



Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif
Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang
Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari
Surabaya

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Guna memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelara Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh

Viki Zahrotina
NIM. B93216131

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA 2019

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Viki Zahrotina

NIM : B93216131

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya* adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustak.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 12 Desember 2019

Yang membuat pernyataan



Viki Zahrotina
B93216131

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Viki Zahrotina

NIM : B93216131

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

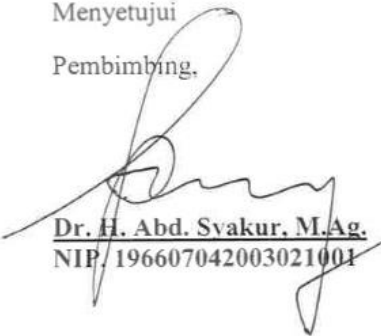
Judul : Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi
Naratif Untuk Menangani Konsep Diri
Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan
Babussalam Jemur Wonosari Surabaya

*Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing dan siap
untuk diuji.*

Surabaya, 13 Desember 2019

Menyetujui

Pembimbing,



Dr. H. Abd. Svakur, M.Ag.
NIP. 196607042003021001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN PENGUJI
IMPLEMENTASI KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
NARATIF UNTUK MENANGANI KONSEP DIRI NEGATIF
SEORANG REMAJA DI PANTI ASUHAN BABUSSALAM
JEMUR WONOSARI SURABAYA

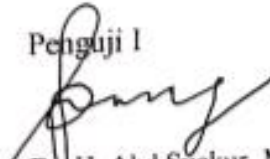
SKRIPSI

Disusun Oleh
Viki Zahrotina
B93216131

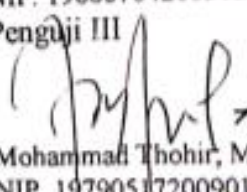
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada tanggal 18 Desember 2019

Tim Penguji

Penguji I


Dr. H. Abd Syakur, M.Ag.
NIP. 196607042003021001

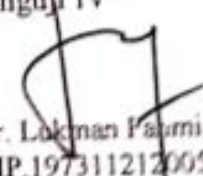
Penguji III


Mohammad Thohir, M.Pd.I
NIP. 197905172009011007

Penguji II


Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP.197605182007012022

Penguji IV


Dr. Lukman Fauzi, S.Ag, M.Pd.
NIP.197311212005011002





**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uin-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : VIKI ZAHROTINA
NIM : B93216131
Fakultas/Jurusan : FDK/BIMBINGAN KONSELING ISLAM
E-mail address : viki.zahro@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**IMPLEMENTASI KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI NARATIF
UNTUK MENANGANI KONSEP DIRI NEGATIF SEORANG REMAJA DI
PANTI ASUHAN BABUSSALAM JEMUR WONOSARI SURABAYA**

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 Desember 2019

Penulis

(Viki Zahrotina)

ABSTRAK

Viki Zahrotina, NIM. B93216131, 2019. Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya? (2) Bagaimana hasil implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya?. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan analisis strudi kasus deskriptif yang mana pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi yang disajikan dalam baba penyajian data dan analisis deskriptif dengan membandingkan sebelum dan sesudah proses terapi. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa proses terapi naratif beberapa tahapan, yakni: 1. Eksternalisasi masalah; 2. Dekonstruksi cerita; 3. Re-authoring; 4. Peneguhan kembali; 5. Aliansi terapiutik. Hasil akhir dalam penelitian ini tergolong berhasil karena dapat memenuhi lima indikator keberhasilan. Hasil ini dapat dilihat `melalui perubahan pada diri konseli kearah yang lebih baik. Konseli Mulai datang ke tempat les yang disediakan panti, mulai terbuka terhadap teman-temannya, berkurang bolosnya, pribadi yang percaya diri, dan meskipun terkadang untuk belajar dan sekolah ada rasa malas.

Kata kunci: Konseling Islam, Terapi Naratif, Konsep Diri

ABSTRACT

The implementation of Islamic Counseling with Narrative Therapy to Handle the Negative Self-Concept of a Teenager at Babussalam Orphanage located in Jemur Wonosari Surabaya.

The focus of this research are (1) How is the implementation of Islamic counseling with narrative therapy to deal with the negative self-concept of a teenager in Babussalam Jemur Orphanage in Wonosari Surabaya? (2) What is the result of the implementation of Islamic counseling with narrative therapy to deal with the negative self-concept of a teenager at Babussalam Jemur Wonosari Orphanage?. This research used qualitative research methods with descriptive analysis case study which the data collection was done through observation, interviews and documentation presented in the presentation of data and descriptive analysis by comparing before and after the therapy process. In this study was found that the process of narrative therapy has several stages, namely: 1. Externalizing the problem; 2. Deconstruction of the story; 3. Re-authoring; 4. Reaffirmation; 5. Therapeutic alliance. The final results of this study are quite successful because they can meet five indicators. This result can be seen through the changes of the counselee's it self become better. Counselees Began to come to a tutoring place provided by the institution, they start to be open to his friends, reduced truancy, a confident person, even though when study and school there is a feeling of laziness.

Keywords: Islamic Counseling, Narrative Therapy, Self-Concept

ملخص

فيكي زهروتينا ، B93216131، 2019. تنفيذ الاستشارة الإسلامية مع العلاج السردي للتعامل مع المفهوم السلبي للمراهق في دار أيتام باب السلام جمور ونوساري سورابايا.

تركز هذه الدراسة على ما يلي: (1) كيف يتم تنفيذ الاستشارة الإسلامية مع العلاج السردي للتعامل مع المفهوم السلبي للمراهق في باب السلام جمور ونوساري سورابايا؟ (2) ما هي نتيجة تطبيق الاستشارة الإسلامية مع العلاج السردي للتعامل مع المفهوم السلبي الذاتي للمراهق في دار السلام جامور ونوساري للأيتام؟. استخدم الباحثون طرق البحث النوعي باستخدام تحليل دراسة الحالة الوصفي الذي تم فيه جمع البيانات من خلال الملاحظة والمقابلات والوثائق المقدمة في عرض البيانات والتحليل الوصفي من خلال مقارنة قبل وبعد عملية العلاج. في هذه الدراسة ، وجد أن عملية المعالجة السردية لها عدة مراحل ، وهي: 1. إضفاء طابع خارجي على المشكلة ؛ 2. تفكيك القصة. 3. إعادة التأليف ؛ 4. تأكيد 5. التحالف العلاجي. النتائج النهائية في هذه الدراسة ناجحة للغاية لأنها يمكن أن تلبي خمسة مؤشرات للنجاح. يمكن رؤية هذه النتيجة من خلال التغييرات في الذات التي يقوم بها المحامي نحو الأفضل. بدأ المحامون القدوم إلى مكان التدريس الذي توفره المؤسسة ، وبدأوا في فتح أبوابه أمام أصدقائه ، والتقليل من التغيب عن المدرسة ، والشخص الواثق ، وحتى في بعض الأحيان ، كان هناك شعور بالكسل عند الدراسة والمدرسة.

الكلمات المفتاحية: الاستشارة الإسلامية ، العلاج السردي ، المفهوم الذاتي

**“Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk
Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti
Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya”**

Daftar Isi

	Halaman
Judul Penelitian	i
Pernyataan Otentisitas Skripsi	ii
Persetujuan Dosen Pembimbing	iii
Pengesahan Tim Penguji	iv
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi	v
Abstrak	vi
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xii
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Definisi Konsep	9
1. Konseling Islam	9
2. Terapi Naratif	10
3. Konsep Diri	12
F. Sistematika Pembahasan	13

BAB II: KAJIAN TEORETIK

15

A. Kerangka Teoretik

15

1. Konseling Islam

15

a) Pengertian

15

b) Tujuan

17

c) Asas-asas

17

d) Fungsi

21

e) Unsur-unsur Konseling Islam

23

f) Langkah-langkah Konseling Islam

27

2. Terapi Naratif

28

a) Pengertian Terapi Naratif

28

b) Sejarah terapi naratif

30

c) Tujuan Konseling Naratif

31

d) Konsep Dasar Terapi Naratif

32

e) Pandangan Tentang Konsep Dasar Manusia

35

f) Tujuan Terapi Naratif

35

g) Ciri-Ciri Terapi Naratif

36

h) Peran dan Fungsi Konselor dalam Terapi Naratif

37

i) Teknik-Teknik Terapi Naratif

37

j) Tahapan Terapi Naratif

40

3. Konsep Diri

41

a) Pengertian Konsep Diri

41

b) Pembentukan Konsep Diri

44

c) Faktor yang Mempengaruhi

45

d) Macam-macam Konsep Diri

46

e) Aspek-aspek

48

f) Dimensi Konsep Diri

49

g) Urgensi

51

h) Konsep Diri Remaja

52

4. Perspektif Islam

56

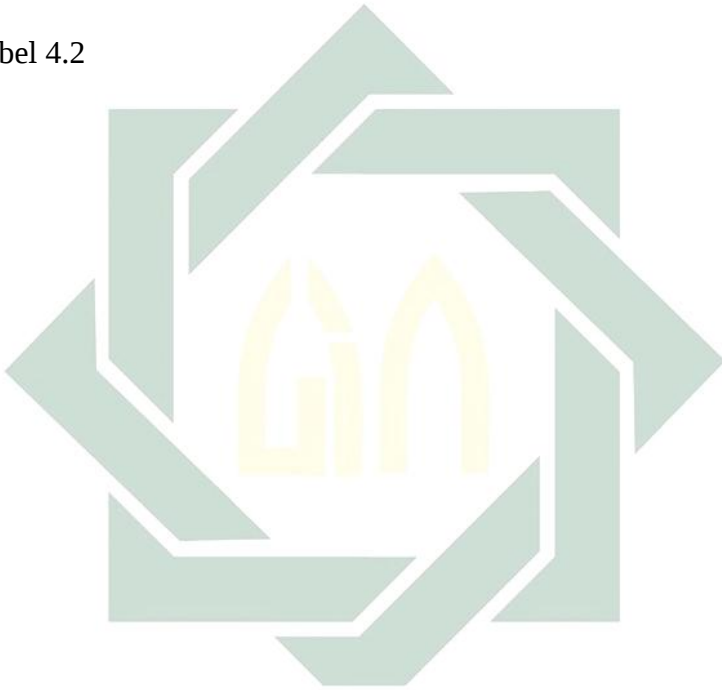
B. Penelitian Terdahulu Yang Relefan

60

BAB III: METODE PENELITIAN	63
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	63
B. Lokasi Penelitian	64
C. Jenis dan Sumber Data	64
D. Tahap-Tahap Penelitian	65
E. Teknik Pengumpulan Data	67
F. Teknik Validasi data	69
G. Teknik Analisis Data	69
BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	72
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	72
B. Penyajian Data	76
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)	105
1. Perspektif Teori	105
2. Perspektif Islam	129
BAB V: PENUTUP	133
A. Simpulan	133
B. Rekomendasi	135
C. Keterbatasan Penelitian	136
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

Daftar Tabel

	Halaman
Tabel 4.1	105
Tabel 4.2	128



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang telah memasuki era revolusi industri 4.0, dimana Indonesia memiliki tantangan besar khususnya di dunia pendidikan. Kepala Dinas Pendidikan Sumatera Selatan, memberikan penjelasan terkait pendidikan keluarga sebagai suatu jalan untuk berfikir, bertindak dan jalan berkomunikasi sehingga diharapkan tiga institusi yaitu pemerintah, masyarakat, dan keluarga dapat bekerja sama dalam mendidik anak.¹

Sebagai anak yang memasuki usia muda harus siap menghadapi tantangan tersebut, karena generasi muda mempunyai peran sebagai agen perubahan bagi masa depan kehidupan bangsa dan negara. Ketika semakin besar tantangan yang dihadapi, maka dibutuhkan juga kualitas generasi muda yang baik. Dengan begitu generasi muda bersama-sama meningkatkan kualitas bangsa.

