semua merupakan aspek-aspek yang diperhatikan dalam Bimbingan dan Konseling Islam, karena merupakan ciri harkiki manusia.

Dalam bimbingan konseling Islam, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu, hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula liberalism, dan masih pula ada hal “alam” yang harus dipenuhi manusia, begitu pula hak tuhan.

i. Asas Kekhalifahan Manusia

Manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. Di sinilah fungsi bimbingan konseling Islam, yaitu untuk mencapai kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

Kedudukan manusia sebagai khalifah itu dalam keseimbangan kedudukan sebagai makhluk Allah yang harus mengabdikan kepada-Nya. Dengan demikian, jika memiliki kedudukan tidak akan memperuntukkan hawa nafsu semata.

j. Asas Keselarasan dan Keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Sehingga dengan bimbingan konseling Islam, individu diajarkan agar mempunyai pikiran untuk berlaku adil

terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan juga hak Tuhan.

k. Asas Pembinaan Akhlaqul Karim

Disini bimbingan konseling memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik, seperti mulia, berlaku adil kepada semua orang, dan sebagainya.

l. Asas Kasih Sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan konseling Islam dilakukan dengan berlandaskan kasih dan sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah bimbingan konseling Islam akan berhasil.

m. Asas Saling Menghargai

Dalam bimbingan konseling Islam, kedudukan konselor dan konseli adalah sama atau sederajat, perbedaannya hanya terletak pada fungsinya, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu lagi menerima bantuan. Sehingga hubungan yang terjalin diantara kedua pihak adalah saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

n. Asas musyawarah

Bimbingan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara konselor dan konseli terjadi dialog yang baik, satu sama

lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

o. Asas Keahlian

Bimbingan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian di bidang tertentu, baik keahlian dalam metodologi, teknik-teknik bimbingan dan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan bimbingan dan konseling.<sup>19</sup>

## 6. Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

Terdapat beberapa prinsip dasar yang dipandang sebagai landasan bagi layanan bimbingan. Prinsip ini berasal dari konsep filosofi tentang kemanusiaan yang menjadi dasar bagi pemberian layanan bantuan atau bimbingan. Prinsip-prinsip tersebut antara lain:

### 1. Bimbingan diperuntukkan bagi semua individu.

Prinsip ini berarti bahwa bimbingan diperuntukkan bagi semua individu yang tidak bermasalah maupun yang bermasalah, baik pria maupun wanita, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa. Dalam hal ini pendekatan yang digunakan dalam bimbingan lebih bersifat preventif dan pengembangan daripada kuratif.

### 2. Bimbingan bersifat individualisasi

Setiap individu bersifat unik (berbeda satu sama lain) dan melalui

<sup>19</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta; LPPAI UII PRESS 2001)h. 21-35

bimbingan, individu dibantu untuk memaksimalkan keunikannya tersebut.

3. Bimbingan menekankan hal yang positif

Selama ini, bimbingan sering dipandang satu cara yang menekan aspirasi, namun sebenarnya bimbingan merupakan proses bantuan yang menekankan kekuatan dan kesuksesan, karena bimbingan merupakan cara untuk membangun pandangan yang positif terhadap diri sendiri

4. Bimbingan merupakan usaha bersama

Bimbingan bukan hanya tugas konselor tapi juga tugas guru dan kepala sekolah, jika dalam layanan bimbingan di sekolah, namun pada umumnya yang berperan tidak hanya konselor tapi juga klien dan pihak lain yang terkait.

5. Pengambilan keputusan merupakan hal yang esensial dalam bimbingan,

Bimbingan diarahkan klien agar dapat melakukan pilihan dan mengambil keputusan. Bimbingan mempunyai peranan untuk memberikan motivasi dan nasihat kepada klien, dan semua itu sangat penting dalam mengambil suatu keputusan. Kehidupan klien diarahkan oleh tujuannya dan bimbingan memfasilitasi klien untuk mempertimbangkan, menyesuaikan diri dan menyempurnakan tujuan melalui pengambilan keputusan yang tepat.

Kemampuan untuk mengambil pilihan secara tepat bukan kemampuan bawaan, tetapi kemampuan yang harus dikembangkan. Tujuan utama bimbingan adalah mengembangkan kemampuan klien untuk memecahkan

masalah dan mengambil keputusan.

