

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teoritik**

##### **1. Bimbingan Dan Konseling Islam**

###### **a. Sejarah Singkat Bimbingan Dan Konseling Islam**

Melihat perkembangan sejarah agama-agama besar di dunia, Bimbingan Konseling Islam sebenarnya telah dilakukan oleh para nabi dan rasul, sahabat nabi, para ulama', pendeta, rahib, dan juga para pendidik dilingkungan masyarakat dari zaman ke zaman. Oleh karena itu, masalah bimbingan konseling di lingkungan masyarakat beragama secara nonformal telah dikenal sebagai suatu kegiatan bagi orang yang memegang kedudukan pimpinan dalam bidang keagamaan, hanya saja di dalam kegiatannya belum didasari teori-teori pengetahuan yang berhubungan dengan teknis serta administrasi pelaksanaannya, serta belum dilembagakan secara normal. Melihat kompleksitas permasalahan yang terjadi di era globalisasi ini, di mana persaingan begitu ketat, sehingga bimbingan harus dikembangkan secara baik, karena dampak era global dapat berkaitan dengan personal, sosial maupun lapangan pekerjaan, maka jenis bimbingan yang

dikembangkan harus berkaitan dengan bimbingan dan konseling dalam berbagai bidang.<sup>31</sup>

## **b. Pengertian Bimbingan Dan Konseling Islam**

Secara etimologis, Bimbingan dan Konseling terdiri atas dua kata yaitu “bimbingan” (terjemahan dari kata *guidance*) dan “konseling” (diadopsi dari kata *counseling*). Secara harfiah istilah “*guidance*” dari akar kata “*guide*” berarti mengarahkan (*to direct*), membantu (*to pilot*), mengelola (*to manage*), dan menyetir (*to steer*)<sup>32</sup>

Berikut beberapa pendapat mengenai arti dari bimbingan menurut para ahli :

Tolbert mengatakan bimbingan adalah seluruh program atau semua kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan yang diarahkan pada membantu individu agar mereka dapat menyusun dan melaksanakan rencana serta melakukan penyesuaian diri dalam semua aspek kehidupannya sehari-hari.<sup>33</sup>

Dalam buku Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling karya Prayitno dan Erman Amti, crow&crow mengatakan Bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang laki-laki atau perempuan yang memiliki kepribadian yang memadai dan terlatih dengan baik dan

---

<sup>31</sup> Samsul munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : Amzah, 2010), hal. 36

<sup>32</sup>syamsu Yusuf, LN, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, cet.ke 3, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 5

<sup>33</sup> Fenti Hikmawati. *Bimbingan Konseling*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2010),hal.1

terlatih dengan baik kepada individu-individu setiap usia untuk membantunya mengatur kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan pandangan hidupnya sendiri, membuat keputusan sendiri dan menanggung bebannya sendiri.<sup>34</sup>

Menurut Muhammad Surya, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri dan perwujudan diri, dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungannya<sup>35</sup>

Dalam bukunya Sofyan S. Wilis, Arthur J. Jones (1970) mengartikan bimbingan sebagai *“The help given by one person to another in making choices and adjustment and in solving problems”* bahwa dalam proses bimbingan ada dua orang yakni pembimbing dan yang dibimbing, dimana pembimbing membantu si terbimbing sehingga si terbimbing mampu membuat pilihan-pilihan, menyesuaikan diri, dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> Prayitno, Erman Amti., *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2004), hal. 94

<sup>35</sup> Mohammmad Surya, *Psikologi konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy.,2003), hal. 2

<sup>36</sup> Sofyan S. Wilis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 11

Pengertian Konseling dalam bahasa Inggris, *Counseling* dikaitkan dengan kata *Counsel* yang diartikan sebagai berikut : nasehat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), pembicaraan (*to take counsel*). Dengan demikian *counseling* dapat diartikan sebagai pemberian nasehat, pemberian anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.<sup>37</sup>

Menurut E. Hahn mengatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya.<sup>38</sup>

Sedangkan Rogers (dikutip dalam Lesmana, 2005) mengartikan konseling sebagai hubungan membantu di mana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan/konflik yang dihadapi dengan baik.<sup>39</sup>

Istilah *Islam* dalam wacana studi Islam berasal dari bahasa arab dalam bentuk masdar yang secara harfiah berarti *selamat*,

---

<sup>37</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1997), hal. 70

<sup>38</sup> Sofyan S. Wilis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta CV, 2010), hal. 18

<sup>39</sup> Namora Lumonggas Lubis. *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta : Kencana. 2011), hal. 2

*sentosa* dan *damai*. Dari kata kerja *salima* diubah menjadi bentuk *aslama* yang berarti berserah diri. Dengan demikian arti pokok Islam secara kebahasaan adalah ketundukan, keselamatan, dan kedamaian.<sup>40</sup>

Di samping itu, Syaikh Ahmad bin Muhammad Al-Maliki al-Shawi mendefinisikan Islam dengan rumusan Islam yaitu: atauran Ilahi yang dapat membawa manusia yang berakal sehat menuju kemaslahatan atau kebahagiaan hidupnya di dunia dan akhiratnya.<sup>41</sup>

Drs. A. Rasyad Shaleh menjelaskan bahwa Bimbingan konseling islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits. Dengan bimbingan di bidang agama Islam merupakan kegiatan dari dakwah islamiah. Karena dakwah yang terarah adalah memberikan bimbingan kepada umat Islam untuk betul-betul mencapai dan melaksanakan keseimbangan hidup *fid dunya wal akhirah*<sup>42</sup>.

