BAB II

TINJAUAN TEORITIK

TENTANG BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN KONSEP DIRI RENDAH

A. Bimbingan Dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan Dan Konseling Islam

Bimbingan Dan Konseling Islam adalah Proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.[18]

Jika ditinjau secara etimologis kata Bimbingan merupakan terjemahan dari kata "*Guidance*" berasal dari kata kerja "*to guide*" yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing, menuntun, ataupun membantu.[19] Konseling berasal dari bahasa latin "*Consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami",[20] di mana "*Consilium*" diartikan sebagai bersama, yakni berbicara bersama, pembicaraan yang berlangsung bersama konselor (*Counselor*) dengan seorang atau beberapa klien (*Counselee*).[21] Sedangkan Islam secara harfiyah berasal dari bahasa arab yang mengandung arti

---

[18] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII PRESS, 1992), hal. 5.

[19] Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hal. 3.

[20] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling (edisi revisi)*, (Jakarta: PT. Rineka cipta, 1999), hal. 99.

[21] Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2004), hal. 4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

selamat sentosa dan damai.[22] Dari kata *Salima* diubah menjadi bentuk *Aslama* yang berarti berserah diri.[23] Kata *Aslama* mengandung segala arti yang terkandung dalam arti pokok. Dengan demikian, arti pokok Islam adalah ketundukan, keselamatan dan kedamaian.[24]

Pengertian Bimbingan Dan Konseling Islam pada dasarnya adalah sama dengan pengertian bimbingan penyuluhan, hanya saja bimbingan dan penyuluhan Islam pada pelaksanaannya berdasarkan atas nilai-nilai keagamaan, sebagaimana yang dipaparkan oleh H.M. Arifin yang dikutip pada buku karangan Imam Sayuti Farid yang berjudul, "Pokok-pokok bahasan tentang bimbingan penyuluhan agama" menyatakan, bahwa Bimbingan dan Penyuluhan Agama adalah:

"Segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain, yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya, agar supaya orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan, kebahagiaan hidup pada saat sekarang dan masa depannya".[25]

---

[22]Studi Islam IAIN Surabaya, *Pengantar Studi Islam*, (Surabaya: IAIN AMPEL Press, 2005), hal. 2

[23] Maulana Muhammad Ali. *Islamologi*. Jakarta: Ikhtiar Baru Van Hoeve. 1980. hal. 2

[24] Nasruddin Razaq. *Dienul Islam*. Bandung: PT Al-Ma`arif. 1996. hal. 56

[25] Imam Sayuti Farid, *Pokok-pokok Bahasan tentang Bimbingan Penyuluhan Agama sebagai Tenik Dakwah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), hal. 25.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan didalam bukunya Samsul Munir, Bimbingan Dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam Al-Qur'an dan hadits rasulullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan Alqur'an dan hadits.[26]

Dari beberapa definisi dan tinjauan secara etimologis yang terpaparkan diatas, maka dapat diambil pengertian bahwa Bimbingan dan Konseling Islam ialah suatu proses pemberian pertolongan dalam bidang mental spiritual yang diberikan kepada seseorang yang sedang atau akan mengalami kesulitan-kesulitan baik lahirlah maupun batiniah didalam lingkungan hidupnya agar supaya orang tersebut mampu mengatasinya sendiri dengan potensi yang ada pada dirinya dengan melalui dorongan dari kekuatan iman dan taqwanya kepada Allah SWT dengan mengacu berdasarkan Al-Qur'an dan Hadis Rosulullah, untuk mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.

2. Tujuan Bimbingan Dan Konseling Islam

HM. Arifin mengatakan secara garis besar dari tujuan Bimbingan Dan Konseling Islam yaitu "untuk membantu pemecahan problema perseorangan dengan melalui keimanan. Dengan menggunakan pendekatan nilai-nilai dalam konseling tersebut, klien diberi *insight*

[26] Samsul Munir, *Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Jakarta; Amzah, 2010), hal. 23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(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".[27]

Sedangkan menurut Tahari Musnamar, tujuan dari Bimbingan Dan Konseling Islam dirumuskan sebagai berikut:

1) Tujuan Umum

Yaitu membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2) Tujuan Khusus

a. Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
b. Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.
c. Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik, atau menjadi lebih baik sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya atau orang lain.[28]

3. Fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam

Fungsi dari kegiatan Bimbingan Dan Konseling Islam yaitu suatu pengerak dari peranan seorang konselor, diantaranya dari fungsi Bimbingan Dan Konseling Islam sebagai berikut:

---

[27] HM. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan Luar Sekolah,* (Jakarta: Bulan Bintang), hal. 47.

[28] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam,* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 33-34

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Fungsi *Pereventif* (Pencegahan) yakni pencegahan timbulnya suatu masalah pada diri seseorang.

b. Fungsi *Kuratif* yaitu pemecahan atau penanggulangan masalah yang sedang dihadapi dan dialami.

c. Fungsi *Preservatif* yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (in state of good).

d. Fungsi *Developmental* (Pengembangan) yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.[29]

4. Asas-Asas Bimbingan Dan Konseling Islam

Dalam layanan Bimbingan Dan Konseling Islam selalu mengacu pada asas-asas bimbingan yang diterapkan dalam penyelenggaraan dan berlandaskan pada al-Qur'an dan hadits atau sunnah Nabi. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam merupakan ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan pelayanan Konseling.[30] Berdasarkan landasan-landasan tersebut dijabarkan asas-asas pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam sebagai berikut:

---

[29] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, (yogyakarta: UII press, 2001), hal 3

[30] Prayitni Dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling(edisi revisi)*, h. 115

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Kebahagiaan hidup duniawi bagi seorang muslim hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan yang abadi, yang amat baik.

b) Asas Fitrah

Manusia menurut Islam dilahirkan dalam atau membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam.

c) Asas lillahi ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah, konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih. Sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta Bimbingan dan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa yang dilakukan adalah karena dan untuk mengabdi kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdi kepada-Nya. Sebagaimana Firman Allah dalam al-Qur'an surat Al-An'am, ayat 162 :

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Artinya :*"Katakanlah: "Sesungguhnya salat, ibadah, hidup dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam"* (QS. Al-An'am: 162).[31]

Dan dalam surat Az-Dzariyat, ayat 56 :

قُلْ إِنَّ صَلاَتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Artinya: *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku"* (QS. Az-Dzariyat: 56).[32]

d) Asas Bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu, maka Bimbingan Dan Konseling Islam diperlukan selama hayat di kandung badan.

e) Asas kesatuan jasmani dan rohani

Bimbingan dan Konseling Islam memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah. Rohaniah tidak memandang sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan Konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut.