#### 6. Bimbingan berlangsung dalam berbagai adegan kehidupan.

Pemberian layanan bimbingan tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga, perusahaan, industri, lembaga pemerintahan/swasta dan masyarakat pada umumnya.<sup>20</sup>

#### 7. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam Bimbingan Konseling Islam, ada beberapa langkah yang harus dilakukan, antara lain:

##### 1. Identifikasi Masalah

Yaitu langkah pengumpulan data dari berbagai sumber yang bertujuan untuk mengetahui kasus dan gejala-gejala yang nampak yang diperoleh melalui interview, observasi dan analisis data. Pada langkah ini, konselor mencatat semua kasus yang perlu mendapat bimbingan dan memilih kasus mana yang harus ditangani terlebih dahulu.

##### 2. Diagnosis

Yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi kasus beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan adalah mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data dengan cara wawancara terhadap klien, sahabat klien, dan juga warga sekitar klien tinggal,

---

<sup>20</sup> Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2008) hal 18

kemudian ditetapkan masalah yang dihadapi oleh klien serta latar belakang masalah keterasingan yang dialami klien.

### 3. Prognosis

Yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan dilaksanakan untuk membimbing, kasus ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis, dari diagnosis masalah bahwa klien mengalami keterasingan akibat dari perilaku klien yang dianggap lingkungan sekitar tidak baik, pasalnya klien sering mengajak pasangan lesbiannya ke kostnya dan diketahui olehh warga skitar, sehingga banyak dari warga sekitar yang menjahui klien akibat perilakunya tersebut.

Begitu pula dengan keterasingan klien terhadap teman-temannya, karena kebanyakan teman-teman klien menjahui klien akibat perilaku klien yang mudah turun tangan dan klien belum dapat mengendalikan emosinya, sehingga banyak dari teman-teman klien lebih memilih menjauh dari klien lantaran takut kepada klien.

### 4. Treatment

Langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan yang akan dilakukan pada saat proses konseling berlangsung, karena melihat fenomena kasus klien dan penyebab terjadinya klien menjadi seorang lesbi. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam prognosa.

### 5. Follow Up

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh manakah langkah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jelas.<sup>21</sup>

## **B. Rational Emotive Behavior Therapy.**

### 1. Pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

*Rational Emotive Behavior Therapy* adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan keterkaitan antara perasaan, tingkah laku, dan pikiran. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dikembangkan oleh albert ellis melalui beberapa tahapan. Pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berfikir irrasional yang salah satunya didapat melalui belajar social.<sup>22</sup> Pendekatan ini merupakan pengembangan dari behavioral. Pada proses konselingnya, REBT berfokus pada tingkah laku. Akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah diaibatkan pemikiran yangh irrasional, sehingga focus penanganan pada REBT adalah pemikiran individu. REBT adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pemikiran konseli agar membiarkan pemikiran

---

<sup>21</sup> Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV.ILMU, 1975), hal. 104-106

<sup>22</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, hal 364

irrasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi tingkah laku.<sup>23</sup>

## 2. Teori kepribadian A-B-C-D-E

Secara umum teori kepribadian ABCDE dapat dijelaskan pada table sebagai berikut:

**Tabel 2.1**

	Komponen	Proses
<b>A</b>	<b>Activity, or Action, or Agent</b> Hal-hal. Situasi, peristiwa yang mendahului atau menggerakkan individu	<b>External Event</b> Kejadian diluar atau disekitar individu.
<b>iB</b>  <b>rB</b>	<b>Irrational Beliefs</b> , yakni keyakinan-keyakinan irrasional atau tidak layak terhadap kejadian eksternal A  <b>Rational Beliefs</b> , yakni keyakinan-keyakinan rasional atau layak dan secara empiric mendukung kejadian eksternal A	<b>Self-Verbalization:</b> Terjadi dalam diri individu, yakni apa yang secara terus menerus ia katakan berhubungan dengan A terhadap dirinya.
<b>iC</b>  <b>rC</b>	<b>Irrational Consequences</b> , yaitu konsekuensi-konsekuensi irasional atau tidak layak yang berasal dari (A).  <b>Rational Consequences</b> , yakni konsekuensi-konsekuensi rasional atau layak yang dianggap berasal dari (rB=keyakinan yang rasional).	<b>Rational Beliefs</b> , yakni keyakinan-keyakinan yang rasional atau layak dan secara empirik mendukung kejadian-kejadian eksternal (A).
<b>D</b>	<b>Dispute irrational beliefs</b> , yakni keyakinan-keyakinan irrasional dalam diri individu saling bertantangan ( <i>disputing</i> ).	<b>Validate or invalidate self-verbalizations:</b> yakni suatu proses <i>self-</i>