Menurut Aunur Rahim faqih Bimbingan dan Konseling Islam adalah Proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya

---

<sup>40</sup> Asy`ari, Ahm dkk., *Pengantar Studi Islam*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2004), hal. 2

<sup>41</sup> Ahmad bin Muhammad al-Mali al-Shawi, *Syarh al-Shawi `ala Auhar al-Tauhid*, (Dar Ibnu Katsier, Bairuth Damsyiq), hal. 62.

<sup>42</sup> A. Rasyad Shaleh, *Management Dakwah*, (Jakarta: PT Bulan Bintang, 1977), hal. 128-129

dalam kehidupan keagamaan selaras dengan ketentuan- ketentuan dan petunjuk dari Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.<sup>43</sup>

Menurut M. Hamdani bakran Adz- dzaky, Bimbingan dan Konseling Islam Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan dan pedoman kepada klien dengan keterampilan khusus yang dimiliki pembimbing dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien mengembangkan potensi akal fikirannya, jiwa, dan keimanan, serta dapat menanggulangi masalah dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al- Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.<sup>44</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dirumuskan bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan

---

<sup>43</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Islam*, (Yogyakarta: UII PRESS, 2004), hal.4

<sup>44</sup> M. Hamdani Bakran Adz-dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hal. 137

ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah<sup>45</sup>

Sedangkan menurut hemat peneliti Bimbingan Dan Konseling Islam yaitu proses pemberian bantuan terarah kepada konseli yang sedang menghadapi masalahnya agar ddidapatkan solusi yang tepat dan mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

### c. Tujuan Bimbingan Dan Konseling Islam

Tujuan konseling islam menurut Mohammad Surya:

1. Agar individu memiliki kemampuan intelektual yang diperlukan dalam pekerjaan dan kariernya.
2. Agar memiliki kemampuan dan pemahaman, pengelolaan, pengendalian, penghargaan dan pengarahan diri.
3. Agar memiliki pengetahuan atau informasi tentang lingkungan.
4. Agar mampu berinteraksi dengan orang lain.
5. Agar mampu mengetahui masalah-masalah kehidupan sehari-hari.
6. Agar dapat memahami, menghayati dan mengamalkan kaidah-kaidah ajaran Islam yang berkaitan dengan pekerjaan dan karier.

---

<sup>45</sup> Ahmad Mubarak, *Al-Irsyad an Nafsy, Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 4-5

Menurut A. Badawi tujuan konseling Islam adalah:

1. Agar manusia dapat berkembang secara serasi dan optimal unsur raga dan rohani serta jiwanya, berdasarkan agama Islam.
2. Agar unsur rohani pada jiwa individu itu berkembang secara serasi dan optimal: akal/pikiran, kalbu/rasa, dan nafsu yang baik/karsa, berdasar atas ajaran Islam.
3. Agar berkembang secara serasi dan optimal unsur kedudukan individu dan sosial, berdasar atas ajaran Islam.
4. Agar berkembang secara serasi dan optimal unsur manusia sebagai makhluk yang sekarang hidup di dunia dan kelak akan hidup di akhirat, berdasar atas ajaran Islam.

Sedangkan Menurut Saiful Akhyar dalam buku *Konseling Islami* mengatakan bahwa Tujuan konseling Islam adalah:

1. Secara preventif membantu klien untuk mencegah timbulnya masalah pada dirinya.
2. Secara kuratif/korektif membantunya untuk memecahkan dan menyelesaikan masalah yang dihadapi.
3. Secara preservatif membantunya menjaga situasi dan kondisi dirinya yang telah baik agar jangan sampai kembali tidak baik (menimbulkan kembali masalah yang sama).

4. Secara developmental membantunya menumbuh kembangkan situasi dan kondisi dirinya yang telah baik agar menjadi lebih baik secara berkesinambungan, sehingga menutup kemungkinan untuk munculnya kembali masalah dalam kehidupnya.<sup>46</sup>

#### **d. Ciri-ciri Bimbingan dan Konseling Islam**

Ciri khas konseling Islam yang sangat mendasar adalah sebagai berikut:

1. Berparadigma kepada wahyu dan ketauladanan para Nabi, Rasul dan ahli warisnya.
2. Hukum konselor memberikan konseling kepada konseli klien dan konseli klien yang meminta bimbingan kepada konselor adalah wajib dan suatu keharusan bahkan merupakan ibadah.
3. Akibat konselor menyimpang dari wahyu dapat berakibat fatal bagi dirinya sendiri maupun konseli/klien dan Allah menghakimi mereka sebagai orang yang mendustakan agama (kafir), melanggar agama dengan sengaja dan terang-terangan (zhalim), menganggapnya enteng dan mengabaikan agama (fasiq).
4. Sistem konseling Islam dimulai dengan berpengaruh kepada kesadaran nurani dengan membacakan ayat-ayat Allah setelah itu baru melakukan proses terapi dengan membersihkan dan

---

<sup>46</sup> Saiful Akhyar Lubis , *Konseling Islami*, (Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007), hal. 111-115

mensucikan sebab-sebab terjadinya penyimpangan-penyimpangan, kemudian setelah tampak dalam cahaya kesucian dalam dada (qalb), akal fikiran dan kejiwaan baru, proses bimbingan dilaksanakan dengan mengajarkan pesan-pesan Al-Qur'an dalam mengantarkan individu kepada perbaikan-perbaikan diri secara esensial dan diiringi dengan Al-Hikmah, yaitu rahasia-rahasia di balik segala peristiwa yang terjadi di dalam hidup dan kehidupan.