---

[31] Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 216
[32] Depart emen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 862

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f) Asas keseimbangan ruhaniyah

Rohani manusia memiliki unsur dan daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak hawa nafsu serta juga akal. Orang yang dibimbing diajak mengetahui apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa yang perlu dipikirkan, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayatinya setelah berdasarkan pemikiran dan analisa yang jernih diperoleh keyakinan tersebut. Dalam surat Al-A'raf ayat 179 Allah berfirman:

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيراً مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لاَّ يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لاَّ يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لاَّ يَسْمَعُونَ بِهَا أُوْلَـئِكَ كَالأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُوْلَـئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

Artinya: *"Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk isi neraka Jahanam kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai".* (QS. Al-A'raf: 179).[33]

[33] Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 251

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Orang-orang yang dibimbing dan diajak untuk mempergunakan semua kemampuan rohaniah potensialnya, bukan cuma mengikuti hawa nafsu (perasaan dan kehendak) semata.

g) Asas kemaujudan individu

Bimbingan dan Konseling Islam, berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seorang individu merupakan suatu maujud (*Eksistensi*) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari apa yang lainnya dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuannya fundamental potensi rohaniahnya. Asas sosialitas manusia

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme); hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial.

h) Asas kekhalifahan manusia

Sebagai Kholifah, manusia harus memelihara keseimbangan, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidak seimbangan tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. Allah berfirman dalam surat Faathir ayat 39 :

هُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ فَمَن كَفَرَ فَعَلَيْهِ كُفْرُهُ وَلَا يَزِيدُ الْكَافِرِينَ
كُفْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ إِلَّا مَقْتاً وَلَا يَزِيدُ الْكَافِرِينَ كُفْرُهُمْ إِلَّا خَسَاراً

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Artinya :*"Dia-lah yang menjadikan kamu khalifah-khalifah di muka bumi. Barang siapa yang kafir, maka (akibat) kekafirannya menimpa dirinya sendiri. Dan kekafiran orang-orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kemurkaan pada sisi Tuhannya dan kekafiran orang-orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kerugian mereka belaka".* (QS. Al-Fatir: 39).[34]

Kedudukan manusia sebagai khalifah itu dalam keseimbangan dengan kedudukannya sebagai makhluk Allah yang harus mengabdi pada-Nya. Dan jika memiliki kedudukan tidak akan memperturutkan hawa nafsu belaka.

i) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan dan keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Dengan kata lain, Islam menghendaki manusia berlaku "adil" terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain "hak" alam semesta (hewan dan tumbuhan dan lain sebagainya) dan juga hak tuhan.

j) Asas pembinaan akhlaqul karimah

Bimbingan dan Konseling Islam membantu konseli atau yang di bimbing, memelihara, mengembagkan, menyempurnakan sifat-sifat yang tidak baik tersebut. Allah berfirman dalam surat Al-Ahzab ayat 21:

---

[34] Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 702

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً

Artinya : *"Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah*". (QS. Al-Ahzab: 21).[35]

k) Asas kasih sayang

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

l) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masng-masing sebagai makhluk Allah. Allah berfirman dalam al-Qur'an surat An-Nisa: 86 :

[35] Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 670

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

وَإِذَا حُيِّيتُم بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّواْ بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَسِيباً

Artinya : *"Apabila kamu dihormati dengan suatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik, atau balaslah (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah memperhitungkan segala sesuatu"*. (QS. An-Nisa': 86).[36]

m) Asas musyawarah

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara pembimbing (konselor) dengan yang dibimbing atau konseli terjadi dialog amat baik, satu sama lain tidak saling mendekatkan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

n) Asas keahlian

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian dibidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik Bimbingan dan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan (obyek garapan/materi) bimbinga konseling.[37]

---

[36] Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan terjemahnya*, (Jakarta Intermasa ,1986), h. 133

[37] Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* , (Surabaya: Dakwah Digital Press), 2009, hal 28-31

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Langkah-Langkah Bimbingan Dan Konseling Islam

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

a. Langkah Identifikasi masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak.

b. Langkah Diagnosa

Langkah diagnosa yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya.

c. Langkah Prognosa

Langkah prognosa yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah.

d. Langkah Terapi (*treatment*)

Langkah ini adalah langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan dalam langkah prognosa.

e. Evaluasi atau *Follow Up*

Langkah ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauh mana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

langkah *Follow Up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.[38]

6. Unsur dalam proses Bimbingan Dan Konseling Islam

Bimbingan Dan Konseling Islam mempunyai beberapa unsur atau komponen yang saling terkait dan saling berhubungan satu sama lain. Unsur-unsur bimbingan dan konseling islam pada dasarnya adalah terkait dengan konselor, konseli dan masalah yang dihadapi. Penjelasan selengkapanya adalah sebagai berikut:

1) Konselor

Konselor adalah orang yang bermakna bagi klien, konselor menerima klien apa adanya dan bersedia dengan sepenuh hati membantu klien mengatasi masalahnya hingga saat kritis sekalipun, dengan upaya menyelamatkan klien dari keadaan yang tidak menguntungkan, baik untuk jangka panjang maupun jangka pendek dalam kehidupan yang terus berubah.[39] Menurut Thohari Musnamar, persyaratan menjadi konselor antara lain:

a) Kemampuan Profesional

b) Sifat kepribadian yang baik

c) Kemampuan kemasyarakatan (Ukhuwah Islamiyah)

d) Ketakwaan kepada Allah[40]

---

[38] Ibid, hal 39-40

[39] Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, h. 14

[40] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres, 1992).h. 42

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan menurut H. M. Arifin, syarat-syarat untuk menjadi konselor adalah :

a) Menyakini akan kebenaran Agama yang dianutnya, menghayati, mengamalkan karena ia menjadi norma-norma Agama yang konsekuensi serta menjadikan dirinya dan idola sebagai muslim sejati baik lahir ataupun batin di kalangan anak Bimbingannya.
b) Memiliki sifat dan kepribadian menarik, terutama terhadap anak Bimbingannya dan juga terhadap orang-orang yang berada lingkungan sekitarnya.
c) Memiliki rasa tanggung jawab, rasa berbakti tinggi dan loyalitas terhadap tugas pekerjaannya secara konsisten.
d) Memiliki kematangan jiwa dalam bertindak menghadapi permasalahan yang memerlukan pemecahan.
e) Mampu mengadakan komunikasi (hubungan) timbal balik terhadap anak Bimbingan dan lingkungan sekitarnya
f) Mempunyai sikap dan perasaan terikat nilai kemanusian yang harus ditegakkan terutama di kalangan anak Bimbingannya sendiri harkat dan martabat kemanusian harus dijunjung tinggi dikalangan mereka.
g) Mempunyai keyakinan bahwa setiap anak Bimbingannya memiliki kemampuan dasar yang baik dan dapat dibimbing menuju arah perkembangan yang optimal.
h) Memiliki rasa cinta terhadap anak Bimbingannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

i) Memiliki ketangguhan, kesabaran serta keuletan dalam melaksanakan tugas dan kewajibannya, dengan demikian ia tidak lekas putus asa bila mengahadapi kesulitan dalam menjalankan tugasnya.

j) Memiliki watak dan kepribadian yang familiar sebagai orang yang berada disekitarnya.

k) Memiliki jiwa yang progresif (ingin maju dalam karirnya)

l) Memiliki sikap yang tanggap dan peka terhadap kebutuhan anak bimbing.

m) Memiliki pribadi yang bulat dan utuh, tidak berjiwa terpecah-pecah karena tidak dapat merekam sikap.

n) Memiliki pengetahuan teknis termasuk metode tentang Bimbingan dan penyuluhan serta mampu menerapkannya dalam tugas.[41]

Persyaratan yang banyak tersebut dikarenakan pada dasarnya seorang konselor atau pembimbing adalah seorang pengemban amanat yang sangat berat sekali. Oleh karena itu, konselor atau pembimbing juga memerlukan kematangan sikap, pendirian, yang dilandasi oleh rasa ikhlas, jujur serta pengabdian.