<sup>23</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konselig*, (Jakarta, PT Indeks. 2011) hal 201-202

		<i>verbalization</i> dalam diri individu, apakah valid atau tidak.
<b>CE</b>	<b>Cognitive Effect of Disputing</b> , yakni efek kognitif yang terjadi dari pertentangan (disputing) dalam keyakinan-keyakinan irasional.	<b>Change Self-Verbalization</b> , terjadinya perubahan dalam verbalisasi daripada individu.
<b>BE</b>	<b>Behavioral Effect of Disputing</b> , yakni efek dalam perilaku yang terjadi dari pertentangan dalam keyakinan-keyakinan irasional di atas.	<b>Change Behaviour</b> , yakni terjadinya perubahan perilaku dalam diri individu. <sup>24</sup>

Beberapa komponen penting dalam perilaku irrasional dapat dijelaskan dengan simbol-simbol berikut:

A : *Activating event* atau peristiwa yang menggerakkan individu.

iB : *Irrational Belief*, keyakinan irrasional terhadap A.

iC : *Irrational Consequences*, konsekuensi dari pemikiran irrasional terhadap emosi, melalui *self-verbalization*.

D : *Dispute irrational belief*, keyakinan yang saling bertentangan.

CE : *Cognitive Effect*, efek kognitif yang terjadi karena pertentangan dalam keyakinan irrasional.

BE : *Behavioral Effect*, terjadi perubahan perilaku karena keyakinan irrasional.

### 3. Tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy*

<sup>24</sup> Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal

Tujuan konseling menurut Ellis pada dasarnya membentuk pribadi yang rasional, dengan jalan mengganti cara berpikir yang irrasional. Cara berpikir manusia yang irrasional itulah yang menyebabkan individu mengalami gangguan emosional dan karena itu cara berfikirnya atau iB harus diubah menjadi cara berpikir yang lebih tepat yaitu cara berpikir yang rasional (rB)

Ellis mengemukakan secara tegas bahwa pengertian tersebut mencakup meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri (self defeating) dan mencapai kehidupan yang lebih realistic, falsafah hidup yang toleran, termasuk didalamnya mencapai keadaan yang dapat mengarahkan diri, menghargai diri, fleksibel, berfikir secara ilmiah, dan menerima diri.

Tujuan psikoterapis yang lebih baik adalah menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi-verbalisasi diri mereka telah dan masih menjadi sumber utama dari gangguan-gangguan emosional yang dialami oleh mereka.<sup>25</sup> Secara umum REBT mendukung konseli untuk lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Ellis Bernard mendiskripsikan beberapa sub tujuan yang sesuai dengan nilai dasar pendekatan REBT. Sub tujuan ini dapat menjadikan individu mencapai nilai untuk hidup (to survive) dan untuk menikmati hidup (to enjoy). Tujuan tersebut adalah:

1. Memiliki minat diri (self interest)
2. Memiliki minat social (social interest)
3. Memiliki pengarahan diri (self direction)

---

<sup>25</sup> Rochman Natawidjaya, *Konseling Kelompok, Konsep Dasar, & Pendekatan* (Bandung: Riizqi Press, 2009) hal 275

4. Toleransi
5. Fleksibel
6. Memiliki penerimaan
7. Dapat menerima ketidakpastian
8. Dapat menerima diri sendiri
9. Dapat mengambil resiko
10. Memiliki harapan yang realistis
11. Memiliki toleransi terhadap frustrasi yang tinggi
12. Memiliki tanggung jawab pribadi.<sup>26</sup>

Untuk mencapai tujuan-tujuan konseling itu maka perlu pemahaman klien tentang system keyakinan atau cara berpikirnya sendiri. Ada tiga tingkatan insight yang perlu dicapai dalam REBT yaitu:

- a. Pemahaman (insight) dicapai ketika konseli memahami tentang perilaku penolakan diri yang dihubungkan pada penyebab sebelumnya yang sebagian besar sesuai dengan keyakinannya tentang peristiwa-peristiwa yang diterima (antecedent event) yang lalu dan saat ini.
- b. Pemahaman terjadi ketika konselor membantu klien untuk memahami bahwa apa yang mengganggu konseli pada saat ini adalah karena berkeyakinan yang irrasional terus dipelajari dan yang diperoleh sebelumnya.