5. Konselor sejati dan utama adalah mereka yang dalam proses konseling selalu di bawah bimbingan atau pimpinan Allah dan Al-Qur'an.<sup>47</sup>

Konseling Islam mengandung 2 dimensi/konsep;

- a. Dimensi spiritual adalah membimbing manusia pada kehidupan rohani untuk menjadi beriman dan bertakwa kepada Allah.
- b. Dimensi material adalah membantu manusia untuk dapat memecahkan masalah kehidupan agar dapat mencapai kemajuan.<sup>48</sup>

---

<sup>47</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi&Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hal. 137-138

<sup>48</sup> Saiful Akhyar Lubis, MA, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007), hal. 85-86

### **e. Unsur-Unsur Bimbingan dan Konseling Islam**

#### **1. konselor**

Konselor atau pembimbing merupakan seorang yang mempunyai wewenang untuk memberikan bimbingan kepada orang lain yang sedang menghadapi kesulitan atau masalah yang tidak bisa diatasi tanpa bantuan orang lain. Persyaratan menjadi konselor antara lain :

- a) kemampuan profesional
- b) sifat kepribadian yang baik
- c) kemampuan kemasyarakatan
- d) ketakwaan kepada Allah.<sup>49</sup>

#### **2. Klien atau Konseli**

Individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain dinamakan klien.<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : UII Press, 1992), hal. 42

<sup>50</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2010), hal. 111

### 3. Masalah

Menurut WS. Winkel dalam buku *Bimbingan dan Konseling di Sekolah menengah*, masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dan mencapai usaha untuk mencapai tujuan.<sup>51</sup>

## 2. Terapi Analisis Transaksional

### a. Pengertian Analisis Transaksional

Analisis transaksional pada dasarnya adalah suatu penjabaran atas analisis yang dilakukan dan dikatakan oleh orang-orang terhadap satu sama lain.<sup>52</sup> Dalam terapi ini hubungan konselor dan klien dipandang sebagai suatu transaksional (interaksi, tindakan yang diambil, tanya jawab) di mana masing-masing partisipan berhubungan satu sama lain sebagai fungsi tujuan tertentu.<sup>53</sup>

Analisis Transaksional cenderung untuk menekankan kebutuhan-kebutuhan dasar manusia yang sering kali berhubungan dengan tingkah laku sehari-hari yang dapat diamati. Semua kebutuhan-kebutuhan itu telah diterima sebagai dalil yang terdiri dari hasrat akan belaian kasih sayang, hasrat akan manajemen, hasrat akan kesenangan, hasrat akan pengakuan, dan hasrat akan kepemimpinan.

---

<sup>51</sup> WS. Winkel, *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah Menengah*, (Bandung : Pionir jaya, 1978), hal. 12

<sup>52</sup> Gerald corey, *Konseling dan psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama. 2010), hal. 178

<sup>53</sup> Deni Febrini, *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta : Teras, 2011), hal. 59

Hasrat akan belaian kasih sayang merupakan derivasi dari hasrat hubungan paling dasar seorang anak, kebutuhannya untuk disentuh, diayun yang dibarengi dengan sikap bersahabat dan simpatik. Sangat berbeda dengan hasrat kasih sayang, hasrat untuk memperoleh pengakuan, yaitu kebutuhan yang dapat dipuaskan dengan menerima pengakuan akan eksistensi dirinya oleh orang lain serta dapat juga dipuaskan dengan ritual ucapan salam yang digunakan oleh beberapa masyarakat terpencil.<sup>54</sup>

#### **b. Konsep-Konsep Utama**

Analisis Transaksional berakar pada suatu filsafat yang antideterministik serta menekankan bahwa manusia sanggup melampaui pengondisian dan pemrograman awal. Di samping itu Analisis Transaksional berpijak pada asumsi-asumsi bahwa orang-orang sanggup memahami putusan-putusan masa lampaunya dan bahwa orang-orang mampu memilih untuk memutuskan ulang.

Harris (1967) sepakat bahwa manusia memiliki pilihan-pilihan dan tidak dibelenggu oleh masa lampaunya. Menurutnya “meskipun pengalaman-pengalaman dini yang berkulminas ada suatu posisi tidak bisa dihapus, saya yakin posisi-posisi dini bisa diubah. Apa yang suatu ketika ditetapkan, dapat menjadi tidak ditetapkan”<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> Raymond, Corsini., *Psikoterapi Dewasa Ini*, (Surabaya: Ikon Teralitera, 2003), hal. 292

<sup>55</sup> Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2010), hal.158

### c. Ciri-Ciri Umum Analisis Transaksional

Analisa transaksional memberitahukan kepada pasien apa yang terjadi atas dirinya, sambil terus dilanjutkan. Jadi sering memperoleh terima kasih dan perbaikannya. Dengan demikian, pasien mengerti jelas apa yang sedang berlangsung dalam situasi terapi, sejauh mana ada kemajuan dan berapa masih harus dilakukan.<sup>56</sup>