Dari beberapa pendapat di atas pada hakikatnya seorang konselor harus mempunyai kemampuan untuk melakukan Bimbingan dan Konseling dengan disertai memiliki kepribadian dan tanggung jawab serta mempunyai pengetahuan yang luas tentang ilmu Agama

[41] Imam Sayuti Farid, Pokok-pokok Bahasan Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Tekhnik Dakwah, hh.14

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan ilmu-ilmu yang lain yang dapat menunjang keberhasilan Bimbingan dan Konseling.

Dari uraian di atas tentang kualifikasi seorang konselor juga tercantum dalam Al-Qur'an sebagaimana firman Allah SWT Al-Imron : 159:

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ ٱللَّهِ لِنتَ لَهُمْ ۖ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ ٱلْقَلْبِ لَٱنفَضُّوا۟

مِنْ حَوْلِكَ ۖ فَٱعْفُ عَنْهُمْ وَٱسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِى ٱلْأَمْرِ ۖ فَإِذَا

عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ يُحِبُّ ٱلْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya :"*Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah Lembut terhadap mereka. sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu Telah membulatkan tekad, Maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya."(Q.S. Al-Imron : 159)*[42]

2) Klien

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

[42] Departemen Agama RI Al-Hikmah. *Al-Qur`An dan Terjemahannya.* (Bandung: Diponegoro 2004) h. 69

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keberhasilan dalam mengatasi masalahnya itu sebenarnya sangat ditentukan oleh pribadi klien itu sendiri.[43]

Menurut Kartono Kartini klien hendaknya memiliki sikap dan sifat sebagai berikut:

a) Terbuka

Keterbukaan klien akan sangat membantu jalannya proses Konseling. Artinya klien bersedia mengungkapkan segala sesuatu yang diperlukan demi suksesnya proses Konseling.

b) Sikap percaya

Agar Konseling berlangsung secara efektif, maka klien harus dapat konselor. Artinya klien harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolongnya, percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapapun.

c) Bersikap jujur

Seorang klien yang bermasalah, agar masalahnya dapat teratasi, harus bersikap jujur. Artinya klien harus jujur mengemukakan data-data yang benar, jujur mengakui bahwa masalah itu yang ia alami.

d) Bertanggung jawab

Tanggung jawab klien untuk mengatasi masalahnya sendiri sangat penting bagi kesuksesan Konseling.

---

[43] Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, h. 14

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jadi seorang dapat dikatakan klien apabila memenuhi kriteria sebagaimana tersebut di atas

3) Masalah

Konseling berkaitan dengan masalah yang dihadapi oleh individu (klien), di mana masalah tersebut timbul karena berbagai faktor atau bidang kehidupan, maka masalah yang ditangani oleh Konseling dapat menyangkut beberapa bidang kehidupan, antara lain:

a) Bidang pernikahan dan keluarga
b) Bidang pendidikan
c) Bidang sosial (kemasyarakatan)
d) Bidang pekerjaan (jabatan)
e) Bidang keagamaan.[44]

Masalah dalam kamus Konseling adalah suatu keadaan yang mangakibatkan seseorang atau kelompok menjadi rugi, atau sakit dalam melakukan sesuatu.[45] Sedangkan menurut W.S Winkel dalam bukunya "Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Menengah", masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintangi, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.[46]

---

[44] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam,* (Yogyakarta: UII Pres, 1992). h. 41-42

[45] Sudarsono, *Kamus Konseling,* h.138

[46] W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah,* (Jakarta: Gramedia, 1989), h. 12

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Terapi Rasional Emotive

1. Pengertian Terapi Rasional Emotif

Menurut W.S. Winkel dalam bukunya "Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan mengatakan bahwa Terapi Rasional Emotif adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dengan akal sehat (rational thinking), berperasaan (emoting), dan berperilaku (acting), serta sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku. [43]

Sedangkan menurut Singgih D. Gunarsa mengungkapkan bahwa terapi rasional motif adalah memperbaiki melalui pola berpikirnya dan menghilangkan pola berpikir yang irasional. Terapi dilihatnya sebagai usaha untuk mendidik kembali (reeducation), jadi terapis bertindak sebagai pendidik, dengan antara lain memberi tugas yang harus dilakukan pasien serta menganjurkan strategi tertentu untuk memperkuat proses berpikirnya.[44]

Menurut Gerald Corey dalam bukunya "Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, terapi rasional emotif adalah pemecahan masalah yang menitikberatkanpada aspek berpikir, menilai, memutuskan,

---

[43] W.S. Winkel, Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan, (Jakarta: Grasindo, 1991), 364
[44] Singgih D. Gunarsah, Konseling dan Psikoterapi, (Jakarta: BPK. Gunung Mulia, 1992), 236

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

direktif tanpa lebih banyak berurusan dengan dimensi -dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi -dimensi perasaan.[45]

Dari beberapa pengertian diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa terapi rasional emotif merupakan terapi yang berusaha menghilangkan cara berpikir klien yang tidak logis, tidak rasional dan menggantinya dengan sesuatu yang logis dan rasional dengan cara mengonfrontasikan klien dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakina-keyakinan yang irasional.

2. Konsep Dasar Terapi Rasional Emotif Tentang Manusia

a. Pandangan Albert Ellis tentang Hakekat Manusia

1. Manusia dipandang sebagai makhluk yang rasional dan juga irasional. Hal ini dijelaskan dalam Al -Qur'an Q.S. Fushshilat: 49, yang artinya : Artinya: Manusia tidak jemu mohon kebaikan, dan jika mereka ditimpa malapetaka, dia menjadi putus asa lagi putus harapan.

Ayat diatas menunjukkan bahwa manusia juga mempunyai potensi berpikir irasional yaitu selalu berputus asa dan berkeluh kesah bila ditimpa malapetaka dan kesusahan. Sifat putus asa dan berkeluh kesah itu merupakan sifat dasar dari manusia, akan tetapi juga sebagai sifat yang negatif, oleh sebab itu harus dihilangkan.

[45] Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, (Bandung: PT. Eresco, 1988), 240

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pikiran, perasaan, dan tindakan manusia adalah merupakansuatu proses yang satu dengan yang lainnya tidak dapat dipisahkan. Hal ini dijelaskan dalam Surat Al -Isra' (17) ayat 84, yang artinya: Artinya: Katakanlah: Tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya masing-masing. Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya.

   Dari ayat diatas, penulis menyimpulkanbahwa manusia berpikir, berperasaan, dan bertindak secara simulasi. Jarang manusia berperasaan tanpa berpikir, sebab perasaan biasanya dicetuskan oleh persepsi atau situasi yang spesifik. Sebagaiman dinyatakan oleh Ellis (1974), "Ketika mereka beremosi, merek juga berpikir dan bertindak. Ketika mereka bertindak, mereka juga berpikir dan beremosi. Ketika mereka berpikir, mereka juga bertindak dan beremosi."