---

<sup>26</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal 213

- c. Pemahaman dicapai pada saat konselor membantu konseli untuk mencapai pemahaman ketiga, yaitu tidak ada jalan lain untuk keluar dari emosional kecuali dengan mendeteksi dan melawan keyakinan yang irrasional (iB).

#### 4. Teknik-teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Teknik konseling dalam REBT dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu teknik kognitif, teknik imageri, teknik behavioral atau tingkah laku.

##### a. Teknik-teknik Kognitif

Teknik ini membantu konseli berfikir mengenai pemikirannya dengan cara yang lebih konstruktif. Klien diajar untuk memeriksa bukti yang mendukung dan menentang keyakinan-keyakinan irrasionalnya dengan menggunakan tiga kriteria utama:

1. *Logika*, jika anda lebih nyaman dengan perilaku anda sekarang, bagaimana logika anda jika anda tidak ingin terasingkan?
2. *Realisme*, dimana buktinya jika dengan perilaku anda sekarang anda bisa hidup bahagia?
3. *Kemanfaatan*, seberapa bermanfaat untuk selalu berpegang pada perilaku anda, apa manfaat jika anda mempertahankan perilaku yang ada pegang saat ini?

##### b. Teknik emotive

1. *Assertive training*. Teknik ini digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk menyesuaikan diri dengan perilaku yang diinginkan. Latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan klien.
2. *Teknik sosiodrama*. Teknik ini digunakan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan yang menekan (perasaan negative) melalui keadaan yang didramatiskan sehingga konseli secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan, maupun dalam bentuk gerakan.
3. *Teknik Self modeling*. Konselor meminta konseli untuk berjanji atau membuat komitmen dengan konselor untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu. Pada teknik ini, konseli diminta untuk setia terhadap janjinya dan secara terus menerus menghindarkan diri dari perilaku negative.
4. *Teknik Imitasi*. Teknik ini digunakan oleh konselor untuk meminta klien agar menirukan secara terus menerus model perilaku tertentu dengan maksud menghilangkan perilakunya yang negative.<sup>27</sup>

c. Teknik Behavioral

1. Dispute Tingkah laku (*Behavioral Disputation*)

Yaitu memberi kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang menyebabkan berpikir irrasional dan melawan keyakinan tersebut.

2. Bermain Peran (*Role Play*)

---

<sup>27</sup> Muhammad Surya, *Teori-teori Konseling* (Bandung: CV Pustaka bani Quraisy) hal 51

Dengan bantuan konselor konseli melakukan role play tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan yang rasional.

3. Peran Rasional Terbalik (*Rational role reversal*)

Yaitu meminta konseli memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran konseli yang irrasional. Konseli melawan keyakinan irrasional konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan.

4. Pengalaman langsung (*Exposure*)

Konseli secara sengaja memasuki situasi yang menakutkan. Proses ini dilakukan melalui perencanaan dan penerapan keterampilan mengatasi masalah (*Coping skills*) yang telah dipelajari sebelumnya.

5. Menyerang rasa malu (*Shame Attacking*)

Melakukan konfrontasi terhadap ketakutan untuk malu dengan sengaja bertingkah laku memalukan dan mengundang ketidaksetujuan lingkungan sekitar. Dalam hal ini konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.

6. Pekerjaan rumah (*Homework assignments*)

Selain melakukan disputation secara verbal, *Rational Emotive Behavior Therapy* juga menggunakan *Homework assignments* (Pekerjaan rumah) yang digunakan sebagai self-help work. Terdapat aktivitas yang dapat dilakukan dalam homework assignments yaitu

membaca, mendengar, menulis, mengimajinasikan, berfikir, relaksasi dan distraction, serta aktivitas<sup>28</sup>

d. Ciri-ciri *Rational Emotive Behavior Therapy*

Ciri-ciri tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Dalam menelusuri klien, konselor lebih aktif dibanding klien. Maksudnya adalah bahwasannya peran konselor disini harus bersifat efektif dan memiliki kapasitas untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Artinya konselor harus melibatkan diri dan berusaha menolong kliennya agar dapat berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
- 2) Dalam proses, hubungan konseling harus tetap diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien. Dengan sikap yang ramah dan hangat dari konselor akan mempunyai pengaruh penting demi suksesnya proses konseling.
- 3) Terciptanya dan terpeliharanya hubungan baik ini digunakan oleh konselor untuk membantu mengubah klien cara berfikirnya yang tidak rasional menjadi rasional.
- 4) Diagnosis (rumusan masalah) yang dilakukan dalam konseling Rational Emotive Behavior Therapy bertujuan untuk membuka ketidak logisan