### d. Tujuan Terapi

Tujuan dari Analisis Transaksional adalah :

1. Membantu klien dalam memogram pribadinya
2. Klien dibantu untuk menjadi bebas dalam berbuat, bermain, dan menjadi orang mandiri dalam memilih apa yang mereka inginkan
3. Klien dibantu mengkaji keputusan yang telah dibuat dan membuat keputusan baru atas dasar kesadaran
4. Teknik-teknik daftar cek, analisis script atau kuisiонер digunakan untuk mengenal keputusan yang telah dibuat sebelumnya
5. Klien berpartisipasi aktif dalam diagnosis dan diajar untuk membuat tafsiran dan pertimbangan nilai sendiri

---

<sup>56</sup> Daniel Goleman, Kathleen Riordan Speeth, *Esensial psikoterapi*, (Semarang : dahara prize. 1987), hal.94

6. Teknik konfrontasi juga dapat digunakan dalam analisis transaksional dan pengajuan pertanyaan merupakan pendataan dasar
7. Untuk berlangsungnya konseling kontrak antara konselor dan klien sangat diperlukan.<sup>57</sup>

Tujuan dari analisis transaksional ialah membentuk komunikasi terbuka dan autentik, di antara unsur kepribadian yang berpengaruh dan intelek.<sup>58</sup>

#### **e. Fungsi dan Peranan Pendekatan Analisis Transaksional**

Analisis Transaksional dirancang untuk memperoleh pemahaman intelektual. Akan tetapi dengan berfokus pada aspek-aspek rasional, peran terapis sebagian besar adalah memberikan perhatian pada masalah-masalah didaktik dan emosional. Harriss (1967, hlm. 239) melihat peran terapis sebagai seorang “guru, pelatih dan narasumber dengan penekanan kuat pada keterlibatan. Terapis membantu klien dalam menemukan kondisi-kondisi masa lampau yang merugikan yang menyebabkan klien membuat putusan-putusan dini tertentu, memungut rencana-rencana hidup dan mengembangkan

---

<sup>57</sup> Deni Febrini, *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta : Teras, 2011), hal. 60

<sup>58</sup> Daniel Goleman, Kathleen Riordan Speeth, *Esensial psikoterapi*, (semarang : dahara prize, 1987), hal.94

strategi-strategi yang telah digunakannya dalam menghadapi orang lain yang sekarang barangkali ingin dipertimbangkannya.

Tugas terapis pada dasarnya adalah membantu agar klien memperoleh perangkat yang diperlukan bagi perubahan. Terapis mendorong dan mengajari klien agar lebih mempercayai *ego* orang dewasanya sendiri ketimbang *ego* dewasa terapis dalam memeriksa putusan-putusan lamanya dalam membuat putusan-putusan baru.<sup>59</sup>

**f. Proses Konseling dalam Pendekatan Analisis Transaksional**

Berdasarkan tujuan dari AT, kemudian dibuatlah suatu kontrak. Kontrak di antara konselor dan klien ini merupakan suatu ciri khas dalam usaha klien untuk mengadakan hubungan proses konseling analisis transaksional.

Dusay & Steiner dalam bukunya : “*Transactional Analysis in Group*” (1971) mengemukakan beberapa persyaratan yang harus dipenuhi dalam kontrak, di antaranya:

- a. Dalam kontrak, konselor dan klien harus melalui transaksi dewasa-dewasa, serta ada kesepakatan dalam menentukan tujuan-tujuan yang ingin dicapai.
- b. Kontrak harus mempertimbangkan beberapa hal, di antaranya pertimbangan pertama, konselor memberikan layanan kepada

---

<sup>59</sup> Gerald Corey, *Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2010), hal.168

klien secara profesional (baik berupa kesempatan maupun keahlian)

- c. Kontrak memiliki pengertian sebagai suatu bentuk kompetensi antara dua pihak, yaitu pihak pertama adalah konselor yang harus memiliki kecakapan atau kemampuan untuk membantu klien dalam mengatasi masalah-masalahnya, sedangkan di pihak ke dua adalah klien harus cukup umur dan matang untuk memasuki suatu kontrak.
- d. Akhirnya tujuan dari kontrak harus sesuai dengan kode etik konseling.<sup>60</sup>

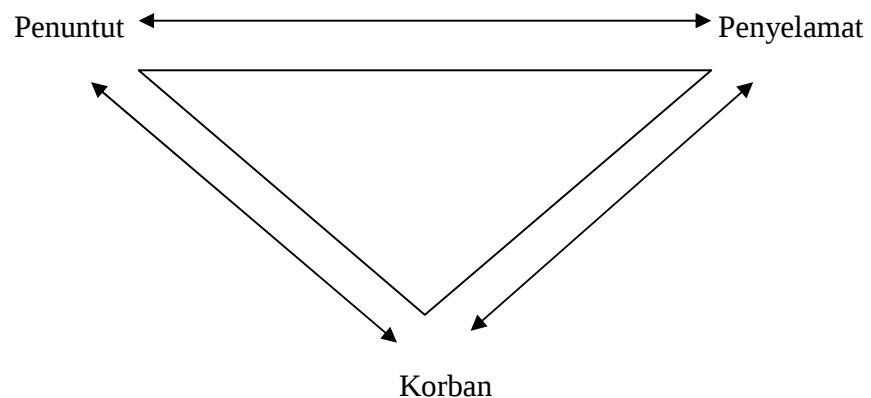
#### **g. Teknik-Teknik Analisis Transaksional**