3. Individu bersifat unik dan memiliki potensi untuk memahami keterbatasannya, serta berpotensi mengubah pandangan dasar dan nilai -nilai yang diterimanya secara tidak kritis. Dari pandangan tentang hakekat manusia yang dikemukakan Albert Ellis diatas, penulis dapat menarik kesimpulan bahwa manusia dilahirkan dengan membawa potensi -potensi tertentu, ia memiliki berbagai kelebihan dan kekurangan serta keterbatasan yang bersifat unik. Setiap orang itu tidak ada yang identik/persis. Karena pada dasarnya setiap individu itu memiliki potensi untuk mengubah apa yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dipikirkannya dan apa yang dipercayainya, maka pikiran yang irasional dan tidak logis dapat diubah menjadi pikiran yang logis dan rasional. Maka dengan demikian, gangguan emosional dapat disembuhkan.

b. Konsep-Konsep Dasar Terapi Rasional Emotif

Konsep-konsep dasar terapi rasional emotif ini mengikuti pola yang didasarkan pada teori A-B-C, yaitu:

A = Activating Experence (pengalaman aktif) Ialah suatu keadaan, fakta peristiwa, atau tingkah laku yang dialami individu .

B = Belief System (cara individu memandang suatu hal). Pandangan dan penghayatan individu terhadap A

C = Emotional Consequence (akibat emosional). Akibat emosional atau reaksi individu positif atau negative.

Menurut pandangan Ellis, A (pengalaman aktif) tidak langsung menyebabkan timbulnya C (akibat emosional), namun bergantung pada B (belief system). Hubungan dan teori A -B-C yang didasari tentang teori rasional emotif dari Ellis dapat digambarkan sebagai berikut:

A--------C Keterangan : -- : Pengaruh tidak langsung

B : Pengaruh langsung

Jika disimak lebih dalam dari teori A -B-C tersebut, maka sasaran utama yang harus diubah paling dini adalah aspek B (Belief Sistem).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Yakni bagaimana caranya seseorang itu memandang atau menghayati sesuatu yang irasional, sedangkan konselor harus berperan sebagai pendidik, pengarah, mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola piker klien yang irasional atau keliru menjadi pola pikir yang rasional. Dari konsep di atas, maka dalam skripsi ini dapat dijelaskan, bahwa:

A= Klien seorang siswa yang berkewajiban bersekolah

B= Klien menganggap bahwa sekolah sebatas pencarian ijazah yang belumtentu ada gunanya esok hari (penentangan status sosial)

C= Klien menjadi sering membolos dan tidak pekerjaan sekolah sering diabaikan atau minta dikerjakan temannya Dari uraian diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa masalah yang menimpa Klien merupakan kesalahan dari Klien itu sendiri yang berupa prasangka yang irasional dan tidak logis, yang dari teori A-B-C, aspek B (belief system) yaitu pandangan penghayatan individu terhadap pengalaman aktif.

3. Tujuan Terapi Rasional Emotif

Tujuan utama dari terapi rasional emotif ialah menunjukkan dan menyadarkan klien bahwa cara berpikir yang tidak logis itulah merupakan penyebab gangguan emosionalnya. Dengan kata kain, terapi rasional emotif ini bertujuan membantu klien membebaskan dirinya dari cara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berpikir atau ide-idenya yang tidak logis dan menggantinya dengan cara-cara yang logis.[46]

Dengan demikian jelaslah bahwa tujuan terapi rasional emotif penekanannya pada membantu klien membebaskan dirinya dari emosi dan cara berpikir yang tidak logis dan menggantinya dengan cara-cara yang logis. Sebab gangguan emosional adalah produk dari pemikiran manusia itu sendiri. Jika kita berpikir buruk tentang sesuatu, maka kita pun akan merasakan sesuatu itu sebagai hal yang buruk yang akan menunjukkan tingkah laku yang irasional. Sebaliknya, jika kita berpikir baik tentang sesuatu, maka kitapun akan merasakan sesuatu itu sebagai ha l yang baik. Dengan demikian, diharapkan klien akan lebih merasa percaya diri dan mampu menghayati perubahan dalam cara berpikir dan bertindak.

4. Fungsi dan Peran Terapi Rasional Emotif

Ciri -ciri dari Peran Terapi Rasional Emotif dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Dalam menelusuri masalah klien yang dibantunya, konselor berperan lebih aktif dibandingkan dengan kliennya.
b. Dalam proses hubungan konseling, harus diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien.
c. Tercipta dan terpeliharanya hubungan baik itu dipergunakan oleh konselor untuk membantu klien mengubah cara berpikirnya yang tidak

[46] DewaKetutu Sukardi, Pengantar Pelaksanaan Pgorgam Bimbingan dan Konseling di Sekolah, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h 100

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

logis menjadi rasional.

d. Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak terlalu banyak menelusuri kehidupan masa lampau klien.

e. Diagnosis (rumusan masalah) yang dilakukan dengan konseling rasional emotif terapi bertujuan untuk membuka ketidak logisan pola berpikir klien.[47]

Dari uaraian di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri –ciri peran dari terapi rasional emotif adalah menggunakan teknik directive counseling (teknik langsung), dimana antara konselor dengan klien yang lebih aktif adalah konselor. Dalam konseling rasional emotif, konselor tidak terlalu banyak menelusuri kehidupan masa lampau klien dan harus pandai menciptakan hubungan yang baik dengan klien agar klien dapat terbuka dalam mengutarakan permasalahannya, sehingga konselor dapat dengan mudah dalam membantu klien mengubah cara berpikir klien, karena tujuan terapi rasional emotif adalah membuka ketidaklogisan klien dalam berfikir.

5. Proses dan Teori Rasional Emotif

Langkah-Langkah Konseling dalam proses Terapi Rasional Emotif Peran konselor dalam proses konseling rasional emotif akan tampak jelas dalam langkah - langkah konseling sebagai berikut:

[47] Ibid, 99

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Langkah Pertama

Dalam langkah ini, konselor berusaha menunjukkan klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan pemikiran yang irasional. Disini klien harus belajar untuk memisahkan pemikiran rasional dari yang irasional. Pada tahap ini, peran konselor adalah sebagai propagandis yang berusaha mendorong, membujuk, meyakinkan, bahkan sampai kepada mengendalikan klien untuk menerima gagasan yang logis dan rasional. Jadi pada langkah ini, peran konseling ialah menyadarkan klien bahwa masalah yang dihadapinya disebabkan oleh cara berpikirnya yang irasional.

b. Langkah Kedua

Peran konselor adalah menyadarkan klien bahwa pamecahan masalah yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri. Maka dari itu dalam konseling rasional emotif ini konselor berperan untuk menunjukkan dan menyadarkan klien, bahwa gangguan emosional yang selama ini dirasakannya akan terus menghantuinya kalau dirinya akan tetap berpikir tidak logis. Oleh karenanya, klienlah yang harus bertanggung jawab secara keseluruhan terhadap masalahnya sendiri.

c. Langkah Ketiga

Pada langkah ini, konselor berperan mengajak klien menghilangkan cara berpikir yang irasional. Konselor tidaklah cukup menunjukkan kepada klien bagaimana proses ketidak logisan berpikir ini, tetapi lebih jauh dari itu konselor harus berusaha mengajak klien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Pertama