Generasi muda yang berkualitas merupakan generasi yang mempunyai banyak wawasan. Untuk mendapatkan wawasan, Maka dibutuhkan pendidikan dari non formal yang didapatkan di sekolah dan informal didapatkan di keluarga. Dalam pendidikan informal keluarga melibatkan Ayah dan Ibu mempunyai peran sebagai pendidik, dan anak sebagai

¹ Berita Antara Sumsel. “Tantangan Disdik OKU Sosialisasi Pendidikan Keluarga Bentuk Karakter Anak” (<http://sumsel.antaranews.com/berita/405986/disdik-oku-sosialisasikan-pendidikan-keluarga-bentuk-karakter-anak>) diakses pada Rabu tanggal 17 September 2019 pukul 17.44 wib.

peserta/anak yang didik. Kedua orang tua mempunyai peran penting dalam proses pembentukan karakter anak. Hal ini disebabkan informasi yang akan menjadi karakter anak, didapatkan pertama kali adalah lingkungan keluarga.

Dari beberapa hak anak menurut Tahun Internasional Anak, 1979 yaitu hak anak untuk menerima kasih sayang, dan pengertian, mendapat gizi yang cukup, menikmati pendidikan, dan lain sebagainya.² Sebagai orang tua sepatutnya memberikan hak-hak tersebut diberikan terhadap anak. Dan pendidikan yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan dalam membentuk karakter seseorang anak.

Definisi pendidikan menurut UU No. 20 Tahun 2003, pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran sehingga peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan, masyarakat, bangsa dan Negara.³

Pendidikan karakter anak yang kurang maka adanya bimbingan dan konseling. Secara umum tujuan penyelenggaraan bantuan layanan bimbingan dan konseling adalah berupaya membantu anak didik menemukan pribadinya secara mendasar dalam hal mengenai kekuatan dan kelemahan dirinya secara dinamis sebagai modal perkembangan diri lebih lanjut.

² Dra. Suryanah. *Keperawatan Anak untuk Siswa SPK*. (Jakarta: EGC, 1996), 2.

³ Made Pidarta. *Landasan Kependidikan*. (Jakarta: Rineka Cipta, Ed. II, 2013) 15.

Dalam tujuan pendidikan nasional bahwa bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari proses mendidik memiliki tanggung jawab yang cukup besar dalam pengembangan kualitas manusia Indonesia. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pendidikan yang bermutu adalah suatu proses yang menghantarkan anak kearah pencapaian perkembangan diri yang optimal. Hal ini karena anak sedang berkembang ke arah kematangan atau kemandirian. Untuk mencapai kematangan tersebut, anak memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang dirinya. Proses perkembangan yang membentuk anak terdapat beberapa pengaruh seperti lingkungan, fisik, psikis, dan sosial. Apabila perubahan yang terjadi dilingkungan sulit diprediksi, atau diluar jangkauan kemampuan, maka yang terjadi akan melahirkan kesenjangan perilaku terhadap anak, seperti stagnasi perkembangan, penyimpangan perilaku atau masalah-masalah pribadi. Adapun upaya untuk mencegah dan menangkal perilaku yang tidak diinginkan tersebut dengan cara mengembangkan potensi anak dan memfasilitasi mereka secara sistematis dan termodel untuk mencapai standar kompetensi kemandirian. Hal tersebut senada dengan tujuan bimbingan dan konseling secara umum, yakni membantu anak untuk mengembangkan seluruh potensi yang dimilikinya secara optimal.

Potensi yang dimiliki masa remaja akan berpengaruh terhadap keberhasilan dan kesuksesan remaja. Dengan demikian untuk meraih keberhasilan dibutuhkan konsep diri yang baik, sebab tanpa adanya tujuan dan pembentukan konsep diri yang tepat maka anak akan mengalami kesulitan dalam memilih bakat dan minat sesuai dengan kemampuannya.

Konsep diri merupakan suatu pendapat tentang dirinya sendiri. Konsep diri ini mencakup beberapa bagian seperti penggambaran diri dalam pribadi, merasa diri dalam pribadi dan keinginan diri.⁴ Hal ini berkaitan di QS. Adz-Dzariyat: 21 sebagai berikut:

وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ

Artinya: “Dan (juga) pada dirimu sendiri. Maka apakah kamu tidak memperhatikan?” (Q.S Adz-Dzariyat: 21)⁵

Ayat di atas berisi perintah terhadap manusia untuk memperhatikan dirinya. Sayyid Quthb mengemukakan bahwa yang dimaksud yaitu mencakup berbagai hal, seperti proses penciptaan manusia, struktur jiwa dan raga beserta fungsinya, dan potensi-potensi yang dikaruniakan Allah pada diri manusia.⁶ Dapat dikatakan hasil dari penelitian tersebut akan melahirkan pengetahuan, pemahaman, dan penerimaan seseorang akan dirinya. Hal ini yang kemudian akan membentuk sebuah konsep diri utuh, yang mana berpengaruh besar terhadap kelangsungan hidup individu, baik dalam hubungannya dengan Allah SWT maupun dengan sesama manusia.

Dalam kehidupan manusia konsep diri merupakan faktor yang sangat penting. Karena konsep

⁴ Muhamad Thohir. *Pemahaman Individu*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014), 85.

⁵ Al-Qur'an, *Adz-Dzariyat*: 21

⁶ Sayyid Quthb, *Fi Zhilalil Qur'an*, diterj. oleh As'ad Yasin, dkk.. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an* Jilid 9. (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), 40.

diri berperan sangat besar ketika menentukan keberhasilan hidup seseorang. Konsep diri dapat menjalankan mental yang berdampak pada pengaruh dalam proses berpikir seseorang. Setelah itu konsep diri akan masuk ke pikiran bawah sadar dan akan berpengaruh terhadap tingkat kesadaran seseorang pada suatu waktu. Konsep diri positif mampu memberikan dorongan bagi seseorang untuk mencapai keberhasilan. Seseorang yang memiliki konsep diri positif, dia akan cenderung optimis, berani mencoba hal baru, berani menghadapi tantangan yang ada, dirinya dipenuhi rasa percaya diri, merasa diri berharga, dan berani menetapkan tujuan hidup, serta bersikap dan berpikir positif. Sebaliknya, apabila seseorang memiliki konsep diri negatif, maka sulit baginya untuk berhasil. Konsep diri negatif dapat mengakibatkan tumbuhnya takut pada kegagalan sehingga tidak berani menghadapi tantangan, merasa rendah diri, serta menjadi pribadi yang pesimis.⁷

Konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikososial anak yang penting untuk dipahami oleh pendidik. Hal ini dikarenakan konsep diri merupakan salah satu variabel yang menentukan dalam proses pendidikan. Rendahnya prestasi dan konsep diri anak serta terjadinya penyimpangan-penyimpangan perilaku anak di keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekitar yang disebabkan oleh persepsi dan sikap negatif anak terhadap diri sendiri.⁸

⁷Desmita. *Psikologi Perkembangan Anak didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 164

⁸Desmita. *Psikologi Perkembangan Anak didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 164.

Konsep diri negatif juga dialami Dimas (nama samaran) salah satu siswi kelas X SMA di Panti Asuhan Babussalam. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada Dimas pada saat konseling, diperoleh hasil bahwa hal paling mendasar yang menjadi indikasi Dimas memiliki konsep diri negatif adalah adanya kecenderungan dalam diri anak untuk memberikan pandangan atau penilaian yang negatif tentang arti hidup, bahkan tentang dirinya sendiri. Saat wawancara dia mengungkapkan bahwa ketika setelah pengumuman diterimanya di SMK N 3 Surabaya. Ia berlibur di rumah temannya selama tiga hari. Selama di rumah temannya, konseli melihat temannya yang mempunyai keluarga yang menyayangnya, kedua orangtua yang selalu memperhatikannya, dan ekonomi yang cukup untuk memfasilitasi anaknya. Kedua orang tuanya yang selalu mengingatkan makan anaknya, sholat, dan selalu memperingati anaknya ketika main game berlebihan. Selain itu orang tuannya memfasilitasi laptop, motor, tv, handphone, dan PS untuk anaknya. Ketika melihat temannya yang mempunyai kecukupan secara jasmani dan rohani, konseli mempunyai perasaan ketidak terimaan atas kenyataan yang sekarang.⁹

Melihat adanya masalah tersebut, perlu adanya penanganan khusus yang dilakukan terhadap masalah konsep diri negatif yang dimiliki Dimas. Diharapkan dari segala pihak mampu mendukung dalam penanganan kondisi tersebut, baik keluarga, pengurus panti, maupun lingkungan sekitar. Pada kondisi ini, konselor diharapkan mampu memberikan langkah-langkah

⁹ Hasil wawancara dan observasi dengan klien pada tanggal 19 dan 26 September 2019 di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.

konseling yang tepat dalam mengatasi konsep diri negatif bagi anak.

Peran konselor pada masalah ini adalah bagaimana agar anak dapat meningkatkan motivasinya dan mempertahankan motivasi tersebut agar tetap terjaga. Jika konsep diri anak ditingkatkan, secara otomatis prestasi atau hasil belajar anak akan berangsur-angsur membaik. Berangkat dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti peningkatan konsep diri negatif kepercayaan diri pada seorang remaja dengan mengambil judul **“Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya”**.

B. Rumusan Masalah

Skripsi dengan judul “Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Untuk Menangani Konsep Diri Negatif Seorang Remaja Di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya”, dapat menggunakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya?
2. Bagaimana hasil implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan proses implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.
2. Untuk mendeskripsikan hasil implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini menggunakan sudut pandang secara teoritis dan praktis baik sebagai peneliti maupun pembaca, antara lain sebagai berikut:

1. Secara Teoretik
 - a) Dapat menambah wawasan bagi pengembangan ilmu dan pengetahuan yang berhubungan dengan topik Implementasi Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi naratif untuk

menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.

- b) Bahan masukan bagi pembaca khususnya mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Secara Praktis

- a) Memberikan informasi dan bekal aplikatif kepada para pengelola lembaga akademik tentang realitas penelitian di Panti asuhan babussalam.
- b) Menambah wawasan bagi para praktisi di bidang Bimbingan Konseling Islam pada umumnya, bahwa penelitian yang berjudul implementasi bimbingan dan konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya. Dapat dikembangkan di masyarakat, lembaga dan seterusnya

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Konseling adalah proses komunikasi antara konselor dengan konseli, dimana konselor berperan sebagai pemberi bantuan dan konseli sebagai penerima bantuan yang dilaksanakan secara sadar dan langsung.¹⁰ Adapun makna dari konseling islam adalah suatu proses komunikasi yang bertujuan untuk membantu konseli guna

¹⁰ Sri Astutik. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014), 8.

¹⁰Desmita. *Psikologi Perkembangan Anak didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 164.

mengembangkan fitrahnya secara jasmani dan rohani serta dapat memecahkan hambatan atau masalah hidupnya dengan baik dan benar menggunakan landasan Al-Qur'an dan Hadis Rasulullah SAW, sehingga ketika mengambil langkah dalam hidupnya sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadis.¹¹

2. Terapi Naratif

Dalam sejarahnya, terapi naratif merupakan suatu metode yang berkembang di amerika serikat sebagai landasan praktek konseling. Terapi naratif adalah suatu pendekatan yang digunakan untuk konseling individu atau kelompok, dimana konseli diajak untuk mau terbuka terhadap masalahnya yang diutarakan dalam bentuk cerita. Terapi naratif ini muncul dari pemikiran Michael White yang mempunyai beberapa langkah utama, adapun diantaranya sebagai berikut:

- a. Memisahkan identitas konseli dari masalahnya
- b. Menata ulang cerita yang tidak menyenangkan menjadi cerita yang menginspirasi
- c. Memunculkan dan menyusun cerita alternatif
- d. Menemukan identitas baru dan membuang identitas lama
- e. Membentuk aliansi terapeutik¹²

Pendekatan ini sangat dekat dengan cerita dan naratif. Maka dari itu perlunya mengulas kembali mengenai hal tersebut. Makna dari cerita yaitu suatu pengutaraan pernyataan peristiwa yang tersusun secara sistematis mulai dari awal hingga

¹¹Tohari Musnamar. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 1995), 5.