Dalam terapi analisis transaksional terdapat beberapa teknik yang bisa digunakan, akan tetapi di sini peneliti menggunakan segitiga drama karpman sebagai teknik peningkatan *self esteem*, karena segitiga drama karpman bisa digunakan untuk membantu orang-orang untuk memahami permainan-permainan. Pada segitiga terdapat seorang “penuntut”, seorang “penyelamat”, dan seorang “korban”. Korban memainkan drama “tendang aku” dengan mengajak, bahkan acap kali menuntut, agar orang lain mendengarkannya. Untuk melengkapi segitiga itu, anggota lainnya bisa buru-buru menyelamatkan si korban

---

<sup>60</sup> Dewa ketut Sukardi, *pengantar Teori Konseling*, (Jakarta Timur : Ghalia Indonesia, 1985), hal. 224

dari kekejaman si penuntut. Tidak jarang korban menuntut si penyelamat. Dan penyelamat dengan pura-pura menolong, bertindak mempertahankan korban dalam posisi dependen. Gambaran yang membedakan suatu permainan dari suatu transaksi yang langsung adalah “perpindahan” dari satu posisi dalam segitiga ke posisi yang lain, misalnya dari posisi penyelamat kepada penuntut, atau dari korban kepada penuntut.<sup>61</sup> Berikut ilustrasinya :



Konsep dasar yang mendasari Segitiga Drama Karpman adalah hubungan antara tanggung jawab dan kekuasaan, dan hubungan mereka dengan batas-batas.

Sementara itu awalnya dirancang sebagai alat terapi, juga merupakan perangkat komunikasi dan plot bergerak dari serangkaian transaksi antara orang-orang. Dalam konteks ini yang kita gunakan

<sup>61</sup> Gerald corey, *Konseling dan psikoterapi*,, (Bandung : Refika Aditama, 2010), hal.165

dalam pelatihan, meskipun penggunaannya juga akan memberi kita wawasan ke dalam sistem kepercayaan klien dan perilaku.

Pada dasarnya Karpman menyusun rumus permainan sederhana sebagai berikut :



Cara bergerak adalah :

Beberapa orang - biasanya Korban - menyajikan con: "Dapatkah Anda membantu saya?"

Con tertentu sesuai dengan pengait khusus dari orang kepada siapa yang ditujukan, yang biasanya kepada Penyelamat, namun beberapa Korban bermain untuk "hook" penganiaya Pihak lain

Penyelamat adalah seseorang yang sering tidak memiliki kerentanan mereka sendiri dan berusaha bukan untuk "menyelamatkan" orang-orang yang mereka lihat sebagai rentan. Ciri-ciri dari sebuah Penyelamat adalah bahwa mereka sering melakukan lebih dari 50% dari pekerjaan, mereka mungkin menawarkan

"bantuan" tanpa diminta, daripada mencari tahu apakah dan bagaimana orang lain ingin didukung, dan apa Penyelamat setuju untuk melakukan dalam kenyataannya tidak seperti apa yang ingin mereka lakukan. Ini berarti bahwa Penyelamat sering berakhir dengan perasaan "keras yang dilakukan oleh korban" atau benci, atau tidak dihargai dalam beberapa cara. Penyelamat tidak bertanggung jawab untuk diri mereka sendiri, melainkan bertanggung jawab untuk Korban yang menyelamatkan mereka.

Penyelamat akan selalu berakhir dengan perasaan Korban, tapi kadang-kadang dapat dirasakan oleh orang lain, sebagai yang penganiaya.

Korban adalah seseorang yang biasanya merasa kewalahan oleh akal mereka sendiri dari kerentanan, kurang memadai atau ketidakberdayaan, dan tidak bertanggung jawab untuk diri sendiri atau kekuatan mereka sendiri, dan karena itu tampak untuk Penyelamat untuk mengurus mereka. Di beberapa titik Korban mungkin merasa dikecewakan oleh Penyelamat, atau mungkin kewalahan atau bahkan dianiaya oleh mereka. Pada tahap ini Korban akan bergerak ke posisi penganiaya, dan menganiaya Penyelamat mantan mereka. Mereka bahkan mungkin meminta Penyelamat lain untuk menganiaya

Penyelamat sebelumnya. Namun, Korban masih akan mengalami sendiri secara internal sebagai Korban.

Posisi penganiaya menyadari kekuatan sendiri, Setiap pemain dalam "permainan" dapat sewaktu-waktu dialami sebagai penganiaya dengan yang lain player / pemain. Namun persepsi internal mereka sendiri mungkin bahwa mereka sedang dianiaya, dan bahwa mereka adalah Korban. Tentu saja, ada kasus di mana penganiaya tersebut secara sadar dan jahat menganiaya orang lain. Jika hal ini terjadi, maka sesungguhnya penganiaya tidak lagi memainkan "permainan", dalam Analisis Transaksional arti kata sebagai penganiaya beroperasi dari tempat kesadaran, kemudian dikatakan bahwa mereka sebenarnya menggunakan strategi.<sup>62</sup>

### **3. *Self Esteem***

#### **a. *Pengertian Self Esteem***

Mruk menyebutkan tiga klasifikasi dalam mendefinisikan *self esteem*. *Self esteem* dipandang sebagai suatu kompetensi (*self esteem as competence*). Dalam hal ini, *self esteem* dihubungkan dengan kesuksesan, kemampuan dan kompetensi.