Dalam langkah ini, konselor berusaha menunjukkan klien masalah yang dihadapinya berkaitan dengan pemikiran yang irasional. Disini klien harus belajar untuk menyisihkan pemikiran dari yang irasional. Pada tahap ini, peran konselor adalah propagandis yang bersiasat mendorong, memimpin, bahkan sampai kepada mengendalikan klien untuk gagasan yang logis dan rasional. Jadi pada langkah ini, konseling ialah menyadarkan klien bahwa masalah yang dia disebabkan oleh cara berpikirnya yang irasional.

b. Kedua

Peran konselor adalah menyadarkan klien bahwa pancacahan yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri. Maka dalam konseling rasional emotif ini konselor berperan untuk [illegible]kan dan menyadarkan klien, bahwa gangguan emosional [illegible]ma ini dirasakannya akan terus mengganggunya kalau dirinya [illegible] berpikir tidak logis. Oleh karenanya, klienlah yang harus [illegible]ng jawab secara keseluruhan terhadap masalahnya sendiri.

c. Ketiga

Pada langkah ini, konselor berperan mengajak klien [illegible]ngkan cara berpikir yang irasional. Konselor tidaklah cukup [illegible]kan kepada klien bagaimana proses ketidak logisan berpikir [illegible] lebih jauh dari itu konselor harus berusaha mengajak klien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengubah cara berpikirnya dengan cara menghilangkan gagasan yang irasional.

d. Langkah keempat

Peran konselor mengembangkan pandangan-pandangan yang realitas dan menghindarkan diri dari pemikiran yang irasional. Konselor berperan untuk menyerang inti cara berpikir yang irasional dari klien dan mengajarkan bagaimana caranya mengganti cara berpikir irasional menjadi rasional.

Dari keempat langkah tersebut, jelaslah keaktifan peran konselor dalam konseling rasional emotif adalah untuk meyadarkan klien dan agar menerima gagasan yang logis dan rasional. Dan dalam hal ini klienlah yang harus memikul tanggung jawab terhadap masalahnya. Konselor hanya mengarahkan dan mengajak merubah cara berpikirnya mengembangkan pandangan yang realistik.

6. Teknik-teknik Terapi Rasional Emotif

Teknik dari Terapi Rasional Emotif yang esensial adalah mengejar secara aktif-didaktif. Segera setelah terapi dimulai, konselor memainkan peran sebagai pengajar yang aktif untuk meredukasi klien. Konselor menunjukkan penyebab ketidak logisan gangguan-gangguan yang dialami klien dan verbalisasi diri yang telah mengakalkan gengguan dalam hidup

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

klien.[47] Ada beberapa teknik yang mana terdapat di terapi rasional emotif di yaitu:

a) *Teknik Assertive Training* adalah teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan pola prilaku tertentu yang diinginkannya.
b) *Teknik Sosiodrama* adalah teknik yang digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis persaan yang menekan klien, melalui suatu suasana yang didramatisasikan sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan.
c) *Teknik Self Modeling* adalah teknik yang digunakan dengan meminta klien untuk berjanji atau mengadakan komitmen dengan konselor untuk mengkilangkan perasaan atau prilaku tertentu.
d) *Teknik Imitasi* adalah teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus-menerus suatu model prilaku tertentu.[48]

C. Konsep Diri

1. Definisi Konsep Diri dan Konsep Diri Rendah

a. Konsep Diri

Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain. Hal ini temasuk persepsi

[47] Pihasniwati, *Psikologi Konseling; Upaya Pendekatan Integrasi-Interkoneksi,* (Yogyakarta: Sukses Offset, 2008), hal. 93-94
[48] *Ibid*, hal. 94

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ki beberapa teknik yang mana terdapat di terapi rasional emotif di

a) Assertive Training adalah teknik yang digunakan untuk mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus-menyesuaikan dirinya dengan pola perilaku tertentu yang lainnya.

b) Sociodrama adalah teknik yang digunakan untuk mencerikan berbagai jenis persoalan yang menekan klien, melalui masalah yang didramatisasikan sehingga klien dapat secara mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan.

c) Role Modeling adalah teknik yang digunakan dengan meminta klien berjanji atau mengadakan komitmen dengan konselor untuk ungkilangkan perasaan atau prilaku tertentu.

d) Reward adalah teknik yang digunakan dimana klien dimintai untuk melakukan secara terus-menerus suatu model prilaku tertentu.[48]

C. Konsep Diri

1. Definisi Konsep Diri dan Konsep Diri Rendah

a. Konsep Diri

Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian individu individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu berhubungan dengan orang lain. Hal ini termasuk persepsi

---

[47] Prof. Dr. Singgih D. Gunarsa, Psikologi Konseling; Upaya Pemecahan Integrasi-Interkoneksi, (Yogyakarta: Gunung Mulia, Cet. 2008), hal. 93-94

[48] Ibid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu akan sifat dan kemampuannya, interaksi dengan orang lain dan lingkungan, nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, tujuan serta keinginannya. Sedangkan menurut Beck, Willian dan Rawlin menyatakan bahwa konsep diri adalah cara individu memandang dirinya secara utuh, baik fisikal, emosional intelektual, social, dan spiritual.[49]

KEMENTERIAN AGAMA PERPUSTAKAAN UIN SUNAN AMPEL SURABAYA

Gambaran penilaian tentang konsep diri dapat di ketahui melalui rentang respon dari adaptif sampai dengan maladaptif. Pembagian Konsep diri tersebut dikemukakan oleh Stuart dan Sundeen, yaitu :

1) Gambaran diri (Body Image)

   Gambaran diri adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu.

2) Ideal diri

   Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku berdasarkan standart, aspirasi, tujuan atau penilaian personal tertentu

3) Harga diri

   Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh prilaku memenuhi ideal diri.

---

[49] Sobur,A, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung, Pustaka setia, 2003), hal. 510

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

an sikap dan kemampuannya interaksi dengan orang lain dan
nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek.
ia kepribadiannya. Sedangkan menurut Beck, William dan
mengatakan bahwa konsep diri adalah cara individu
g dirinya secara utuh, baik fisikal, emosional, intelektual,
spiritual.[49]

bahan pemahaman tentang konsep diri dapat di kembali mulai
sepan dari adapun sampai dengan dewasa. Pembagian
ri tersebut dikemukakan oleh Stuart dan Sundeen, yaitu :

ran diri (Body Image)

ran diri adalah sikap sesseorang terhadap tubuhnya secara
ian tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan
ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini
masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan
lamam baru setiap individu.

ri

diri adalah persepsi individu tentang bagaimana ia harus
ilaku berdasarkan standar, aspirasi, tujuan atau penilaian
al tertentu.

diri

diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai
n menganalisa seberapa jauh prilaku memenuhi ideal diri.

[49] Sobur, Umum Dalam Linguistik Semiotik, (Bandung: Pustaka setia, 2003), hal. 510

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4) Peran

Peran adalah sikap dan perilaku nilai serta tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat. Peran yang ditetapkan adalah peran dimana seseorang tidak punya pilihan, sedangkan peran yang diterima adalah peran yang terpilih atau dipilih oleh individu.