¹² Jhon McLeod. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1. (Jakarta : Prenada Media, 2006), 254-255.

akhir, serta mengkomunikasikan mengenai perilaku yang dilakukan secara sadar terjadi pada individu ataupun kelompok. Oleh sebab itu suatu cerita bukan hanya benar terjadi di kehidupan dunia. Namun sebuah cerita diutarakan guna “menunjukkan sesuatu”. Sedangkan narasi merupakan suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan proses bantuan peristiwa yang telah terjadi. Sebuah narasi terdapat dari berbagai kisah atau cerita yang terjadi berbeda satu dengan yang lain dan sangat mungkin jika ada komentar atas apa yang diceritakan dan dijelaskan.¹³

Terapi ini dapat digunakan sebagai landasan konseling yang menangani konsep diri negatif. Bagi individu yang mengalami penurunan belajar otobiografis dengan dihantui banyak rasa takut gagal sehingga menimbulkan pengulangan menghindari. Padahal penalaran ingatan otobiografis atas realita hidupnya diperlukan guna memaknai dan membentuk identitas diri yang sehat. Dengan menggunakan ingatan otobiografis, individu dapat menganalisis kehidupannya menggunakan pandangan yang lebih kearah objektif. Dengan cara tersebut individu dapat berkembang secara optimal. Pembentukan arti hidup dengan sudut pandang positif atas realita hidupnya merupakan proses pertama individu melihat hidupnya dari sudut pandang yang berbeda. Hal ini dilakukan melalui

¹³ Jhon McLeod. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1. (Jakarta : Prenada Media, 2006), 254-255.

proses pemeriksaan dan pengeditan perjalanan hidup yang merupakan dasar terapi naratif.¹⁴

3. Konsep Diri Negatif

Dalam penelitian ini subjeknya adalah seorang remaja yang memiliki konsep diri negatif. Remaja ini berusia antara 13 sampai 17 tahun.¹⁵ Makna dari konsep diri adalah pendapat mengenai diri sendiri meliputi pandangan, harapan, dan penilaian yang diperoleh seseorang pada dirinya. Individu mempunyai pemikiran mengenai bagaimana dia melihat dirinya sendiri, berpendapat secara penilaian pada diri sendiri, mempunyai keinginan untuk dirinya seperti apa yang dicita-citakannya.¹⁶

Konsep diri ada dua macam, yaitu positif dan negatif. Adapun konsep diri yang positif menunjukkan persepsi diri secara baik, sementara konsep diri negatif menunjukkan pandangan terhadap diri kurang stabil.¹⁷ Konsep diri terbentuknya melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan ketika di dunia. Proses terbentuknya konsep diri dipengaruhi oleh lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orang

¹⁴ Swasti dan Martani, "Menurunkan Kemecasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup". *Jurnal Psikologi*, Vol 40, No.1, diakses pada Rabu tanggal 17 September 2019 pukul 17.44 wib.

¹⁵ Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan*. (Jakarta: Erlangga, 1999), 206.

¹⁶ Muhamad Thohir, *Pemahaman individu*, (Surabaya: UIN Sunan Apel Perss) hal. 85.

¹⁷ Renita Mulyaningtyas, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Erlangga), 46.

tua.¹⁸ Setelah individu tumbuh menjadi remaja, pergaulannya akan semakin luas. Sebagai akibatnya, akan banyak pula pengalaman yang ia dapatkan. Dari pengalaman inilah akan terbentuk konsep diri yang baru dan berbeda dari apa yang telah terbentuk sebelumnya di lingkungan keluarga.¹⁹

F. Sistematika Pembahasan

Penelitian yang berjudul, “implementasi konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya” ini, tersusun menjadi beberapa bagian:

Bagian pertama terdiri dari judul penelitian (sampul), persetujuan dosen pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, dan daftar gambar.

Bagian kedua atau bagian inti ini mempunyai beberapa bab, antara lain:

Bab Pertama Pendahuluan, terdiri dari: Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, dan Sistematika Pembahasan.

Bab Kedua Kajian Teoretik, yang terdiri dari Kerangka Teoretik berupa kajian tentang Konseling Islam, Terapi naratif , Konsep diri, serta Perspektif Islam.

Bab Ketiga Metode Penelitian, mengenai: Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi Penelitian,

¹⁸ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), 172.

¹⁹ Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa. *Psikologi Anak dan Remaja*. tt, 238-239.

Jenis dan Sumber Data, Tahap-Tahap Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Validitas Data, serta Teknik Analisis Data.

Bab Keempat Hasil Penelitian Dan Pembahasan, yang tersusun dari: Gambaran Umum Subyek Penelitian, Penyajian data, Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data). Analisis Data ini terdiri dari: Perspektif Teori dan Perspektif Islam.

Bab Kelima Penutup. Terdiri dari: Kesimpulan, Saran dan rekomendasi, serta keterbatasan penelitian. Bagian akhir terdiri atas daftar pustaka dan lampiran foto, surat penelitian, profil konselor, dan, kartu skripsi.



BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teoretik

1. Konseling Islam
 - a) Pengertian

Kata konseling berasal dari istilah Inggris yaitu “*counseling*”. Dalam kamus bahas Inggris, kata dari “*counseling*” berasal dari “*counsel*” yang mempunyai arti nasehat “*to obtain counsel*”, anjuran “*to give counsel*”, pembicaraan “*to take counsel*”,²⁰ dimana “*to counsel*” yang mengandung makna komunikasi berisi anjuran yang dilakukan secara tatap muka.²¹ Islam merupakan kata berasal dari bahasa arab. Arti dari islam sendiri secara harfiyah yaitu selamat sentosa.²²

Secara istilah makna dari konseling islam komunikasi yang dilakukan membantu individu untuk yang belum sadar sebagai makhluk Allah. Sebagai makhluk tentunya mempunyai hal-hal yang seharusnya dilakukan dan sesuatu yang ditinggalkan.²³ Secara etimologi konseling islam dan bimbingan penyuluhan agama itu

²⁰Sri Astutik. *Pengantar Bimbingan & Konseling*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014), 8.

²¹H.M. Arifin. *Pokok-pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di luar Sekolah*. (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), 18.

²²Studi Islam IAIN Surabaya. *Pengantar Studi Islam*. (Surabaya: IAIN Ampel Press, 2005), 2.

²³Tohari Musnamar. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Press, 1995), 5.

sama. Namun penyuluhan agama menggunakan landasan pijakan berupa nilai-nilai agama.

Penyuluhan agama merupakan segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain, yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniyah dalam lingkungan hidupnya, agar supaya orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri pribadinya suatu cahaya harapan, kebahagiaan hidup pada saat sekarang dan masa depannya.²⁴

Sedangkan dalam bukunya Samsul Munir, memaknai konseling islam merupakan proses komunikasi yang bertujuan memeberikan bantuan agar terciptanya kemajuan fitrah beragamanya menggunakan dasar pijakan Al-Qur'an dan Hadis.²⁵

Dari definisi dan tujuan konseling terpaparkan secara etimologis. Sehingga dapat diambil pengertian yaitu proses pemberian bantuan terhadap seseorang dalam bidang mental spiritual, yang sedang mengalami hambatan secara lahir atau batin supaya mengatasinya dengan fitrahnya dengan melalui iman dan taqwanya kepada Allah SWT .untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

²⁴Imam Sayuti farid. *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai teknik Dakwah*. (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), 25.

²⁵ Samsul Munir. *Konseling Islam*. (Jakarta: Amzah, 2010), 23.

b) Tujuan

Krumboltz mengatakan, bahwa tujuan konseling diklasifikasikan menjadi tiga macam yaitu: mengubah perilaku yang salah penyesuaian; belajar membuat keputusan; dan memecah timbulnya masalah.²⁶ Dengan demikian, tujuan konseling islam yaitu membantu memecahkan masalah berdasarkan nilai-nilai ajaran islam. Dalam islam dijabarkan menjadi tujuan pokok, yaitu: penegakan syariat oleh manusia supaya memperoleh kemaslahatan dunia dan akhirat. Sebab pemahaman ini akan berpengaruh terhadap kekuatan iman pada diri manusia.²⁷

c) Asas-asas

Telah dijelaskan bahwa konseling islam menggunakan landasan Al-Qur'an dan Hadis, ditambah dengan bermacam filosofis dan landasan keimanan, sehingga muncul berupa asas-asas konseling sebagai berikut:

1) Asas kebahagiaan dunia akhirat

Dalam tujuan konseling adalah membantu individu mencapai hidup dunia dan akhirat yang senantiasa didambakan setiap muslim. Kebahagiaan dunia hanyalah bersifat sementara, berbeda lagi dengan kehidupan akhirat yang sifatnya abadi. Untuk mencapai kebahagiaan akhirat, maka

²⁶Latipun. *Psikologi Konseling*. (Malang: universitas Muhammadiyah Malang, 2005), 37-41.

²⁷Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 13.

dalam kehidupan dunianya juga mengingat Allah. Oleh karena itu islam menganjurkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antra kehidupan dunia dan akhirat.

2) Asas fitrah

Fitrah kerap kali dimaknai sebagai bakat, kemampuan, atau potensi. Menurut perspektif islam, fitrah manusia merupakan segala kemampuan potensi. Dalam proses konseling sendiri dimana konselor membantu klien untuk mengenal, memahami, dan menghayati fitranya sehingga dapat memperoleh kebahagiaan dunia maupun akhirat.

3) Asas “Lillahi ta’ala”

Asas lillahi ta’ala artinya dilakukan dengan ikhlas dan rela, karena pihak konselor maupun konseli melakukan hanya senantiasa mengabdikan pada-Nya.

4) Asas bimbingan seumur hidup

Bagaimanapun ketika manusia hidup tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia. Artinya manusia manusia akan menemui kesulitan dan kesusahan. Dari situ manusia belajar bagaimana menghadapi kesulitan dan kesusahan dengan perantara konseling Islam. Dimana belajar sendiri tidak membatasi umur atau dapat dikatakan seumur hidup.

5) Asas kesatuan jasmani dan rohani

Konselor memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmani-rohani, sehingga

dalam konseling membantu untuk menyeimbangkan jasmani dan rohaninya.

6) Asas keseimbangan rohaniah

Konselor mengajak klien untuk mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu dipikirkannya, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak untuk memahami apa yang perlu dipahami dan dihayati berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih sehingga diperoleh keyakinan tersebut.

7) Asas kemajuan individual

Manusia mempunyai kebebasan untuk mengembangkan sesuatu pada dirinya.

8) Asas sosialitas manusia

Manusia adalah mahluk sosial. Manusia yang mempunyai perhatian terhap hak dunia dan akhirat.

9) Asas kekhalifahan manusia

Manusia diciptakan di dunia berkedudukan sebagai kholifah harus memelihara keseimbangan, dengan begitu permasalahan yang kerap kali muncul dari ketidak seimbangan tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri.

10) Asas keselarasan dan keadilan

Keselarasan dan keadilan hak dunia dan akhirat yang diciptakan manusia terhadap dirinya dan orang lain.

11) Asas pembinaan akhlaq-karimah

Membantu klien untuk dibimbing, memelihara, mengembangkan, dan menyempurnakan sifat-sifat yang baik. Adapun sifat tersebut telah disebutkan di Q. S. Al Ahzab, 33: 32 bahwasannya sifat yang baik itu yaitu orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut nama Allah.