---

<sup>28</sup> Grantina Komalasari, *teori dan teknik konseling*, hal 220-225

cara berfikir konseli. Dengan melihat permasalahan yang dihadapi konseli dan factor penyebabnya.<sup>29</sup>

e. Langkah-langkah *Rational Emotive Behavior Therapy*

Adapun langkah-langkah konseling REBT adalah:

Tahap pertama, proses untuk menunjukkan kepada klien bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka mengalami dan mengapa menjadi demikian dan menunjukkan hubungan gangguan yang irrasional itu dengan ketidak bahagiaan dan gangguan emosional yang dialami.

Kedua, membantu klien meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan diubah. Kesiapan klien untuk dieksplorasi secara logis terhadap gagasan yang dialami oleh klien, dan konselor mengerahkan kepada klien untuk melakukan disputing terhadap keyakinan yang irrasional.

Ketiga, membantu klien lebih mendebatkan (disputing) gangguan yang tidak tepat atau irrasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berpikir yang lebih rasional dengan cara reinduktrinasi yang rasional termasuk bersikap secara rasional.<sup>30</sup>

### C. Definisi Keterasingan

#### 1. Pengertian Keterasingan

Keterasingan berasal dari kata terasing, dan kata itu adalah dari kata asing. Kata asing berarti sendiri, tidak dikenal orang, sehingga kata terasing berarti, tersisihkan dari pergaulan, terpisahkan dari yang lain, atau terpercil.

<sup>29</sup> Dewa ketuut sukardi, *Pengantar Teori Konseling*, (Graha Indonesia, Jakarta: 1985) hal 89

<sup>30</sup> Latipun, *Psikologi Konseling*, hal 80

Jadi kata keterasingan berarti hal-hal yang berkenaan dengan tersisihkan dari pergaulan, terpencil atau terpisah dari yang lain.<sup>31</sup>

Terasing atau keterasingan adalah bagian hidup manusia. Sebentar atau lama orang pernah mengalami hidup dalam keterasingan, sudah tentu dengan sebab dan kadar yang berbeda satu sama lain. Yang menyebabkan orang berada dalam keterasingan itu ialah perilakunya yang tidak dapat diterima atau tidak dapat dibenarkan oleh masyarakat, atau kekurangan yang ada pada diri seseorang, sehingga ia tidak dapat atau sulit menyesuaikan diri dalam masyarakat.

Perilaku yang tidak dapat diterima atau tidak dapat dibenarkan itu selalu menimbulkan keonaran dalam masyarakat, sifatnya bertentangan dengan atau menyentuh nilai-nilai kemanusiaan. Hal ini akan merugikan harta, nama baik, martabat, harga diri orang lain. Karena itu orang yang berbuat dibenci oleh masyarakat dan berada dalam keterasingan. Perbuatan itu misalnya mencuri, mengganggu isteri orang, menghina orang sombong.

Keterasingan dalam hal ini dapat dipaksakan oleh anggota masyarakat, ataupun oleh institusi yang diciptakan oleh masyarakat kepada si pelaku, maksudnya supaya si pelaku ini tidak merugikan orang lain lagi atau membuat gelisah orang lain, dan si pelaku dapat menjadi sadar, sehingga dapat memperbaiki perilakunya yang bertentangan dengan nilai-nilai

---

<sup>31</sup> <http://rausan21.blogspot.co.id/2012/06/pengertian-keterasingan.html?m=1> diunggah pada minggu 24 juni 2012 pukul 07:06

kemasyarakatan itu. Kesadaran itu mungkin dapat terjadi apabila orang itu terasing yang membuat ia gelisah.

Orang yang bersifat sombong angkuh, besar kepala, tidak menghormati orang lain selalu akan tersisih dari pergaulan masyarakat, karena perilaku semacam ini tidak disenangi dan dibenci oleh masyarakat. Orang lain akan merasa tersentuh nilai-nilai kemanusiaannya apabila bergaul dengan orang angkuh, sombong, dan tidak menghormati orang lain. Karena itu ia dibenci orang lain, sehingga membuat ia dalam keterasingan.