5) Identitas

Identitas adalah kesadarn akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sendiri sebagai satu kesatuan yang utuh.[50]

Berdasarkan pendapat di atas, dapatlah disimpulkan bahwa yang dimaksud konsep diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek diri yang meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis, yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain.

b. Konsep Diri Rendah

Sedangkan yang di maksud dengan konsep diri rendah merupakan penjabaran dari konsep diri negatif yang Berlebih. Coopersmith dikutip oleh Partosuwido, mengemukakan beberapa karakteristik, yaitu mempunyai perasaan tidak aman, kurang menerima dirinya sendiri dan biasanya memiliki konsep diri yang rendah.

---

[50] Agustian, H. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja.* (Bandung;Refika Aditama, 2006), hal. 138-139

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lah sikap dan perilaku nilai serta tujuan yang dibarapkan
orang berdasarkan posisinya di masyarakat. Peran yang
n adalah peran dimana seseorang tidak punya pilihan.
an peran yang diterima adalah peran yang terpilih atau
leh individu.

as

s adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari
si dan penilaian yang merupakan sintesa dari semua aspek
diri sendiri sebagai satu kesatuan yang utuh."

dasarkan pendapat di atas, dapatlah disimpulkan bahwa yang
konsep diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek
meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis.
didasarkan pada pengalaman dan interaksi kita dengan orang

Diri Rendah

dengkan yang di maksud dengan konsep diri rendah
kan penilaian dari konsep diri negatif yang berlebih.
smith dikutip oleh Parosuwido, mengemukakan beberapa
ristik yaitu munculnya perasaan tidak aman, kurang menerima
sendiri dan bisanya memiliki konsep diri yang rendah.

Dur H. Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep
an Diri Pada Remaja. (Bandung:Refika Aditama, 2006), hal. 138-139

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Calhoun dan Acocella mengatakan bahwa ada dua jenis konsep diri, yaitu konsep diri positif dan negatif. Konsep diri positif memiliki dasar penerimaan diri bukan kebanggaan yang besar terhadap diri, dan konsep diri negatif dikategorikan dalam dua bentuk, yaitu pertama, pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur: dia tidak memilik perasaan kestabilan dan keutuhan diri, dan kedua, seseorang yang terlalu stabil dan terlalu teratur, dengan kata lain kaku.[51]

William H. Fitts, menyebutkan ciri-ciri individu yang mempunyai konsep diri rendah adalah tidak menyukai dan menghormati diri sendiri, memiliki gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya, sulit mendefinisikan diri sendiri dan mudah terpengaruh oleh bujukan dari luar, tidak memiliki pertahanan psikologis yang dapat membantu menjaga tingkat harga dirinya, mempunyai banyak persepsi yang saling berkonflik, merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit bergaul, mengalami kecemasan yang tinggi, serta sering mengalami pengalaman negatif dan tidak dapat mengambil manfaat dari pengalaman tersebut. Konsep diri akan turun ke negatif apabila seseorang tidak dapat melaksanakan perkembangannya dengan baik.[52]

---

[51]Zamroni, "Pengaruh Konsep Diri dan Zuhud Terhadap Motivasi Berprestasi Santri Pesantren Tebuireng Jombang" (Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang,2010), hal 32

[52] Agustian, H. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja.* (Bandung;Refika Aditama, 2006), hal. 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

un dan Accelli mengatakan bahwa ada dua jenis konsep konsep diri positif dan negatif. Konsep diri positif dasar penerimaan diri bukan kebanggaan yang besar ini. dan konsep diri negatif dikategorikan dalam dua itu pertama, pandangan seseorang tentang dirinya sendiri tidak teratur; dia tidak memiliki perasaan kewabilan dan diri, dan kedua, seseorang yang terlalu stabil dan terlalu dengan kata lain kaku.[51]

Dalam H. Fitts, mengebutkan ciri-ciri individu yang mempunyai diri rendah adalah tidak menyukai dan mengbormati diri sendiri. gambaran yang tidak pasti terhadap dirinya. sulit kesukan diri sendiri dan mudah terpengaruh oleh bujukan dari tidak memiliki pertahanan psikologis yang dapat membantu mengkat harga dirinya. mempunyai banyak persepsi yang saling tik. merasa aneh dan asing terhadap diri sendiri sehingga sulit mengalami kecemasan yang tinggi. sera sering mengalami dirasan negatif dan tidak dapat mengambil manfaat dari dirasan tersebut. Konsep diri akan turun ke negatif apabila ng tidak dapat melaksanakan perkembangannya dengan baik.[52]

Pesantr "Pengaruh Konsep Diri dan Zuhud Terhadap Motivasi Berprestasi Santri Malang. lombang" (Skripsi. Fakultas Psikolog' UIN Maulana Malik Ibrahim 2

Dini D. H. Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kontemporer Dengan Konsep m Diri Pada Remaja. (Bandung:Refika Aditama. 2006), hal. 141

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jadi dapat diambil kesimpulan dari pengertian di atas, berupa konsep diri ada kecenderungan terhadap dua hal, konsep diri positif dan konsep diri negatif. Perbedaan ini disebabkan lebih pada bagaimana seseorang mencitrakan dirinya dan menilai berbagai kemungkinan yang menyangkut keberhasilan dan kebahagiaan hidupnya, terhitung dalam tidak atau menjalankan tindakan dan mengambil keputusan. Penilaian yang terukur dari rasional dan irasional keputusan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Konsep Diri

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri. Jalaludin rakhmat (1994), misalnya, menyebut faktor "orang lain" dan "kelompok rujukan" (reference group) sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri.[53]

Verderber menyebutkan sedikitnya tiga faktor yang mempengaruhi konsep diri, yakni (1) self-appraisal, (2) reaction and responses other, dan (3) roles you play. Brooks menambahkan faktor lain, yakni (4) reference group.[54]

a- Self Appraisal-Viewing Self as an Object

Istilah ini menunjukkan suatu pandangan, yang menjadikan diri sendiri sebagai objek dalam komunikasi, atau dengan kata lain, adalah kesan terhadap diri sendiri.

---

[53] Sobur,A, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung, Pustaka setia, 2003), hal. 517

[54] *Ibid*, hal.518

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ali dapat dianbil kesimpulan dari pengertian di atas, berupa
diri ada kecenderungan terhadap dua hal. konsep diri positif dan
diri negatif. Perbedaan ini dicsebabkan lebih pada bagaimana
g menciptakan dirinya dan menilai berbagai kemungkinan
yangkut kebahagiaan dan kebahagiaan hidupnya, terhitung
dak atau menjalankan tindakan dan mengambil keputusan.
yang terukur dari rasional dan irasional keputusan.

2. or yang mempengaruhi Konsep Diri

yak faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri Jalaludin
(99-4), misalnya, menyebut faktor "orang lain" dan "kelompok
reference group) sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi
i."

Cooper menyebutkan sedikitnya tiga faktor yang mempengaruhi
i, yakni (1) self-appraisal, (2) reaction and responses other, dan
role play. Brooks menambahkan faktor lain, yakni (4) reference

erwisual-Viewing Self as an Object

ini menunjukkan suatu pandangan, yang menjadikan diri
sebagai objek dalam komunikasi, atau dengan kata lain, adalah
terhadap diri sendiri.