12) Asas kasih sayang

Ujung dari suatu bantuan problem yaitu terselesaikannya problem tersebut. Sebab dengan menggunakan kasih sayang dapat menundukkan dan mengalahkan banyak hal.

13) Asas saling menghargai dan saling menghormati

Ketika dihadapan Allah, semua makhluk mempunyai kedudukan yang sama. Sepertihalnya pihak yang memberi bantuan dan yang diberi bantuan hendaknya saling menghargai dan menghormati. Sebagai pihak yang memberi bantuan diberi kehormatan karena dia dianggap mampu memberikan bantuan. Sedangkan pihak yang menerima bantuan dihargai karena sudah bersedia dibantunya.

14) Asas musyawarah

Dengan landasan musyawarah, menjadi tidak ada keputusan yang dibuat secara otoriter.

15) Asas keahlian

Sebagai pihak konselor tentunya mempunyai modal berupa teori yang telah dikuasainya untuk melakukan konseling.²⁸

d) Fungsi

Berangkat dari tujuan umum dan khusus konseling islam, dapat dilahirkan fungsi konseling islam:

- 1) Fungsi preventif yaitu fungsi yang ditekankan pada klien, dimana ia menjaga atau mencegah munculnya permasalahan terhadap dirinya.
- 2) Fungsi korektif atau kuratif yaitu membantu klien untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
- 3) Fungsi preservatif yaitu menjaga kondisi klien. Kondisi klien yang sebelumnya tidak baik (bermasalah). Kemudian menjadi baik (terpecahkan masalahnya) dan menjaganya agar bertahan lama.
- 4) Fungsi defelopmental yaitu menjaga klien agar tetap terkondisi secara baik.²⁹

Fungsi konseling ditinjau dari manfaat yang diperoleh dari pelayanan tersebut. Adapun fungsi-fungsinya dibagi menjadi empat, yaitu sebagai beriku:

1) Fungsi Pemahaman

(a) Pemahaman tentang klien

Sebelum konselor menyelesaikan masalah yang ada pada klien. Perlunya memahami klien secara menyeluruh.

²⁸Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. (Yogyakarta: UII Press Yogyakarta, 2004), 21-34.

²⁹Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. (Yogyakarta: UII Press Yogyakarta, 2004), 37.

Selain itu juga pemahaman mengenai orang-orang yang bersangkutan dengan masalah klien. Hal ini dikarenakan informasi yang didapatkan dari klien dan orang yang bersangkutan akan dijadikan bahan konselor untuk membantu klien untuk menyelesaikan masalah.

(b) Pemahaman mengenai masalah klien

Pemahaman dipahami oleh konselor harus secara menyeluruh dan mendasar. Disebabkan pemahaman ini yang dijadikan landasan awal untuk membantu penyelesaian masalahnya.

(c) Pemahaman tentang lingkungan klien

Selain memahami mengenai pribadi klien, pemahaman tentang lingkungan yang ada disekitar baik secara fisik, kebudayaan, dan sosial.

2) Fungsi Pencegahan

Lingkungan adalah peran utama yang dapat mempengaruhi yang kemudian menimbulkan kesulitan atau kerugian, sehingga harus dipelihara dan dikembangkan. Lingkungan yang baik akan memberikan dampak positif dan lingkungan yang diperkirakan akan menimbulkan kerugian dapat diperkirakan tidak terjadi.

3) Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan masalah dalam konseling berdimensi luas. Pelaksanaannya melalui bentuk pelayanan individu, kelompok, atau program orientasi dan informasi serta program yang disusun secara khusus bagi klien. Untuk menjalankan

fungsi ini konselor harus berdasarkan diagnosis dan menguasai teori dan praktek konseling.

e) Unsur-unsur Konseling Islam

Dalam pelaksanaan konseli ada beberapa unsur yang satu sama lain mempunyai keterkaitan yaitu:³⁰

(1) Konselor

Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling. Sebagai pihak yang paling memahami dasar dan teknik konseling secara luas, konseling dalam menjalankan perannya bertindak sebagai fasilitator bagi klien. Selain itu konselor juga bertindak sebagai orang yang mendampingi klien sampai klien dapat menemukan dan mengatasi masalah yang dihadapinya.³¹

Dalam proses konseling, seorang konselor harus dapat menerima apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu konseli dalam mengatasi masalahnya ketika sangat kritis sekalipun. Hal ini dalam upaya menyelamatkan konseli dari keadaan yang tidak baik menjadi baik dan mempertahankan di waktu yang panjang.³²

Adapun karakteristik kepribadian seorang konselor adalah sebagai berikut:

³⁰ Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

³¹ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2013), hal. 22

³² Latipun, *Psikologi konseling*, (Malang: UMM Press, 2005), hal. 45

- (a) Empati artinya dalam hal ini konselor dalam proses konseling ikut merasakan apa yang dirasakan konseli.
- (b) Asli/ jujur yaitu konselor dalam berperilaku dan berkata-kata tidak dibuat-buat akan tetapi sesuai dengan keadaannya.
- (c) Memahami keadaan konseli, mulai dari kelemahan dan kekuatannya.
- (d) Konselor menghargai martabat konseli secara positif tanpa syarat.
- (e) Menerima konseli dalam keadaan yang bagaimanapun.
- (f) Konselor tidak menerima dan tidak membanding-bandingkan konseli,
- (g) Mengetahui keterbatasan diri (ilmu, wawasan, teknik) konselor.
- (h) Konselor memahami keadaan sosial budaya dan ekonomi konseli.³³

Dalam proses konseling, seyogyanya dilakukan oleh:

- (a) Ahli bimbingan konseling
- (b) Ahli psikologi
- (c) Ahli pendidikan
- (d) Ahli Agama
- (e) Dokter
- (f) Pekerjaan sosial.³⁴

³³Sofyan s. Wilis, *Konseling individual Teori dan Prktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004). Hal. 21-22

³³Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*, (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), hal. 13

³⁴Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok bahasa Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama sebagai Teknik dakwah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), hal 14

Untuk mencapai tujuan dari konseling, sebagai konselor mempunyai beberapa syarat. Menurut H.M. Arifin syarat konselor diantaranya adalah:

- (a) Memiliki kepribadian yang menarik.
- (b) Meyakini bahwa konseli mempunyai kemampuan yang berkembang.
- (c) Mempunyai rasa komitmen dengan nilai kemanusiaan.
- (d) Mempunyai kemampuan untuk mengadakan komunikasi.
- (e) Bersikap terbuka.
- (f) Mempunyai keuletan dalam lingkungan tugas dan sekitarnya.
- (g) Memiliki rasa cinta terhadap orang lain dan suka bekerja sama.
- (h) Pribadinya disukai orang lain (berpribadi simpatik).
- (i) Memiliki rasa sensitif terhadap konseli.
- (j) Memiliki kecekatan berfikir.
- (k) Memiliki personaliti yang sehat dan bulat.
- (l) Memiliki kematangan jiwa, baik lahiriah maupun batiniah.
- (m) Memiliki sikap mental suka belajar mencari ilmu pengetahuan.
- (n) Bilamana konselor tersebut di bidang pembinaan agama, maka ia harus memiliki pengetahuan agama, berakhlak

mulia serta aktif menjalankan ajaran agamanya.³⁵

Dari beberapa pendapat diatas bahwasannya seorang konselor harus mempunyai kemampuan untuk melakukan konseling dengan memiliki kepribadian dan tanggung jawab serta mempunyai pengetahuan yang dapat menunjang keberhasilan konseling. Tercantum klasifikasi seorang konselor dalam al-Qur'an surat al-Imran 159:

(o) وَلَئِنْ مُنِمُّ أَوْ قَتِلْتُمْ إِلَى اللَّهِ تُحْشَرُونَ (١٥٨) (o)

Artinya: *"Dan sungguh jika kamu meninggal atau gugur, tentulah kepada Allah saja kamu dikumpulkan."*(Q.S.3:158)³⁶

(2) Konseli

Konseli/ klien adalah seorang yang kondisinya dengan keadaan cemas.³⁷ Dengan begitu konseli memerlukan bantuan orang lain untuk menyelesaikan kesulitan atau hambatannya. Dalam buku bimbingan konseling menurut W.S., Winkel menyebutkan ada beberapa syarat klien sebagai berikut:

(a) Kebenaran untuk mengekspresikan diri, seperti dalam hal mengutaran persoalan,

³⁵H.M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama, di Sekolah Maupun di Luar Sekolah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), hal. 50-51

³⁶ Al-Qur'an, *Al-Imran* : 159

³⁷Latipun, *Psikologi konseling*,(Malang: UMM Press, 2005), hal. 52

mengungkapkan perasaan dan ketika memberikan informasi yang diperlukan.

- (b) Keinginan dalam mencari penyelesaian suatu masalah.
- (c) Mengakui atas permasalahannya sehingga dia bertanggungjawab dan akan keharusan berusaha sendiri.³⁸

(3) Masalah

Konseling adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok menjadi rugi, atau sakit dalam melakukan sesuatu.³⁹ Sedangkan menurut W.S Winkel yang berjudul “Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Menengah”, masalah diartikan sebagai sesuatu yang menghambat, merintangi, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.⁴⁰

f) Langkah-langkah Konseling Islam

Dalam konseling islam ada beberapa langkah yang harus dilakukan, adapun langkah tersebut sebagai berikut:

(1) Identifikasi Masalah

Langkah ini bertujuan untuk penggalan informasi mengenai latar belakang terjadinya permasalahan yang terjadi pada klien. Selain itu juga untuk mengetahui gejala-gejala yang terlihat.

(2) Diagnosis

³⁸H.M. arifin, *Pedoman Pelaksana Bimbingan Konseling dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden terahu Press), hal. 76

³⁹Sudarsono, *Kamus Konseling*, hal. 138

⁴⁰ W. S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah menengah*, (Jakarta: Gramedia. 1989), hal 12

Setelah memperoleh informasi mengenai klien. Langkah selanjutnya yaitu diagnosis atau penetapan pemasalahan berdasarkan landasan gejala yang sudah diketahui.

(3) Prognosis

Penetapan yang dilakukan konselor mengenai bantuan untuk pemecahan masalah.

(4) Terapi (*treatment*)

Proses pelaksanaan bantuan pada konseli.

(5) Follow Up

Langkah terakhir ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauh mana langkah konseling yang telah dilaksanakan mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.⁴¹

2. Terapi Naratif

a) Pengertian Terapi Naratif

Terapi naratif adalah sebuah terapi yang dilakukan oleh konselor dalam bentuk konseling dengan seseorang atau kelompok dengan tujuan agar konseli mau mengutarakan pengalamannya dalam bentuk cerita yang bersangkutan dengan kesulitan hidup yang dihadapinya. Terapi ini mempunyai ciri khas yaitu konseli mengutarakan ceritanya yang bersangkutan dengan masalahnya dalam bentuk “narasi” atau cerita⁴². Dalam konseling naratif, bahwa

⁴¹ Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

⁴² Rahayu Ginintasasi, “Teknik Terapi Keluarga”, *Jurnal*, diakses pada Oktober 2019 dari

pengalaman komunikasi antar individu yang terjadi dimasa yang lampau yang kemudian dikonstruksi menjadi pengetahuan individu dan menanamkan pada dirinya dengan mengutarakan kehidupannya.⁴³ Pada saat individu bercerita, kebanyakan dikategorikan pemikiran yang negatif atau kesulitan yang dialaminya menjadikan individu berada dititik depresi. Dengan menggunakan terapi naratif, klien menuliskan kembali realita kehidupan dan menghilangkan pikiran negatifnya.