---

<sup>62</sup><http://translate.google.com/translate?hl=id&langpair=en|id&u=http://coachingsupervisionacademy.com/thought-leadership/the-karpman-drama-triangle/>. diakses tgl 9 januari pukul 10.00 wib

Kedua *self esteem* dipandang sebagai sesuatu berharga (*self esteem as worthiness*). Ketiga *self esteem* dipandang sebagai suatu kompetensi dan perasaan berharga.<sup>63</sup>

Menurut Ricard L. Bednar, M. Gawain Wells dan Scoot R. Peterson dalam buku *self esteem* memberikan pengertian *self esteem* : *paradoxes and innovations in clinical theory and practice*.

Penghargaan atas diri adalah penilaian pribadi yang bertahan lama dan efektif dan didasarkan pada persepsi atas diri yang akurat.<sup>64</sup>

Salah satu definisi yang paling luas dipublikasikan diberikan di dalam *Toward A State Of Esteem : The Final Report Of The California Task Force To Promote Self And Personal Social Responsibility*

Menghargai nilai diri dan arti pentingnya dan memiliki karakter yang bisa dipertanggungjawabkan kepada diri sendiri dan untuk bertindak secara bertanggung jawab terhadap orang lain.<sup>65</sup>

#### **b. Macam-Macam Self Esteem**

Coopersmith (dalam Rahmawati, 2006) mengemukakan bahwa harga diri dibedakan menjadi tiga jenis jika dilihat dari karakteristik individu, yakni harga diri rendah, harga diri sedang dan harga diri tinggi.

---

<sup>63</sup> Agus Abdul Rahman, *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2013), hal. 65

<sup>64</sup> Nathaniel Branden, *The Power Of self esteem*, (Batam : Interaksa, 2005), hal. 19

<sup>65</sup> Nathaniel Branden, *The Power Of self esteem*, (Batam : Interaksa, 2005), hal. 20

a. Individu dengan harga diri tinggi (*high self esteem*)

Individu yang memiliki harga diri tinggi memiliki karakteristik 1) aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik, 2) berhasil dalam bidang akademik, terlebih dalam mengadakan hubungan sosial, 3) dapat menerima kritik dengan baik, 4) percaya terhadap persepsi dan dirinya sendiri, 5) tidak terpaku pada dirinya sendiri atau tidak hanya memikirkan kesulitannya sendiri, 6) keyakinan akan dirinya tidak berdasarkan pada fantasinya, karena memang mempunyai kemampuan, kecakapan sosial dan kualitas diri yang tinggi, 7) tidak terpengaruh pada penilaian diri dari orang lain tentang sifat atau kepribadiannya baik itu positif ataupun negatif 8) akan menyesuaikan diri dengan mudah pada suatu lingkungan yang belum jelas, 9) akan lebih banyak menghasilkan suasana yang berhubungan dengan kesukaan sehingga tercipta tingkat kecemasan dan perasaan tidak aman yang rendah serta memiliki daya pertahanan yang seimbang.

b. Individu dengan harga diri sedang (*medium self esteem*)

Karakteristik individu dengan harga diri yang sedang hampir sama dengan karakteristik individu yang tinggi, terutama dalam kualitas, perilaku dan sikap. Pernyataan diri mereka

memang positif, namun cenderung kurang moderat/kurang menghindari sikap atau tindakan yang ekstrim

c. Individu dengan harga diri rendah (*low self esteem*)

Individu yang memiliki harga diri rendah memiliki karakteristik meliputi 1) memiliki perasaan inferior, 2) takut dan mengalami kegagalan dalam mengadakan hubungan sosial, 3) terlihat seperti orang yang putus asa dan depresi 4) merasa diasingkan dan tidak diperhatikan 5) kurang dapat mengekspresikan diri 6) sangat bergantung pada lingkungan 7) tidak konsisten, 8) secara pasif akan mengikuti apa yang ada di lingkungannya 9) menggunakan banyak taktik pertahanan diri dan 10) mudah mengakui kesalahan.

Mempunyai harga diri yang kokoh berarti merasa cocok dengan kehidupan dan penuh keyakinan, yaitu mempunyai kompetensi dan sanggup mengatasi masalah-masalah kehidupan. Mempunyai harga diri yang rapuh berarti merasa tidak cocok dengan kehidupan, merasa bersalah, bukan terhadap masalah-masalah kehidupan atau lainnya, tetapi merasa bersalah terhadap diri sendiri. Mempunyai harga diri rata-rata berarti kondisi naik turun antara perasaan cocok dan tidak cocok, kadang merasa benar dan kadang merasa bersalah sebagai pribadi, dan mewujudkan berbagai ketidakkonsistenan ini dalam tingkah

laku, kadang-kadang bertindak bijaksana, kadang-kadang bertindak ceroboh.<sup>66</sup>

### c. Faktor Pembentukan *Self Esteem*

Menurut Bradshaw (dalam Ghufon 2010) proses pembentukan *self esteem* telah dimulai sejak bayi merasakan tepukan pertama kali yang diterima orang mengenai kelahirannya. Darajat (1980) menyebutkan bahwa *self esteem* sudah terbentuk pada masa kanak-kanak sehingga seorang anak sangat perlu mendapatkan rasa penghargaan dari orang tuanya.