Psikologi Cinta (Dalam Tuntunan Sejarah), (Bandung, Pustaka setia, 2003),
hal. 517

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b- Reaction And Response Of Others

Sebetulnya, konsep diri tidak saja berkembang melalui pandangan kita terhadap diri sendiri, namun juga berkembang dalam rangka interaksi dengan masyarakat. Oleh sebab itu, konsep diri di pengaruhi oleh reaksi serta respons orang lain terhadap diri kita. Menurut brooks (1971), *"self-concept is the direct result of how significantothers react to the individual"*. Jadi self concept atau konsep diri adalah hasil langsung dari cara orang lain bereaksi secara berarti kepada individu.

c- Roles you play-role taking

Dalam hubungan pengaruh peran terhadap konsep diri, adanya aspek peran yang kita mainkan sedikit banyak akan mempengaruhi konsep diri kita. Misalnya, ketika masih kecil, kita sering "bermain peran", kita meniru perilaku orang lain yang kita lihat, umpamanya peran sebagai ayah, ibu, kakek, nenek, atau meniru ekspresi orang lain. Permainan peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan konsep diri. Dari permainan peran ini pula, kita mulai memahami cara orang lain memandang diri kita.

d- Reference group

Yang dimaksud dengan reference groups atau kelompok rujukan adalah kelompok yang menjadi anggota di dalamnya. Jika kelompok ini kita anggap penting, dalam arti mereka dapat menilai dan bereaksi pada kita, hal ini akan menjadi kekuatan untuk mennetukan konsep diri kita. Dalam hubungan ini, menurut william brooks,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b- [illegible] and Response Of Others

[illegible] konsep diri tidak saja berkembang melalui pandangan kita [illegible] diri sendiri, namun juga berkembang dalam rangka interaksi [illegible] masyarakat. Oleh sebab itu, konsep diri di pengaruhi oleh [illegible] respons orang lain terhadap diri kita. Menurut brooks [illegible] self-concept is the direct result of how significant others react [illegible] individual". Jadi self concept atau konsep diri adalah hasil [illegible] dari cara orang lain bereaksi secara berarti kepada individu.

[illegible] role taking

[illegible] hubungan pengaruh peran terhadap konsep diri, adanya aspek [illegible] yang kita miliki sedikit banyak akan mempengaruhi konsep [illegible]. Misalnya, ketika masih kecil, kita sering "bermain peran", [illegible] perilaku orang lain yang kita lihat, umpamanya peran [illegible] ayah, ibu, kakak, nenek, atau meniru ekspresi orang lain. [illegible] peran inilah yang merupakan awal dari pengembangan [illegible] diri. Dari permainan peran ini pula, kita mulai memahami cara [illegible] lain memandang diri kita.

[illegible] group

[illegible] dimaksud dengan reference groups atau kelompok rujukan [illegible] kelompok yang menjadi anggota di dalamnya. Jika kelompok [illegible] anggap penting, dalam arti mereka dapat menilai dan bereaksi [illegible] kita, hal ini akan menjadi kekuatan untuk membentukan konsep [illegible] kita. Dalam hubungan ini, menurut william brooks,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"researchshows that how we evaluate ourselves is in part a function of how we are evaluated byreference group".

Jadi, penelitian menunjukkan bahwa cara kita menilai diri kita merupakan bagian dari fungsi kita dievaluasi oleh kelompok rujukan.

3. Aspek-aspek Konsep Diri

Dalam berjalannya konsep diri individu ada beberapa tinjauan yang mana memberi pengaruh penting atau pengaruh yang dijadikan acuan individu, yaitu beberapa aspek yang memberikan stimulus untuk menjalankan tindakan.

Konsep diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek, yang mana di sebutkan sebagai berikut:

a) Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan persaan berharga
b) Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain
c) Aktualisasi diri, atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.[55]

4. Ciri-ciri Konsep Diri Rendah

Stuart dan Sundeen mengemukakan, ada 9 (sembilan) cara individu mengekspresikan secara langsung konsep diri rendah:

a) Mengejek dan mengkritik diri sendiri

[55] Agustian, H. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. (Bandung;Refika Aditama, 2006), hal: 139

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

[illegible] Jahoda's that how we evaluate ourselves is in part a function of [illegible] are evaluated by reference group".

[illegible] penelitian menunjukkan bahwa cara kita menilai diri kita [illegible] bagian dari fungsi kita dievaluasi oleh kelompok rujukan.

3. [illegible] Konsep Diri

[illegible]m berpalanya konsep diri individu ada beberapa tinjauan yang [illegible]eberi pengaruh penting atau pengaruh yang dijadikan acuan [illegible] yaitu beberapa aspek yang memberikan stimulus untuk [illegible]an tindakan.

[illegible]sep diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek. [illegible]a di sebutkan sebagai berikut:

[illegible]alaman, terutama pengalaman interpersonal, yang [illegible]ncurkan perasaan positif dan perasaan berharga

[illegible]potensi dalam area yang dibangun oleh individu dan orang lain [illegible]alisasi diri, atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi [illegible] sebenarnya."

4. [illegible]onsep Diri Kendah

[illegible]rt dan Sundeen mengemukakan, ada 4 (empat) cara individu [illegible]nyesikan secara langsung konsep diri rendah:

[illegible]ejek dan mengkritik diri sendiri

Diri dan [illegible] [illegible]1. Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kontemporer Dengan Konsep Diri Prof. Dr. Agustiani (Bandung:Refika Aditama 2006), hal: 139

Individu mempunyai pandangan negatif tentang dirinya. Individu tersebut sering mengatakan dirinya ”bodoh”, ”tidak tau apa-apa”.

b) Merendahkan atau mengurangi martabat

Menghindari, mengabaikan atau menolak kemampuan yang nyata dimiliki.

c) Rasa bersalah dan khawatir

Individu menghukum diri sendiri. Ini dapat ditampilkan berupa fobia, obsesi. Individu tersebut menolak dirinya sendiri.

d) Manifestasi fisik

Termasuk tekanan darah tinggi, penyakit psikosomatis dan penyalahgunaan zat.

e) Menunda keputusan

Sangat ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Rasa aman terancam.

f) Gangguan berhubungan

Individu menjadi kejam, merendahkan diri atau mengeksploitasi orang lain. Perilaku lain adalah menarik diri atau isolasi yang disebabkan oleh perasaan tidak berharga.

g) Menarik diri dari realitas

Bila kecemasan yang disebabkan oleh penolakan diri sendiri mencapai tingkat berat atau panik, klien mungkin mengalami gangguan asosiasi, halusinasi, curiga, cemburu atau paranoid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- membunyai pandangan negatif terhadap dirinya. Individu
- sering mengatakan dirinya "bodoh", "tidak tau apa-apa".

- ihkan atau mengurangi martabat
- individu, mengabaikan atau menolak kemampuan yang nyata
- ri.

- salah dan khawatir
- mengihukum diri sendiri. Ini dapat ditampilkan berupa fobia.
- Individu tersebut menolak dirinya sendiri.

- tasi fisik
- uk tekanan darah tinggi, penyakit psikosomatis dan
- ngunaan zat.

- la keputusan
- ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Rasa aman terancam.