Manusia pada dasarnya merupakan makhluk pendongeng. Artinya ia yang bermain peran atau memerankan. Hal tersebutlah yang dinamakan pengalaman yang kemudian diutarakan dalam bentuk cerita. Tentunya ketika bercerita menggunakan alur yang runtut sehingga terbentuk yang namanya narasi. Secara bahasa narasi mempunyai arti memberikan penjelasan mengenai kejadian apapun: cenderung narasi; bercerita dan apa yang diriwayatkan; kisah berkelanjutan dari serangkaian kejadian: cerita. Narasi adalah skema utama yang memberikan makna pada pengalaman individu. Pengertian ini mempunyai

http://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://file.upi.edu/Direktor/FIP/JUR._PSIKOLOGI/195009011981032-RAHAYU_GININTASASI/Teknik_terapi_keluargax.pdf&ved=2ahUKEwjf7b-4g6bmAhUDb30KHUKXCyEQFJAAegQIAxAB&usg=AovVaw1V0V1H_JUTT_je6Z_uymXt

⁴³ Widya Juwita, dkk. *Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri*, *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang* (Online), jilid 6, diakses pada Oktober 2019, dari <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/17433>

makna yang berfungsi memberikan suatu gambaran tujuan hidupnya yang diperoleh dari pengalaman pada waktu lampau dan kesehariannya yang kemudian mengkonstruksi kembali langkah untuk menuju di masa yang akan datang.⁴⁴

b) Sejarah terapi naratif

Sekitar tahun 1990 terapi naratif dikembangkan oleh Michael White dan David Epston. Pondasi dari terapi ini yaitu individu hidup berada dialur suatu cerita dan dalam sudut pandang yang oleh cerita – novel, mitos, serial drama, cerita keluarga. Terapi ini mulai dikembangkan menggunakan tindakan mencipta suatu makna dari apa yang didapatkan terhadap sosialnya atau konstruktivisme sosial dan konstruksionis sosial. Konstruksionis sosial berkonsentrasi terhadap narasi sosial dan sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan yang ditanamkan oleh seseorang, dan diyakini kedua cerita tersebut sebagai suatu yang benar yang kemudian terjadi. Berbeda lagi dengan konstruktivisme sosial konsentrasinya pada penafsiran dan pemikiran individu sebagai bentuk pandangan mereka mengenai apa yang terjadi.⁴⁵ Jadi terapi naratif mempunyai sudut pandang bahwa manusia ketika mengutarakan cerita kehidupannya dengan tujuan memberi makna atas konstruk sosial yang dimilikinya. Dari kumpulan cerita ini kemudian

⁴⁴ Abels, Paul, (Understanding Narrative Therapy: A Guide Book For The Social Worker, (New York: Springer Publishing Company, 2001), hlm 01.

⁴⁵ Albert R. dan Gilbert J. *Buku Pintar Pekerja Sosial*. (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2008), 187-188.

dikembangkan dan digabungkan dengan cerita-cerita sosial dan kultural yang dominan atas gender, etnis, kekuasaan serta cerita-cerita pribadi yang dibangun dengan interaksinya dengan orang lain (keluarga, teman, tetangga serta lingkungan di sekitarnya).

c) Tujuan Konseling Naratif

Manusia pada dasarnya mempunyai pengalaman mulai dari awal masa hidupnya. Untuk memberitahukan kepada orang lain, pengalaman tersebut dibungkus menjadi sebuah cerita. Jika dikaitkan dengan proses konseling, konselor mengungkapkan latar belakang permasalahannya menggunakan sebuah cerita. Selain itu konseli juga mengungkapkan suatu hal lain yang mereka anggap mempunyai hubungan dengan masalah atau hambatan di kehidupannya.

Terapi naratif ini mempunyai tujuan yaitu menggali data-data dan mengkonstruksi kembali pemikiran mengenai individu tentang dirinya, kemudian diabadikan dalam bentuk tulisan dengan sudut pandang yang lebih kearah positif bagi yang memiliki gangguan komunikasi. Konseling ini juga dapat digunakan untuk menangani beberapa masalah, misalnya:

- (1) Krisis Identitas
- (2) Psikosis
- (3) Gangguan makan
- (4) Penerimaan diri.⁴⁶

⁴⁶ Ainul Azizah, "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Naratif, (Jurnal BK UNESA, 2017) <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/18935/17288> diakses pada Selasa 19 Oktober 2019

d) Konsep Dasar Terapi Naratif

Proses perkembangan terapi narasi melalui tiga jalan yang berkaitan dengan model terapi, *narrative-informend*, dan *narrative oriented*. Ada beberapa aliran yang sangat berpengaruh terhadap terapi ini yaitu psikodinamik, konstruktivisme, dan pendekatan konstruksionis sosial. Penelitian ini akan diarahkan terhadap ikutsertanya konstruktivisme sosial atau tindakan suatu makna dari apa yang telah dipelajarinya terhadap terapi narasi. Sebelum membahas hal tersebut, merupakan suatu kewajiban untuk mengulas kembali mengenai pemaknaan konselor dan psikoterapis psikodinamik terhadap cerita narasi.

(1) Luborsky dan Crits-Christoph (1990) metode CCRT (Core Conflictual Relationship Theme)

Dalam sejarahnya metode CCRT mempunyai tujuan yaitu mengungkapkan apa yang dicita-citakan mengenai hubungannya dengan orang lain, respon orang lain, dan akhirnya respon diri sendiri. Seiring berjalannya waktu, lahirlah dari pemikiran psikoanalitik dan psikodinamik yaitu kedudukan narasi yang cemerlang dan dapat diterapkan. Sehingga Luborsky dan Schafer tidak bermaksud membuat terapi narasi, tetapi mempraktikkan terapi psikodinamik dalam gaya narasi-cerdas (*narratives-informed*).

(2) Model terapi Narasi Konstruktif Goncalves (1995)

Konstruktivis ini membantu seseorang mengkonstruksi makna hidupnya. Hal tersebut terdiri dari bagaimana cara individu merespon pengalamannya dan dihadirkan berbentuk cerita yang kemudian menjadi landasan untuk menciptakan realita. Ketika dalam proses konseling, individu disuruh untuk menuliskan ceritanya mulai dari negative kemudian menuliskannya menjadi lebih kearah positif. Dengan cara itulah individu dapat memetakan cara menggapai apa yang diinginkan dalam kehidupannya. Ada beberapa tahap di model Terapi narasi konstruktif Goncalves (1995), diantaranya sebagai berikut:

Tahap 1: Mengingat narasi (reccaling narratives). Pengingatan kembali mengenai kejadian masa lalu yang di tuntun oleh konselor. Dengan cara konselor menyuruh untuk mengingat kembali kejadian masa lalu yang mengesankan di setiap tahunnya. Hal ini digunakan untuk pengumpulan cerita awal.

Tahap 2: Mengobjektifkan narasi (objectifying narratives). Memunculkan kembali kisahnya yang penting dengan cara membuat pembaca lebih “berperan dalam cerita”, seperti contoh mengaitkannya dengan panca indra manusia. Selain itu bisa mengaitkannya dengan karya berupa tulisan atau benda yang agar lebih berperan.

Tahap 4: Memetaforisasi narasi (metaphorizing narratives). Pelatihan mengumpulkan asosiasi metaforis pada kisahnya individu. Dimana narasi ini yang akan di wujudkan di dunia nyata.

Tahap 5: Memproyeksikan narasi (projecting narratives). Individu diberikan waktu untuk mewujudkan pemaknaannya dengan cara mempraktekan. Hal ini yang kemudian dijadikan landasan untuk melangkah di kehidupan kesehariannya.

(3) Model Terapi Konstruksionis Sosial Michael White dan David Epston (1990)

Pengalaman-pengalaman yang telah diutarakan dalam bentuk cerita kehidupan individu. Kemudian akan diekternalisasikan, artinya pemisahan antara cerita lama dengan cerita yang baru. Eksternalisasi masalah dapat diartikan bahwa suatu proses pemisahan diri dari masalah, yang kemudian mengambil langkah yang lebih efektif dengan tujuan untuk menyelesaikan masalahnya.

Hal pertama yang dilakan adalah memisahkan masalah dengan dirinya. Masalah tersebut kemudian diberi tanda berupa nama dengan bahasa klien. Selain itu tahap ini juga menghadirkan isu yang di bentuk berupa pertanyaan. Hal ini bertujuan agar individu semakin jauh dari permasalahan yang dihadapinya.⁴⁷

⁴⁷Jhon McLeod. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Ed. 3, Cet 1. (Jakarta: Prenada Media, 2006), 255-261.

Dari beberapa aliran yang berpengaruh terhadap terapi naratif. Peneliti menggunakan sudut pandang Michael White dan David Epston, bahwa terapi naratif berawal dari eksternalisasi masalah yang kemudian individu difokuskan menyelesaikan masalahnya.

e) Pandangan Tentang Konsep Dasar Manusia

Ada beberapa sudut pandang yang dimunculkan oleh beberapa tokoh konseling mengenai hakikat manusia, adapun diantaranya sebagai berikut:

- (1) Proses interaksi sosial yang terjadi pada individu yang kemudian terbentuk menjadi pengetahuan.
- (2) Proses intraksi sosial benar-benar terjadi
- (3) Manusia akan menciptakan kehidupannya melalui cerita yang telah diciptkannya.
- (4) Cerita yang dibuatnya mengandung hal buruk dan suatu kejadian di kehidupannya, yang kemudian mengalami hambatan dan menyebabkan depresi. Dengan cara konseling ini, individu akan mengutarakan kehidupan lagi berbentuk tulisan dan mengubah dari sudut pandang negatif menjadi lebih kearah positif.⁴⁸

f) Tujuan Terapi Naratif

Dalam sudut pandang terapi narasi, manusia menjalankan realita kehidupannya dengan cerita. Dengan begitu hal ini digunakan untuk mengkonstruksi pikiran yang kemudian

⁴⁸ Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 258.

dijadikan sebagai konsep menjalani kehidupannya dan menafsirkan dunianya.

Individu yang menjalani konseling dengan menggunakan terapi naratif, akan menemui langkah menyusun cerita dan makna baru, dan proses menciptakan kenyataan hidupnya sendiri. Sehingga dapat dikatakan bahwa tujuan secara umum konseling naratif yaitu individu mengutarakan pengalamannya yang baru. Dengan menggunakan ungkapan yang segar, individu dapat mengembangkan makna baru. Individu juga meningkatkan daya sadarnya tidak hanya dirinya yang dapat berpengaruh dalam hidupnya, namun juga kebudayaan yang ada di sekitarnya.⁴⁹

g) Ciri-Ciri Terapi Naratif

Terapi naratif ini mempunyai beberapa ciri, diantaranya sebagai berikut:

- a. Membantu individu untuk memisakan masalah atau hambatan hidup dari dirinya dengan tujuan agar pemikiran yang semula negatif akan diarahkan menjadi lebih ke positif sehingga dapat menciptakan realita baru yang lebih efektif.
- b. Memunculkan pertanyaan guna mengaitkan individu.
- c. Konselor membantu individu dalam memetakan masalah.
- d. Individu menerima bahwasannya mempunyai masalah.