Sedangkan Coopersmith (1967) mengatakan bahwa pola asuh otoriter dan permisif akan mengakibatkan anak mempunyai harga diri yang rendah. Sementara itu, pola asuh authoritarian akan membuat anak mempunyai harga diri yang tinggi.

Menurut Coopersmith seperti yang dikutip dalam Ghufon (2010) menyatakan bahwa pembentukan *self esteem* dipengaruhi beberapa faktor, yaitu :

#### 1. keberartian individu

keberartian diri menyangkut seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, dan berharga menurut standar nilai pribadi. Penghargaan inilah yang dimaksud dengan keberartian diri.

---

<sup>66</sup> Nathaniel Branden, *kiat jitu meningkatkan harga diri*, (Jakarta : Delapratasa, 2001), hal. 5

2. keberhasilan seseorang

keberhasilan yang berpengaruh terhadap pembentukan harga diri adalah keberhasilan yang berhubungan dengan kekuatan atau kemampuan individu dalam mempengaruhi dan mengendalikan diri sendiri maupun orang lain.

3. kekuatan individu

Kekuatan individu terhadap aturan-aturan, norma dan ketentuan-ketentuan yang ada dalam masyarakat. Maka semakin besar kemampuan individu dapat dianggap sebagai panutan masyarakat. Oleh sebab itu, semakin tinggi pula penerimaan masyarakat terhadap individu bersangkutan. Hal ini mendorong harga diri tinggi.<sup>67</sup>

**d. Rintangan-Rintangan Menuju Pertumbuhan *Self Esteem***

Orang tua menyebabkan beberapa rintangan terhadap pertumbuhan penghargaan diri saat :

1. Mereka menyampaikan bahwa si anak tidak “cukup memadai”
2. Menghukum si anak karena mengungkapkan perasaan-perasaan yang “tidak dapat diterima”
3. Mengolok-olok atau mempermalukan si anak
4. Menyampaikan bahwa pemikiran atau perasaan si anak tidak berharga atau tidak penting

---

<sup>67</sup> [www.Emt.org/userfiles/youthlit\\_final.pdf](http://www.Emt.org/userfiles/youthlit_final.pdf). diakses pada 25 oktober 2013

5. Berusaha mengendalikan anak dengan perasaan malu atau bersalah
6. Terlalu melindungi anak sehingga akibatnya menghambat pembelajaran yang normal dan meningkatkan pengendalian diri
7. Membesarkan anak tanpa aturan sama sekali, dan dengan demikian tidak ada struktur pendukung, atau jika tidak peraturan-peraturan yang kontradiktif, membingungkan, tidak dapat didiskusikan dan menekan serta menghambat pertumbuhan yang normal
8. Menyangkal persepsi anak tentang kenyataan dan secara implisit mendorong anak untuk meragukan pemikirannya.
9. Memperlakukan fakta-fakta yang jelas sebagai sesuatu yang tidak nyata, dengan demikian mengguncangkan perasaan rasionalitas anak, misalnya saat seorang ayah yang alkoholik tersandung pada meja makan, salah duduk, dan terjatuh ke lantai sementara ibu terus berbicara seolah-olah tidak terjadi apa-apa.
10. Meneror anak dengan kekerasan fisik atau ancaman, dengan demikian menanamkan perasaan takut yang akut sebagai karakteristik yang terus ada di dalam diri anak
11. Memperlakukan anak sebagai objek seksual
12. Mengajarkan bahwa anak itu tidak baik, tidak berharga atau berdosa karena kodratnya.<sup>68</sup>

---

<sup>68</sup> Nathaniel Branden, *The Power Of self esteem*, (Batam : Interaksa, 2005), hal. 38-40

## B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

- a. Bimbingan Konseling Islam Dengan Pendekatan Conjoint Dalam Membangun *Self-Esteem* Antara Menantu Dan Mertua Di Pusat Pelayanan Terpadu Perlindungan Perempuan Dan Anak Kabupaten Gresik.

Oleh : Choirun Nisa

NIM : B03205011

Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Penelitian yang dikaji dalam skripsi ini yaitu korban kekerasan menantu yang dilakukan oleh ibu mertuanya serta hubungan dalam membangun *Self-Esteem* antara menantu dan mertua yang sedang mengalami konflik.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama meningkatkan *self esteem* akan tetapi perbedaan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian yang digunakan berbeda, antara kualitatif dan kuantitatif.

- b. Penerapan Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) Untuk Meningkatkan Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa SMA: Suatu Embedded Experimental Design

Oleh : Mulawarman

Jurusan Bimbingan Konseling

Universitas Negeri Malang

Penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) khususnya pada siswa SMA, mengindikasikan perlunya upaya-upaya atau strategi-strategi untuk menangani remaja yang memiliki harga diri rendah secara efektif. Pada seting persekolahan dalam rangka membantu pemecahan masalah yang dihadapi oleh siswa salah satu kegiatan yang dilakukan oleh konselor sekolah adalah memberikan layanan konseling terhadap para siswa.

Persamaan dalam penelitian ini yaitu meningkatkan *self esteem* siswa dan menggunakan metode ekperimental, sedangkan perbedaan dalam penelitian adalah terapi yang digunakan, dalam penelitian terdahulu menggunakan terapi SEBT sedangkan dalam penelitian ini terapi yang digunakan menggunakan analisis Transaksional untuk meningkatkan *self esteem*.