- uan berhubungan
- lu menjadi kejam, merendahkan diri atau mengeksploitasi orang
- Perilaku ini adalah menarik diri atau isolasi yang disebabkan
- erasaan tidak berharga.

- nik diri dari realitas
- kecemasan yang disebabkan oleh penolakan diri sendiri mencapai
- t berat atau panik. Klien mungkin mengalami gangguan asosiasi.
- nasi, curiga, cemburu atau paranoid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

h) Merusak diri

Harga diri yang rendah dapat mendorong individu mengakhiri kehidupannya.

i) Merusak atau melukai orang lain.[56]

Dari beberapa ciri-ciri tersebut, dapat diketahui bahwa konsep diri rendah memiliki tindakan atau ekspresi yang mana sebagai wujut penolakan atas diri sendiri atau jika bergubungan dengan status sosial yang ada, itu semua sebagai wujut penolakan konsep diri yang terjalankan.

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian seharusnya ada relevansi yang dibuat pedoman agar penelitian tidak ada rekayasa. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi supaya kevalidan data tidak lagi diragukan.

Dalam penelitian ini ada tiga judul penelitian yang dijadikan relevansi. Antara lain:

1. Oleh : Ibnu Azzar Firdaus - NIM: DO3302028, Mahasiswa dari: IAIN Sunan Ampel, Dibuat : 2009-03-08, dengan judul: "Pengaruh Strategi Self Management Terhadap Sikap Ketidak Mandirian Dalam Mengambil Keputusan Siswa Kelas 3 MTs Terpadu Al-Roudloh Mojosari, Mojokerto".

---

[56] Brooks, W.D., Emmert, P. *Interpersonal Community*, 1976, (Iowa. Brow Company Publisher. /konsep-diri-negatif.html/diakses 26 Desember 2011).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

k diri

diri yang rendah dapat menghorong individu mengakhiri
pannya.

a atau melakai orang lain.[56]

beberapa ciri-ciri tersebut, dapat dikatahui bahwa konsep diri
memiliki tindakan atau ekspresi yang mana sebagai wujut
atas diri sendiri atau jika hoyubungan dengan status sosial
itu semua sebagai wujut penolakan konsep diri yang
a.

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

penelitian sebaruspya ada relevansi yang dibuat pedomun agar
pe k ada rekayasa. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi supaya
k tidak lagi dirangukan.

penelitian ini ada tiga judul penelitian yang dijadikan relevansi.

Ar

1. na Azzar Firdaus - NIM: D03202028. Mahasiswa dari: IAIN
mpel. Dituat : 2009 03-08. dengan judul: "Pengaruh Strategi
agement Terhadap Silap Ketidak Mandirian Dalam Mengambil
n Siswa Kelas 3 MTs Terpadu Al-Roudlot Mojosari.
".

Publishe D. Emmert, P. Improvement Community. 1976. (Iowa. Brown Company
i-negatif.html-diakses 26 December 2011).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian ini memiliki tujuan untuk ingin mengetahui ada tidaknya pengaruh strategi self management (Pengelolaan Diri) terhadap ketidakmandirian siswa kelas III, MTS Terpadu Al-Roudhoh, Mojosari. Metode yang digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah Observasi dan Wawancara sebagai data pendukung.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang sekarang peneliti kaji adalah fokus pada tindakan dari siswa yang perlu dalam masa membenahan untuk berubah lebih baik. Jika pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, maka pada penelitian yang akan Konselor kaji adalah menggunakan penelitian kualitatif. Selain itu teori atau metode yang digunakan pun berbeda yakni pada penelitian Muhammad Kholil menggunakan Strategi Self Management, sedangkan pada penelitian yang akan peneliti Pakai menggunakan terapi Rasional Emotif.

2. Oleh : RENTI YASMAR - NIM. 05410091, Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dengan judul "Bimbingan dan Konseling Terhadap Siswi Bermasalah di Madrasah Muallimaat Muhammadiyah Yogyakarta".

   Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan dan menganalisis jenis dan faktor penyebab siswi bermasalah serta upaya yang dilakukan guru BK.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ilitian ini memiliki tujuan untuk ingin mengetahui ada tidaknya strategi self management (Pengelolaan Diri) terhadap adirian siswa kelas III. MTS Terpadu Al-Roudlotul. Mojosari. ng digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini servasi dan Wawancara sebagai data pendukung.

amaan penelitian ini dengan penelitian yang sekarang peneliti fokus pada tindakan dari siswa yang perlu dalam masa an untuk berubah lebih baik. Jika pada penelitian ini kan penelitian kuantitatif, maka pada penelitian yang akan kan adalah menggunakan penelitian kualitatif. Selain itu teori tode yang digunakan pun berbeda yakni pada penelitian ad Kholil menggunakan Strategi Self Management, sedangkan elitian yang akan peneliti Pakai menggunakan teori Rasional

ENTI YASMAR - NIM. 05410091. Perpustakaan UIN Sunan Yogyakarta, dengan judul "Bimbingan dan Konseling Terhadap Bermasalah di Madrasah Muallimaat Muhammadiyah ta".

elitian ini bertujuan mendeskripsikan dan menganalisis jenis r penyebab siswi bermasalah serta upaya yang dilakukan guru

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persamaan penelitian di atas dengan yang akan peneliti kerjakan sekarang berlingkup pada sekolah dan penanganan anak didik. Perbedaannya terletak pada observasi pendalaman permasalahan.

3. Oleh : Wiwik Rita Suprihatin - NIM. B07205007, S1- Program Studi Psikologi, dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Konsumtif Pada Siswa Di SMA Wachid Hasyim 2 Taman Sidoarjo".

   Penelitian ini secara operasional, kontrol diri diartikan sebagai sebuah kemampuan yang untuk membimbing tingkah laku sendiri yang ditujukan untuk menekan atau merintangi tingkah laku impulsif. Sedangkan gaya hidup konsumtif yang dimaksud dalam variabel penelitian ini adalah perilaku konsumen, baik individu, rumah tangga ataupun pemerintah, dalam pembelian maupun pemakaian barang dan jasa.

   Jenis penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan statistik ini yang membedakan antara yang akan peneliti gunakan sekarang. Persamaan antara yang peneliti akan teliti sekarang terletak pada pribadi klien yang sering menghambur-hamburkan uang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

umaan penelitian di atas dengan yang akan peneliti kerjakan
berlingkup pada sekolah dan pemangunan anak didik.
nya terletak pada observasi pendalaman permasalahan.

3. wik Rita Supriatin - NIM. B07205007. S1- Program Studi
dengan judul "Hubungan Antara Konsol Diri Dengan Gaya
nsumtif Pada Siswa Di SMA Wachid Hasyim 2 Taman

itian ini secara operasional, konsol diri diartikan sebagai
dampuan yang untuk membimbing tingkah laku sendiri yang
untuk menolak atau menyangi tingkah laku impulsif.
gaya hidup konsumtif yang dimaksud dalam variabel
ini adalah perilaku konsumen, baik individu, rumah tangga
merintah, dalam pembelian maupun pemakaian barang dan

penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan statistik ini
bedakan antara yang akan peneliti gunakan sekarang.
antara yang peneliti akan teliti sekarang terletak pada pribadi
k erring mengharapkan-harapkan uang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id