⁴⁹Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 258-260.

h) Peran dan Fungsi Konselor dalam Terapi Naratif

Dalam praktek konseling dengan menggunakan terapi naratif ini. Proses ini konselor yang lebih berperan banyak daripada konseli. Konselor sebagai orang yang membantu klien dengan mengutarakan pertanyaan dan juga menghadirkan isu. Dari jawaban atas pertanyaan sebelumnya, konselor mengajukan pertanyaan berikutnya. Pemberian pertanyaan ini bertujuan untuk memberikan jarak masalahnya dengan dirinya. Setelah konseli memisahkan masalahnya, kemudian konselor menyuruh konseli untuk membuat cerita baru. Dimana cerita tersebut yang akan menjadi kenyataan di kehidupan klien di waktu yang akan datang.

i) Teknik-Teknik Terapi Naratif

Terapi naratif ini dalam proses konseling, mengarahkan klien agar membuat cerita alternatif, dengan tujuan agar dia mempunyai langkah baru untuk menghadapi kenyataan hidupnya. Adapun beberapa langkah yang mengupayakan tehnik ini berhasil diantaranya sebagai berikut:

(1) Eksternalisasi Masalah

Langkah ini diupayakan untuk memisahkan dirinya dengan masalahnya. Hal ini dikarenakan supaya individu berfokus pada penyelesaian masalahnya. Ketika klien mempunyai pandangan bahwa ia masih berkecimpung dimasalahnya, maka sulit baginya untuk menyelesaikan masalahnya. Berbeda lagi ketika individu melepaskan

masalahnya dari dirinya, maka ia dapat menyusun pemikiran untuk memecahkan masalahnya. Dalam langkah ini, konselor berperan untuk membenarkan asumsi yang keliru dan mengkonstruksi langkah-langkah guna menjalani kehidupan yang lebih baik. Langkah eksternalisasi masalah ini mempunyai dua tahapan, yaitu:

- ✓ Memetakan pengaruh masalah terhadap kehidupan klien
- ✓ Memetakan pengaruh kehidupan klien terhadap masalah. Pemetaan pengaruh masalah terhadap kehidupan klien menghasilkan informasi yang sangat berguna bagi pencapaian tujuan konseling. Klien merasa didengar dan dipahami ketika pengaruh masalah itu dieksplorasi secara sistematis. Contoh pertanyaan eksplorasi: “Kapan masalah itu pertama kali muncul dalam kehidupan anda?”. Pemetaan yang dilakukan secara baik, akan menjadi dasar bagi co-authoring riwayat kehidupan baru klien. Klien seringkali merasa sakit dan tidak nyaman ketika dia mengalami pertama kali bagaimana masalah itu mempengaruhinya. Tugas konselor adalah membantu klien untuk mengatasi masalah apabila terus berlanjut dengan mengajukan pertanyaan: “jika masalah terus berlanjut dalam satu bulan ke depan apa yang anda akan lakukan?”. Pertanyaan ini dapat memotivasi klien untuk

bekerjasama dengan konselor dalam melawan atau menghilangkan dampak masalah terhadap dirinya. Yaitu memunculkan dilemma, sehingga klien dapat menguji aspek-aspek masalah yang mungkin terjadi sebelum kesulitannya meningkat.

(2) *Predicting Setbacks*

Langkah ini yaitu memprediksi kemunduran. Hal ini dilakukan agar individu dapat mengambil langkah ketika menghadapi masalah.

(3) *Reauthoring*

Ketika sudah mempunyai pemikiran yang sudah diambil ketika meghadapi masalahnya. Kemudian diabadikan dalam bentuk cerita. Cerita ini berisi tentang kehidupan baru tidak bersangkutan dengan masalah klien. Dalam langkah ini sebagai konselor dapat mengutarakan pertanyaan “Pernahkah anda mampu melepaskan diri dan pengaruh masalah yang dialami?” melalui pertanyaan konseli dapat meninggalkan masalahnya, kemudian berfokus pada masa depannya. Contohnya “Berdasar apa yang telah anda pelajari tentang diri anda, apa langkah selanjutnya yang anda lakukan?”. “Ketika anda melakukan sesuatu yang anda sukai, kegiatan apalagi yang mengarahkan anda untuk melakukan yang lebih baik?”. Pertanyaan-pertanyaan ini mendorong klien mengingat kembali apa yang sudah terjadi,

kemudian menentukan langkah yang akan yang mungkin dapat dilakukan.⁵⁰

j) Tahapan Terapi Naratif

- (1) Berkolaborasi dengan konseli untuk datang dengan nama yang dapat diterima bersama untuk masalah tersebut.
- (2) Melambangkan masalah dan menghubungkan pada keinginan yang menekan dan strategi untuk masalah tersebut
- (3) Menyelidiki bagaimana masalah telah mengganggu, mendominasi atau mengecilkan hati/ mengecewakan konseli.
- (4) Meminta konseli untuk melihat ceritanya dari perspektif yang berbeda dengan menawarkan makna alternatif dari peristiwa yang dialaminya.
- (5) Menemukan momen ketika konseli tidak didominasi atau berkecil hati oleh masalah dengan mencari pengecualian untuk masalah ini.
- (6) Menemukan bukti historis yang mendukung pandangan baru dari konseli sebagai orang yang cukup kompeten untuk menentang, mengalahkan, atau keluar dari dominasi atau tekanan masalah. (pada tahap ini identitas orang tersebut dan kehidupan cerita mulai mendapatkan ditulis ulang).
- (7) Meminta konseli untuk berspekulasi mengenai masa depan bagaimana yang bisa diharapkan dari kekuatan dan kompetensi seseorang. Sehingga konseli menjadi

⁵⁰Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

terbebas dari cerita-cerita masalah yang menjenuhkan dari masa lalu dan ia dapat membayangkan dan merencanakan untuk masa depan yang kurang bermasalah.

- (8) Memenukan atau menciptakan konseli untuk memahami dan mendukung cerita baru. Tidaklah cukup untuk membaca cerita baru. Konseli perlu untuk hidup baru cerita di luar terapi. Karena orang itu masalah awalnya dikembangkan dalam konteks sosial, adalah penting untuk melibatkan lingkungan sosial dalam mendukung kisah hidup baru yang telah muncul dalam percakapan dengan klien. Winslade dan Monk menekankan bahwa percakapan narasi tidak mengikuti perkembangan linier dijelaskan disini, karena lebih baik memikirkan langkah-langkah dalam hal perkembangan siklus yang mengandung unsur-unsur berikut.

3. Konsep Diri

a) Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan cara bagaimana seseorang menggambarkan dirinya. Penggambaran ini yang terbentuk dari pengalaman-pengalaman dari interaksi dari lingkungan. Proses terbentuknya konsep diri dimulai dari sejak kecil, kemudian berkembang dari pengalaman yang berkelanjutan. Selain itu, gambaran keseluruhan mengenai individu ini

ditanamkan ketika dini yang kemudian dijadikan landasan untuk berperilakunya.⁵¹

Ada beberapa tokoh yang mendefinisikan konsep diri. Salah satunya Seifert Hofnung yang mendefinisikan konsep diri sebagai suatu pemahaman. Pemahaman ini mengenai diri atau ide tentang diri sendiri. Sedangkan Santrock mempunyai pendapat lain mengenai konsep diri. Ia mengartikan sebagai evaluasi di bidang tertentu dari diri sendiri. Sementara itu, berbeda lagi dengan Atwater yang mengartikan bahwa konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya.

Atwater berpendapat bahwa dasar dari konsep diri atas tiga bentuk, yaitu: *body image*, *ideal self*, *social self*. Bentuk tiga konsep diri tersebut mempunyai pengaruh yang besar bagi keberhasilan seseorang. Keberhasilan itu berada di *body image* dimana hal ini merupakan pandangan seseorang terhadap kemampuan dirinya atau cara melihat penampilan fisik dirinya seperti apakah dirinya cantik atau tampan, menarik atau tidak menarik, pintar atau kurang pintar, dan lain sebagainya. Selain itu juga *deal self* yang berarti harapan seseorang di masa yang akan datang atau cita-citanya. Hal tersebut akan sangat mempengaruhi kinerja

⁵¹ Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri pada Remaja*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), 138.

seseorang. Dimana dia akan berusaha untuk meraih harapan atau cita-cita yang telah ditetapkan. Social self merupakan hubungan atau interaksi seseorang dengan lingkungannya. Lingkungan yang dimaksud ialah yang akan memengaruhi proses pembentukan konsep diri.
52

Menurut Brooks, konsep diri adalah pandangan dan perasaan seseorang. Pandangan yang dimaksud adalah tentang dirinya. Pandangan ini boleh bersifat psikologi, sosial, dan fisik.⁵³ Sementara Burns mengemukakan bahwa konsep diri mempunyai arti suatu hubungan antara sikap dan keyakinan. Hubungan yang dimaksud adalah tentang diri.

Pemily mendefinisikan konsep diri sebagai sistem yang dinamis. Selain itu pemily juga memandang konsep diri sebagai sistem yang kompleks. System dinamis dan kompleks ini berasal dari keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri. Keyakina tersebut berupa sikap, perasaan, persepsi, nilai-nilai dan tingkah laku yang unik dari individu tersebut. Cawagas menjelaskan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu. Padangan ini meliputi dimensi fisiknya, karakteristik pribadi, motivasi, kelemahan, kelebihan atau kecakapan, kegagalannya, dan

⁵² Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 163-164.

⁵³ Jalaluddin Rakhmad. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 98.

sebagainya.⁵⁴ Sementara Calhoun mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan mengenai penghargaan dan penilaian pada diri sendiri.⁵⁵

b) Pembentukan Konsep Diri

Konsep diri individu dalam hidupnya tidak langsung terbentuk, namun terbentuk, namun perlu adanya proses. Konsep diri terbentuk membutuhkan waktu yang lama, melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa. Pembentukan konsep diri berasal dari lingkungan, pengalaman, pola asuh orang tua, sikap dan respons orang tua serta lingkungan akan menjadi bahan informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya. Hal ini karena anak cenderung menilai dirinya berdasarkan apa yang ia alami dan dapatkan dari lingkungannya.⁵⁶

Pada dasarnya konsep diri tersusun dari beberapa tahapan. Tahap dasar yaitu konsep diri primer dan sekunder. Konsep diri primer yaitu konsep diri yang terbentuk atas dasar pengalaman yang didapatkan di lingkungan rumahnya sendiri. Tahap ini individu mendapatkan pengalaman berbeda yang didapatkan disekitar rumah dan membandingkan bagaimana dirinya dengan saudara-saudaranya.

⁵⁴ Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 164.

⁵⁵ J. F. Calhoun & J. R. Acocella. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (Semarang: IKIP Semarang Press, 1990), 67.

⁵⁶ Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 172.

Berikutnya adalah konsep diri sekunder. Tahap ini diperoleh dari luar lingkungan rumahnya. Hubungan yang didapatkan individu secara luas diterima orang lain. Kemudian akan memperoleh konsep diri yang baru dan berbeda dari apa yang sudah terbentuk dalam lingkungan rumahnya.⁵⁷

c) Faktor yang Mempengaruhi

Pembentukan konsep diri setidaknya dipengaruhi oleh dua faktor. Faktor ini bernama faktor eksternal. Faktor eksternal ini yang terdiri dari orang lain dan kelompok rujukan (reference group). Pertama adalah menggunakan sudut pandang orang lain, dimana individu mempunyai pandangan diri dari pandangan orang lain terhadap dirinya. Kedua adalah sudut pandang kelompok rujukan (reference group), dimana kelompok ini mempunyai pengaruh terhadap dirinya, dan kelompok ini juga dapat mengikat secara emosional. Namun yang dinamakan kelompok, pasti mempunyai nilai dan norma sebagai pedoman.⁵⁸

Konsep diri mempunyai faktor internal. Faktor ini berada di dalam diri individu. selain itu, faktor ini juga dapat berpengaruh pada proses pembentukan konsep diri pada individu, antara lain:

- 1) Gambaran diri (body image). Faktor dimana cara seseorang menggambarkan dan

⁵⁷ Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri pada Remaja*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), 138.

⁵⁸ Jalaluddin Rakhmad. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 99.

perasaan tentang dirinya dirinya yang dibuat secara sadar dan tidak sadar.