Kekurangan yang ada pada diri seseorang dapat juga membuat keterasingan. Dalam hal ini bukan masyarakat yang membuat orang itu terasing, melainkan dirinya sendiri karena ketidak mampuan atau karena membuat kesalahan. Ketidak mampuan atau kesalahan ini berpengaruh pada nama baik atau harga diri atau martabat orang yang bersangkutan. Ketidak mampuan disini meliputi kekurangan ilmu pengetahuan yang dimiliki ataupun ketidak mampuan fisik. Kurang ilmu pengetahuan ini disebabkan taraf pendidikannya yang belum sampai pada taraf tertentu yang dihadapi sekarang. Dengan demikian orang yang bersangkutan tidak dapat menyesuaikan diri dengan masyarakat ilmiah yang dihadapinya. Karena itu ia merasa gelisah, terasing.<sup>32</sup>

Manusia tidak selamanya lurus dan normal, karena pasti ada saja yang memiliki kecenderungan tidak normal atau tidak wajar dalam menjalani hidup

---

<sup>32</sup> <https://meilimeili.wordpress.com/2011/05/09/bab-viii-manusia-dan-kegelisahan-keterasingan-dan-kesejian/> di unggah pada jam 06:03

di dunia, salah satu ketidakwajaran perilaku manusia dapat dilihat dari perilaku seksual yang menyimpang yang ada pada dirinya. Kelainan seks terjadi pada batin atau kejiwaan seseorang walaupun dari segi fisik penderita penyakit seks batin tersebut sama dengan orang-orang normal yang lainnya.

Bentuk kelainan seks tersebut tidak selamanya ditolak oleh lingkungan masyarakat disekitarnya, ada wilayah-wilayah yang melegalkan ketidaknormalan aktivitas seks yang terjadi dan ada pula yang melakukan penolakan secara tegas setiap bentuk kelainan seksual.<sup>33</sup>

Untuk mengobati bentuk penyimpangan aktivitas seks diperlukan suatu bimbingan dan konseling yang baik, dukungan orang-orang terdekat serta masyarakat untuk memberantas segala bentuk penyimpangan seks yang tidak normal.

Dari pengertian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa keterasingan adalah tersisihkannya seseorang akibat perilaku yang tidak dapat diterima oleh lingkungan.

## 2. Penyebab Keterasingan

Penyebab keterasingan bersumber pada dua hal yaitu:<sup>34</sup>

- a. Perbuatan yang tidak dapat diterima oleh masyarakat

---

<sup>33</sup> Sarwono sarlito, *Psikologi Remaja*, (Raja Grafindo Persada, Jakarta 2002)

<sup>34</sup> <http://putrake2.blogspot.com/2012/12/a.html?m=1> diunggah pada jam 06:35

Karena pada dasarnya jika perbuatan atau tingkah laku seseorang tidak dapat diterima oleh masyarakat, maka seseorang tersebut akan dijauhi oleh lingkungannya. Seperti halnya yang terjadi pada klien yang akibat dari perilaku lesbian yang tidak dapat diterima di lingkungannya, maka klien terasingkan dari lingkungannya.

b. sikap rendah diri

Sikap rendah diri menurut Alex Gunur adalah sikap kurang baik. Sikap ini menganggap atau merasa dirinya selalu atau tidak berharga, tidak atau kurang laku, tidak atau kurang mampu di hadapan orang lain. Sikap ini disebut juga sikap minder. Jadi, bukan orang lain yang menganggap dirinya rendah, tetapi justru dirinya sendiri, tetapi juga tidak baik bagi masyarakat. Sikap rendah diri disebabkan antara lain kemungkinan cacat fisik, status sosial-ekonominya, rendah pendidikannya, dan karena kesalahan perbuatannya.

1. Keterasingan karena cacat fisik

Cacat fisik tidak perlu membuat hidup terasing karena itu adalah kehendak Tuhan. Namun, seringkali manusia memiliki jalan pikiran yang berbeda. Merasa malu anak atau cucunya cacat fisik, maka disingkirkannya anak tersebut dari pergaulan ramai, hidup dalam keterasingan.