- c. Penanganan Kasus *Low Self-Esteem* Dalam Berinteraksi Sosial Melalui Konseling Rational Emotif Dengan Teknik Reframing Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Ungaran. Oleh : Aldila Fitri Radite Nur Maynawati. Universitas Negeri Semarang.

Permasalahan dalam skripsi Aldila Fitri Radite Nur Maynawati bahwa siswa mengalami *low self-esteem* dalam berinteraksi sosial dengan gejala-gejala menyendiri di kelas ketika jam istirahat berlangsung, cenderung malu, menarik diri dari pergaulan, serta tidak

mau bergabung dengan teman-teman di sekolah khususnya di kelasnya.

Persamaan dalam penelitian ini yakni menggunakan metode penelitian kuantitatif dan objek penelitian yang diambil sama yaitu di setting pendidikan sekolah, sedangkan Perbedaan dalam penelitian ini adalah teknik terapi yang digunakan dalam memecahkan masalah berbeda. Dalam penelitian dahulu menggunakan teknik *reframing* sedangkan dalam penelitian ini menggunakan segitiga drama karpman.

- d. Pengaruh *self esteem* dan dukungan sosial terhadap optimisme hidup penderita HIV/AIDS

Oleh : Idham Khalid

UIN SYARIF HIDAYATULLAH

Permasalahan yang diangkat dalam skripsi ini adalah penyakit HIV/AIDS yang dipandang cenderung negatif dan bagi penderita khususnya kehilangan semangat untuk hidup. Sehingga diteliti antara *self esteem* dan dukungan dari lingkungan sekitar berpengaruh atau tidak bagi penderita HIV/AIDS dalam menjalani hidup.

Persamaan dalam skripsi ini adalah sama mengangkat masalah *self esteem* dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan perbedaan dari penelitian ini adalah objek penelitian berbeda.

- e. Efektivitas Konseling Analisis Transaksional Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa (Studi Kasus Sma X) . Oleh : A. Fuadi. Penelitian ini diarahkan untuk mengungkapkan permasalahan *self esteem* siswa dan melakukan pengkajian secara lebih mendalam dan menyeluruh terhadap efektivitas layanan konseling di sekolah menggunakan pendekatan konseling Analisis Transaksional. Dari penelitian ini diharapkan dapat tersusunnya suatu model pendekatan konseling Analisis Transaksional terhadap siswa yang memiliki permasalahan *self esteem*.

Persamaan dalam penelitian ini adalah penggunaan Analisis Transaksional dalam meningkatkan *self esteem*., sedangkan perbedaannya adalah menggunakan studi kasus pada penelitian terdahulu sedangkan dalam penelitian ini adalah dengan eksperimental.

### C. Hipotesis

Istilah hipotesis dari bahasa Yunani yang mempunyai dua kata ialah kata “*hupo*” (sementara) dan “*thesis*” (pernyataan atau teori). Karena hipotesis merupakan pernyataan sementara yang masih lemah kebenarannya, maka perlu diuji kebenarannya. Kemudian para ahli menafsirkan arti hipotesis adalah sebagai dugaan terhadap hubungan antara dua variabel atau lebih. Selanjutnya Sudjana mengartikan hipotesis adalah asumsi atau dugaan

mengenai suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya.<sup>69</sup>

Atas dasar definisi di atas, sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang harus diuji lagi kebenarannya.

Hipotesis penelitian yaitu :

a. Hipotesis Alternatif

Hipotesis alternatif diberi simbol ( $H_a$ ), disebut juga hipotesis kerja ( $H_1$ ). Peneliti tidak menguji ( $H_a$ ) sebab ( $H_a$ ) adalah lawan ( $H_0$ ). Hipotesis alternatif hanya mengekspresikan keyakinan peneliti tentang ukuran-ukuran populasi. Dalam penelitian ini hipotesis kerja ( $H_a$ ) adalah ada pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam dengan Analisis Transaksional, pengaruh sesudah dan sebelum melakukan terapi Analisis Transaksional.

b. Hipotesis Nihil ( $H_0$ )

Hipotesis nihil dengan simbol ( $H_0$ ) inilah sebenarnya yang perlu diuji secara statistik dan merupakan pernyataan tentang parameter yang bertentangan dengan keyakinan peneliti, ( $H_0$ ) sementara waktu dipertahankan benar-benar hingga pengujian statistik mendapatkan bukti yang menentang atau mendukungnya. Apabila dari pengujian statistik diperoleh keputusan yang mendukung atau setuju dengan ( $H_0$ ), maka dapat dikatakan bahwa ( $H_0$ ) DITERIMA. Sebaliknya jika diperoleh

---

<sup>69</sup> Sudjana. *Metoda Statistika*, (Bandung : Tarsito. 2005), hal. 219

keputusan yang membelot atau bertentangan dengan keputusan ( $H_0$ ), maka dapat diambil tindakan bahwa ( $H_0$ ) DITOLAK.<sup>70</sup> Dalam penelitian ini hipotesis nihil ( $H_0$ ) adalah tidak ada pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam dengan Analisis Transaksional, yaitu pengaruh sesudah dan sebelum melakukan terapi Analisis Transaksional.

---

<sup>70</sup> Riduwan, *Pengantar Statistik Sosial*, (Bandung : Alfabeta, 2009), hal. 144