- 2) Ideal diri adalah gambaran seseorang tentang perilaku dirinya yang dipertimbangkan dengan persepsi diri.
 - 3) Harga diri, adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai serta menganalisis seberapa jauh perilaku yang dapat memenuhi ideal dalam dirinya.
 - 4) Peran, adalah sikap dan nilai perilaku serta tujuan yang diharapkan dari seseorang. Sikap dan nilai perilaku ini dikaitkan dengan posisinya di masyarakat. Peran tersebut mempunyai beberapa jenis. Jenis peran yang pertama yaitu peran yang ditetapkan. Jenis yang kedua yaitu peran yang ditetapkan. Hal ini dapat dikatakan bahwa dimana individu tidak mempunyai pilihan lain. Dalam individu juga mempunyai peran yang diterima atau peran yang dipilih.
 - 5) Identitas, adalah kesadaran akan diri sendiri. Kesadaran ini diperoleh dari observasi dan penilaian individu. Selain itu, juga didapatkan dari hasil sintesis semua aspek konsep diri sebagai satu kesatuan yang utuh.
- d) Macam-macam Konsep Diri

Macam dari konsep diri jika dilihat dari sudut pandang perkembangannya, mempunyai:

- 1) Konsep diri positif. Konsep ini mempunyai arti yaitu menunjukkan adanya penerimaan diri. Individu menerima secara keseluruhan tentang dirinya yang sebenarnya. Hal ini dapat dikatakan bahwa individu menerima dirinya secara baik.

2) Konsep diri negatif, terbagi menjadi dua tipe, yaitu:

- (a) Individu dalam mengenali dirinya dengan benar-benar tidak teratur, tidak stabil, dan tidak secara utuh. Sehingga yang terjadi adalah dirinya tidak mempunyai pandangan diri mengenai kelebihan dan kelemahannya.
- (b) Individu memandang dirinya dengan sudut pandang sangat teratur dan terlalu stabil, dikarenakan didikan secara keras yang diperoleh. Sehingga individu mempunyai pikiran untuk menyimpang. Hal tersebut menurut individu merupakan cara yang baik untuk hidup dihidupnya.⁵⁹

William D. Brooks dan Philip Emmert memandang, bahwa terdapat ciri individu yang mempunyai konsep diri negatif yaitu: peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, hiperkritis dan cenderung merasa tidak disenangi orang lain, serta bersikap pesimis terhadap kompetisi. William D. Brooks dan Philip Emmert juga mempunyai pandangan tentang konsep diri positif, bahwa: mempunyai keyakinan akan kemampuannya, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, mampu memperbaiki diri, serta menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak

⁵⁹ Renita Mulyaningtyas. *Konseling*. 46.

seluruhnya disetujui masyarakat.⁶⁰ Maka, ada dua macam konsep diri, yaitu positif dan negatif. Konsep diri positif menunjukkan pengenalan, pemahaman dan penerimaan diri secara baik oleh individu. Sementara konsep diri negatif menunjukkan pandangan terhadap diri yang kurang teratur atau bahkan terlalu stabil.

e) Aspek-aspek

Konsep diri ini memiliki lima aspek, antara lain yaitu:

- 1) Aspek fisiologis. Aspek ini bersudut pandang fisik. Diman individu menilai dirinya seacara fisik. Dengan demikian, individu sangat dimungkinkan jika memandang dirinya secara fisik.
- 2) Aspek psikologis. Aspek ini terdiri dari tiga hal, yaitu: (a) kognisi (kecerdasan, minat dan bakat, kreativitas, kemampuan konsentrasi); (b) afeksi (ketahanan, ketekunan dan keuletan bekerja, motivasi berprestasi, toleransi stres); dan (c) konasi (kecepatan dan ketelitian kerja, coping stress, resiliensi). Dari unsur-unsur tersebut yang akan memengaruhi penilaian terhadap diri sendiri.
- 3) Aspek psiko-sosiologis. Aspek ini meliputi: (a) orang tua, saudara kandung, dan kerabat dalam keluarga; (b) teman-teman pergaulan (peer-group) dan tetangga; (c) lingkungan

⁶⁰ Jalaluddin Rakhmad. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 103-104.

sekolah (guru, teman sekolah, aturan sekolah).

- 4) Aspek psiko-spiritual. Aspek ini mempunyai arti ialah kemampuan dan pengalaman individu yang berhubungan dengan nilai-nilai ajaran agamanya. Aspek spiritual disebut juga aspek teologis. Aspek yang bersifat transendental. Aspek psiko-spiritual ini terdiri dari tiga unsur, yaitu: (a) ketaatan beribadah; (b) kesetiaan berdoa dan puasa; (c) kesetiaan menjalankan ajaran agama.
- 5) Aspek psiko-etika dan moral. Aspek ini mempunyai arti yaitu suatu kemampuan memahami dan melakukan perbuatan. Kemampuan ini berdasarkan nilai-nilai etika dan moralitas. Setiap pemikiran, perasaan, dan perilaku individu. Akan mengacu pada nilai-nilai kebaikan, keadilan, kebenaran dan kepantasan.⁶¹

Dari yang telah dipaparkan diatas, dapat dikatakan bahwa aspek yang terdapat di konsep diri terdiri dari: aspek fisiologis, psikologis, psiko-sosiologis, psiko-spiritual dan psiko-etika, serta moral. Aspek-aspek tersebut mempunyai peran yang sangat berpengaruh dalam proses terbentuknya konsep diri yang utuh.

f) Dimensi Konsep Diri

Ada beberapa ahli psikolog yang menetapkan dimensi-dimensi konsep diri. Namun mereka mempunyai pendapat yang

⁶¹ Agoes Dariyo. Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama. (Bandung: Refika Aditama, 2011), 202-204.

berbeda-beda. Dilihat secara umum sejumlah ahli menyebutkan tiga dimensi konsep diri. Yang menjadi berbeda pada dimensi yaitu mereka menyebutkannya dengan menggunakan nama yang berbeda-beda. Seperti Calhoun dan Acocella yang menyebutnya dengan: dimensi pengetahuan, pengharapan dan penilaian. Sedangkan Paul J. Centi mempunyai pendapat dengan nama: dimensi gambaran diri (self-image), dimensi penilaian diri (self-evaluation), dan dimensi cita-cita diri (self-ideal). Sebagian ahli lain menyebutnya dengan istilah: citra diri, harga diri, dan diri ideal.⁶²

- 1) Dimensi pengetahuan. Dimensi ini dapat diartikan sebagai cara individu untuk mengenali diri sendiri. Pengenalan inilah yang kemudian dijadikan sebagai modal untuk menggambarkan bagaimana dirinya. gambaran ini belum tentu sesuai, namun juga ada yang tidak sesuai dengan dirinya. Gambaran diri ini hanya suatu yang bersifat sementara yang diberikan pada pribadi. Terutama pandangan terhadap diri mengenai kualitasnya yang dibandingkan dengan individu lain.
- 2) Dimensi harapan, yakni pendapat mengenai dirinya terhadap suatu hal yang diinginkannya. Pendapat ini kemudian waktu belum tentu sesuai dengan apa yang diinginkannya. Standar diri ini yang akan meningkatkan semangatnya dan

⁶² Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 166.

memunculkan adanya suatu langkah untuk menuju masa yang akan datang.

- 3) Dimensi penilaian, yaitu penilaian terhadap diri sendiri. Penilaian ini akan berpengaruh pada tinggi atau rendahnya harga diri.

g) Urgensi

Dalam diri seseorang, konsep diri ini berperan sebagai penentu perilaku. Dari pandangan terhadap dirinya, itulah yang digunakan seseorang berperilaku. Maka dari itu, konsep diri dikatakan sangat penting pada diri seseorang. Menurut Felker, peranan pentingnya, akan dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Mempertahankan keselarasan batin. Ketika individu mempunyai pemikiran, ide, dan perasaan yang tidak sesuai antara diri dan lingkungannya. Maka ia akan menghapus ketidaksesuaian tersebut dan menggantinya dengan yang sesuai dengan lingkungannya. Hal ini dapat dilakukan dengan cara perubahan perilaku yang semula tidak sesuai, menjadi sesuai dengan lingkungannya. Perilaku ini dilakukan sebagai wujud penjelasan bahwa antara perilaku dan lingkungannya sesuai.
- 2) Memberikan penafsiran terhadap pengalaman. Seluruh sikap dan pandangan individu terhadap dirinya sangat berpengaruh dalam menafsirkan pengalamannya. Sebuah kejadian akan ditafsirkan secara berbeda antara individu yang satu dengan individu lainnya, karena masing-masing memiliki sikap dan pandangan yang berbeda.

3) Sebagai penentu pengharapan individu. Pengharapan ini merupakan inti dari konsep diri. Pandangan positif atau negatif terhadap diri akan menentukan baik atau tidaknya harapan individu tersebut.⁶³ Dengan demikian, konsep diri memiliki nilai urgensi yang besar bagi individu. Konsep diri mempunyai peran sangat penting. Dalam diri manusia konsep diri ini berperan sebagai pengorganisasian pikiran dan perasaan individu yang kemudian berdampak pada pemilihan tingkah laku sebagai output-nya.

h) Konsep Diri Remaja

Masa remaja adalah merupakan suatu posisi berada pada masa transisi kehidupan manusia. Disebabkan karena proses menghubungkan dari masa kanak-kanak dan masa dewasa. Usia remaja berkisar antara umur 13 sampai 16 atau 17 tahun. Akhir dari masa remaja ini, berada pada usia 16 sampai 18 tahun.⁶⁴ Ada beberapa tanda ketika individu sudah mencapai usia remaja. Tanda ini berupa adanya perubahan berupa fisik, psikis, dan emosi serta konsep diri yang mempunyai peran didalamnya yang memuat perkembangan identitas remaja.

Pada usia remaja ini, konsep diri berkembang secara menyeluruh serta melibatkan aspek yang terdapat dalam diri

⁶³ Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 170

⁶⁴ Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan*. hal. 206.

mereka. Santrock menyebutkan sejumlah karakteristik penting perkembangan konsep diri pada masa remaja, yaitu:

- 1) Abstract and Idealistic. Pada masa remaja, anak lebih mungkin membuat gambaran tentang diri mereka dengan kata-kata yang abstrak dan idealistik. Meskipun tidak semua remaja menggambarkan secara idealis, namun sebagian besar membedakan antara diri yang sebenarnya dengan yang diidamkannya.
- 2) Differentiated. Dibandingkan dengan anak yang lebih muda, remaja lebih mungkin untuk menggambarkan dirinya sesuai dengan konteks atau situasi yang semakin terdiferensiasi. Remaja lebih memahami bahwa dirinya memiliki diri yang berbeda-beda (*differentiated selves*), sesuai dengan peran atau konteks tertentu.
- 3) Contradictions Within the Self. Setelah remaja mendiferensiasikan dirinya ke dalam sejumlah peran dan dalam konteks yang berbeda-beda, maka muncullah kontrasiksi antara diri-diri yang terdiferensiasi ini.
- 4) The Fluctuating Self. Sifat yang kontradiktif dalam diri remaja pada gilirannya memunculkan fluktuasi diri dalam berbagai situasi dan lintas waktu yang tidak mengejutkan.
- 5) Real and Ideal, True and False Selves. Seorang remaja telah mampu mengkontruksikan diri ideal (*ideal self*) di samping diri yang sebenarnya (*real self*). Kemampuan ini menunjukkan adanya

peningkatan kemampuan kognitif remaja. Remaja juga mampu membedakan antara diri mereka yang benar (true self) dan yang palsu (false self). Remaja cenderung menunjukkan diri yang palsu ketika berada di lingkungan luar. Namun ketika ia bersama dengan orang terdekat maka ia akan menjadi diri yang sebenarnya.