2. Keterasingan karena sosial-ekonomi

Ekonomi kuat atau lemah adalah anugerah Tuhan. Orang tidak boleh membanggakan kekayaan dan tidak boleh pula merasa rendah diri karena keadaan ekonomi yang minim. Namun dalam kenyataan lain keadaannya, orang-orang yang tergolong lemah ekonominya seringkali merasa rendah diri. Akibatnya orang-orang kaya sering membanggakan kekayaannya, meskipun tanpa disengaja.<sup>35</sup>

### 3. Keterasingan karena rendah pendidikan

Banyak juga orang yang merasa rendah diri karena rendah pendidikannya dan tidak dapat mengikuti jalan pikiran orang yang berpendidikan tinggi dan banyak pengalaman. Dalam pergaulan orang-orang yang berpendidikan rendah dan kurang berpengalaman biasanya menyendiri, mengasingkan diri karena merasa sulit menempatkan diri. Ingin bertanya takut salah, juga takut ditanya, takut jawabannya tidak benar. Akibatnya ia menjauhkan diri dari pergaulan. Akan tetapi, orang seperti itu masih lebih baik dari pada mereka yang berlagak pintar dan akhirnya menjadi bahan tertawaan.

### 4. Keterasingan karena perbuatannya

Orang terpaksa hidup dalam keterasingan karena merasa malu, dunia rasanya sempit, bila melihat orang, mukanya ditutupi. Itu semua akibat dari perbuatannya, yang tidak bisa diterima oleh masyarakat lingkungannya. Banyak perbuatan yang tidak dapat diterima oleh

---

<sup>35</sup> Frans Magnis, *Pemikiran Karl Mark: Dari Sosialisme Utopis ke Perselisihan Revisionisme*, (Gramedia, Jakarta:2000)

masyarakat. Seperti halnya yang dialami oleh klien akibat dari perbuatan lesbiannya yang sering mengajak pasangannya ke kostnya, sehingga banyak dari lingkungan sekitar yang menjahui klien.

### 3. Ciri-ciri individu yang terasingkan

Ada beberapa ciri dasar bagi individu yang terasingkan yaitu:

#### a) Gelisah

Gelisah berarti tidak tenang hatinya, selalu merasa khawatir, tidak tenang, tidak sabar, cemas. Sehingga kegelisahan merupakan hal yang menggambarkan seseorang yang tidak tenang hati maupun perbuatannya, merasa khawatir, tidak tenang dalam setiap tingkah lakunya.

Dalam hal ini, individu yang terasingkan pasti mendapati perasaan gelisah karena individu tersebut tidak dapat diterima di lingkungannya.<sup>36</sup>

#### b) Kesepian

Kesepian berasal dari kata sepi yang berarti sunyi atau lengang. Kesepian merupakan akibat dari keterasingan. Sehingga individu dijahui oleh teman-temannya sehingga individu tersebut merasa kesepian.

### 4. Teknik *rational Emotive Behaviour Therapy* dalam Menangani Keterasingan

---

<sup>36</sup> Sarahhabibah.blogspot.com diunggah pada 11 juni 2012 pada jam05:59

Keterasingan merupakan perasaan yang tidak nyaman bagi semua individu, namun keterasingan tersebut muncul akibat perilaku yang kadang tidak disadari oleh individu yang mengakibatkan individu tersebut tidak diterima oleh masyarakat dan lingkungannya.

Langkah untuk mengatasi keterasingan tersebut adalah mengajak klien untuk introspeksi diri, dan mengajak klien berfikir untuk mencari apa penyebab klien tersebut terasingkan. Setelah klien mengetahui faktor yang menyebabkan dirinya terasingkan maka klien diajak untuk menentang perilaku yang menyebabkan dirinya terasingkan yaitu lesbian.

Sedangkan cara untuk menangani perilaku lesbian yaitu dengan cara klien diajak untuk berfikir dan bersikap untuk kembali ke kodratnya yakni menjadi seorang perempuan.

#### **D. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Dalam penelitian seharusnya ada relevansi yang dibuat pedoman agar penelitian tidak ada rekayasa. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi agar kevalidan data tidak diragukan lagi. Dalam penelitian ini ada dua judul yang dijadikan relevansi, antara lain:

1. BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENANGANI KASUS PERJUDIAN KARTU DI DESA SIDOKUMPUL BUNGAH GRESIK

Oleh : Ahmad Sutrisno

Prodi : BKI

