

orang lain, dan lingkungan sekitar. Pada langkah ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling REBT untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

3) Langkah akhir

Pada langkah ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasionalnya serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran.

Langkah-langkah konseling ini merupakan proses natural dan berkelanjutan. Langkah-langkah ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli. Secara khusus, terdapat beberapa langkah interval konseling dengan pendekatan REBT, yaitu:

- 1) Bekerjasama dengan konseli (*engage with klien*)
 - (a) Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan pengharapan.
 - (b) Memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
 - (c) Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
- 2) Melakukan asesmen terhadap masalah , orang dan situasi (*assess the problem, person and situation*)

- (a) Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
 - (b) Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.
 - (c) Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalaman masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab-sebab non-psikis seperti: kondisi fisik, lingkungan, dan penyalahgunaan obat.
- 3) Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*)
- (a) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah.
 - (b) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya.
- 4) Mengimplementasikan program penanganan (*implementasi the treatment program*)
- (a) Menganalisis episode spesifik di mana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework*.
 - (b) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau modifikasi tingkah laku.
 - (c) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan
- 5) Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progree*)

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berfikir atau perubahan tersebut disebabkan faktor lain.

- 1) Hal-hal yang menyangkut sistematik yaitu pengertian kata-kata seringkali mengandung arti berbeda dari yang dimaksudkan oleh penyampaian pesan atau juru penerang. Bilamana kedua belah pihak baik si penyampai pesan maupun yang menerima pesan (pendengar) tidak memahami terminologi yang sama, maka komunikasi sulit diperoleh secara efektif. Dalam keadaan demikian maka terjadilah *Communication Breakdown*.
- 2) Hal-hal yang menyangkut pengalaman yakni pengalaman yang telah lalu sering kali menjadi penghambat terhadap komunikasi yang efektif. Dalam keadaan demikian seseorang sering mentafsirkan berbeda terhadap suatu keterangan pengalaman yang berbeda.
- 3) Struktur sosial dari mana si pemberi pesan atau juru penerang dan si penerima pesan atau keterangan berasal juga sering menimbulkan *Communication Breakdown*.
- 4) *Self-image* yang bertahan atau tertutup pada perubahan. Dalam keadaan demikian orang kadang-kadang dalam menerima keterangan dari orang lain tetap cenderung untuk dipertahankan pendirian atau pendapatnya, bahkan keterangan tersebut disarankan sebagai ancaman, terutama bila mana seseorang berbeda di dalam lingkungan yang tidak aman, kecurangan terhadap orang lainpun timbul.⁵⁵

⁵⁵ Millard J. Bienvenve, *Talking it Over at Home in Family Communication*, dikutip dari H.M Arifin, *Psikologi Dakwah*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2000), hal. 80

Apabila komunikasi yang terjadi dalam kehidupan keluarga tidak dapat berfungsi secara efektif, dapat menimbulkan masalah diantaranya kesenjangan komunikasi. Dengan demikian kesenjangan komunikasi merupakan masalah Bimbingan Konseling Islam karena kesenjangan komunikasi yang terjadi termasuk didalam masalah keluarga. Konseli membutuhkan bantuan dan perhatian yang bertujuan untuk menyadarkan tentang arti pentingnya hubungan yang baik dalam keluarga. Sehingga konseli dapat merasakan bahwa dirinya berguna bagi dirinya sendiri, orang lain, dan keluarga.

5. Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Kesenjangan Komunikasi dengan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Sebagaimana yang telah dijelaskan bahwa salah satu masalah dalam Bimbingan Konseling adalah kesenjangan komunikasi. Apabila ada permasalahan maka seharusnya mencari solusi terbaik agar dapat merasakan kenyamanan hidup.

Sesuai dengan tujuan Bimbingan Konseling Islam yaitu untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli, maka konselor memberikan bantuan agar konseli mampu berkomunikasi dengan baik, terbuka dan memiliki sikap menyanyangi terhadap masing individu sehingga hubungan dalam keluarga tetap terjalin dengan baik.

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian ini ada beberapa judul penelitian yang saya jadikan relevansi. Antara lain sebagai berikut :