- 6) *Social Comparison*. Sejumlah ahli psikologi perkembangan percaya bahwa, dibandingkan dengan anak-anak, remaja lebih sering menggunakan social comparison (perbandingan sosial) untuk mengevaluasi diri.
- 7) *Self Conscious*. Remaja lebih sadar akan dirinya (self conscious) dibandingkan dengan anak-anak dan lebih memikirkan tentang pemahaman diri. Remaja menjadi lebih istrospektif, yang mana hal ini merupakan bagian dari kesadaran diri dan eksplorasi diri.
- 8) *Self Protective*. Mekanisme untuk mempertahankan diri (self protective) merupakan salah satu aspek dari konsep diri remaja. Remaja memiliki mekanisme untuk melindungi dan mengembangkan diri, dengan cenderung menolak adanya karakteristik negatif dalam diri mereka.
- 9) *Unconscious*. Adanya suatu komponen yang tidak disadari, tetapi hal itu mempunyai kesamaan dengan komponen yang disadarinya.
- 10) *Self Integration*. Ketika sudah tahap remaja akhir. Konsep diri ini mempunyai integrasi

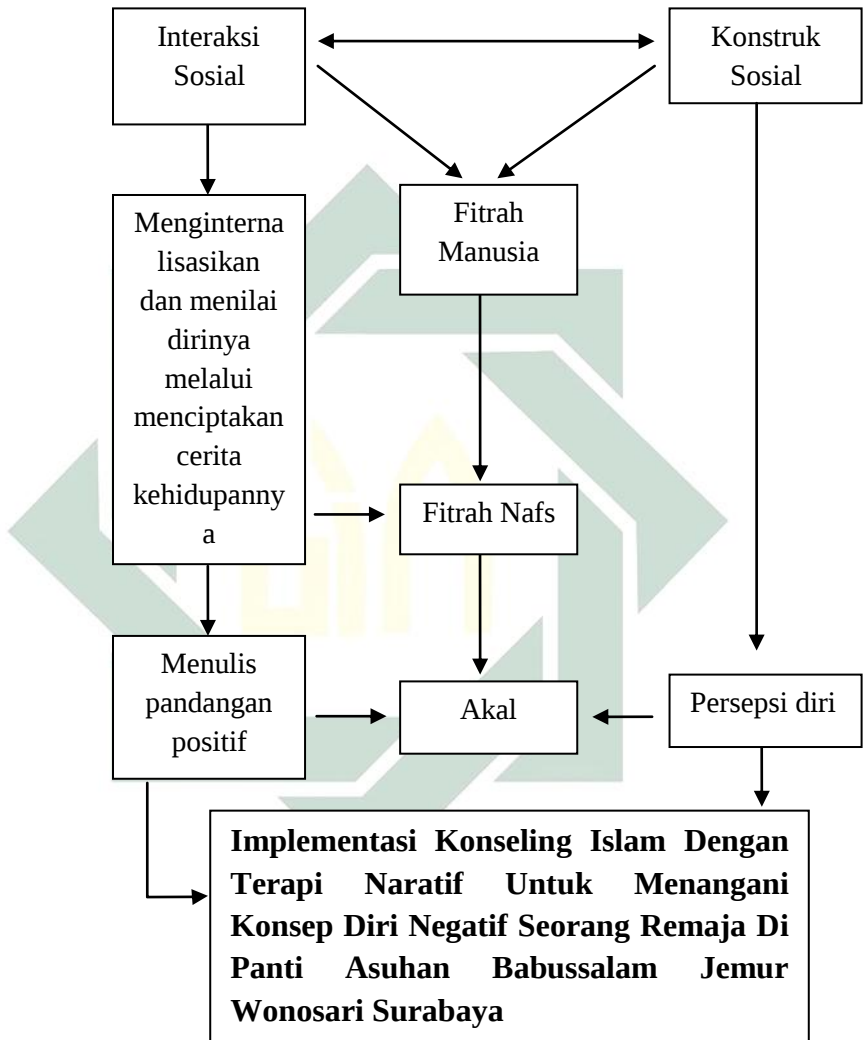
yang lebih, hal ini dikarenakan hal-hal yang berbeda pada dirinya secara sistematis akan menjadi satu kesatuan yang utuh.

Mc Defitt dan Ormrod mencatat dua fenomena yang menonjol dalam perkembangan konsep diri pada masa remaja awal (10-14 tahun). Pertama, mayoritas remaja awal percaya bahwa dalam suatu situasi sosial, dirinya menjadi pusat perhatian dari orang lain. Aspek egosentris (self centered) dari konsep diri remaja ini disebut dengan istilah imaginary audience, yaitu keyakinan remaja bahwa orang lain memiliki perhatian yang sangat besar terhadap dirinya, sebesar perhatian mereka sendiri. Kedua, yaitu personal fable, yaitu perasaan akan adanya kemunikan pribadi yang dimilikinya. Anak remaja awal sering percaya bahwa dirinya berbeda dengan orang lain. Mereka sering berpikir bahwa orang-orang di sekitar mereka tidak pernah merasakan apa yang ia alami.⁶⁵

Dengan demikian, konsep diri pada masa remaja telah mengalami perkembangan yang kompleks dibanding pada masa-masa sebelumnya. Perkembangan ini melibatkan sejumlah aspek dalam diri, yang mana karakteristiknya dapat terlihat dari perilaku yang nampak pada remaja.

⁶⁵ Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), 177-181.

4. Perspektif Islam



Manusia merupakan makhluk Allah yang sempurna dibandingkan makhluk lain dikarenakan mempunyai fitrah. Maka dari itu perlu diketahui fitrah manusia merupakan unsur-unsur dan sistem yang di anugerahkan Allah SWT kepada setiap manusia, seperti halnya jasmani, rohani, nafs, dan iman. Seperti yang sudah dijelaskan pada QS. Ar Rum: 30.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۚ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya:

Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah): (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut firah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui. (Qs. Ar Rum, 30:30)⁶⁶

Berikut penjelasan tentang unsur-unsur tersebut:

- a. Fitrah jasmani, merupakan aspek biologis yang terdapat dalam diri manusia, dimana aspek tersebut tidak bisa bergerak kecuali terdapat fitrah rohani.
- b. Fitrah rohani, merupakan aspek yang terdapat dalam diri manusia yang mempunyai sifat abadi daripada fitrah jasmani, suci dan memperjuangkan dimensi spiritual.
- c. Fitrah nafs, merupakan paduan integral antara fitrah jasmani (biologis) dengan fitrah rohani (psikologis). Ia memiliki tiga komponen pokok

⁶⁶Al-Qur'an, Qs. Ar Rum :30

yaitu : qolbu, akal, nafsu yang saling berinteraksi dan terwujud dalam bentuk kepribadian.

- d. Fitrah iman yang berfungsi sebagai pemberi arah dan sekaligus pengendali bagi tiga fitrah yang lain (fitrah jasmani, rohani, dan nafs).⁶⁷

Dalam Fitrah nafs terdapat komponen akal. Jika dikaitkan dengan konseling, maka seorang konselor membantu konselinya untuk meningkatkan potensi fitrahnya dengan tujuan menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Seperti yang dijelaskan pada Qs. Ali Imran, 3:190-191.

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ

190. *Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal. (Qs. Ali Imran, 3:190)*

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

191. *(yaitu) Orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “ Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka*

⁶⁷Anwar Sutoyo. *Manusia dalam Perspektif Al Quran*. (Program Pascasarjana Universitas Negeri Semaraang, 2012), 114-115.

*peliharalah kami dari siksa neraka. (Qs. Ali Imran, 3:191)*⁶⁸

Terapi naratif ini individu akan mengutarakan pengalamannya yang baru. Dengan menggunakan ungkapan itu, individu dapat mengembangkan makna baru. Individu juga meningkatkan daya sadarnya tidak hanya dirinya yang dapat berpengaruh dalam hidupnya, namun juga kebudayaan yang ada di sekitarnya.⁶⁹ Dengan begitu individu meningkatkan fitrah akalanya. Hal tersebut dengan cara melatih akalnya untuk berfikir agar dapat memunculkan pikiran-pikiran tentang dirinya ke arah yang positif. Dengan pikiran-pikiran tersebutlah yang akan membentuk konsep dirinya. Konsep diri individu mempunyai peran penting. Karena untuk menentukan tingkah laku seseorang. Dengan konsep diri, perilaku individu akan selaras dengan cara ia memandang dirinya sendiri.

⁶⁸ Al-Qur'an, *Ali Imran* : 190-191

⁶⁹ Syamsu Yusuf, *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), hal. 258-260

B. Penelitian Terdahulu Yang Relefan

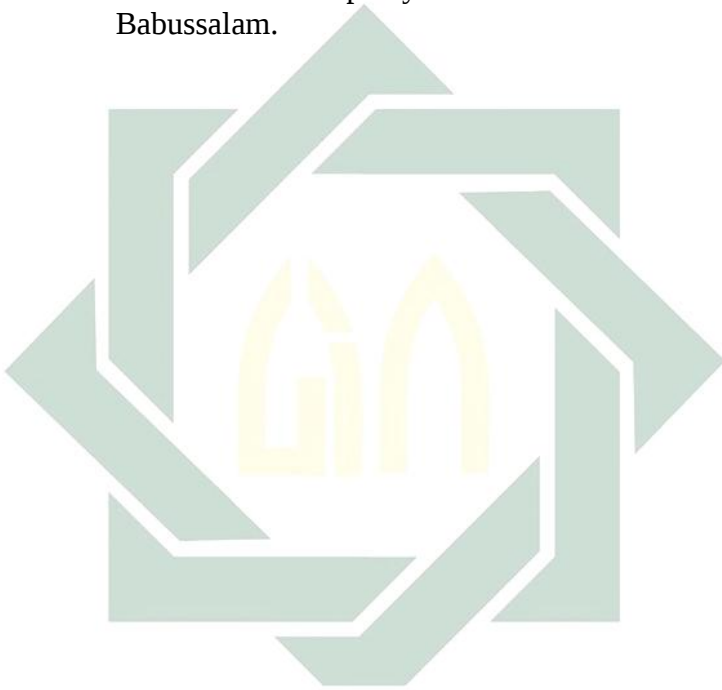
Setelah peneliti melakukan penelusuran dan pengkajian atas beberapa karya tulis ilmiah yang ada, terdapat permasalahan yang serupa dengan pembahasan penelitian ini. Antara lain yaitu:

1. Riza Amalia. “Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi Siswa Putus Asa (Studi Kasus Siswa X di Madrasah Tsanawiyah Negeri Sidoarjo)”. 2012. Skripsi mahasiswa Fakultas Tarbiyah. Perbedaan penelitian ini dengan adalah terapi yang digunakan adalah Terapi Eksistensial Humanistik. Persamaan penelitian ini berfokus kepada objek penelitian yang masih tergolong pada masa remaja dan keputusan yang ada pada diri objek penelitian. Adapun perbedaannya penelitian ini menggunakan terapi eksistensial humanistik.
2. Afifah Wildan Ulya Permana, (B93215091), “Konseling Terapi Naratif Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Pada Seorang Mahasiswa Putus Asa Menyelesaikan Tugas Akhir di UIN Sunan Ampel Surabaya”. Fakultas Dahwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. 2019. Skripsi yang di tulis oleh Afifah Wildan Ulya Permana ini memiliki persamaan yakni sama-sama menggunakan Naratif terapi, adapun letak perbedaannya yaitu skripsi yang ditulis oleh Afifah Wildan Ulya Permana berfokus pada permasalahan motivasi belajar mahasiswa putus asa.
3. Muhammad Mahfudz Ali (B93212105). “Terapi Kognitif Development terhadap Motivasi Belajar pada Klien yang Kurang Kasih Sayang Orangtua di

UPTD Kampung Anak Negeri Surabaya”. 2016. Skripsi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Perbedaan penelitian ini yaitu lokasi penelitian yang bertempat di UPTD Kampung Anak Negeri. Kemudian subjek penelitian ini ialah anak yang kurang kasih sayang orang tua. Serta terapi Kognitif Development yang digunakan Mahfudz Ali juga berbeda dengan peneliti yang menggunakan Terapi Naratif. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Mahfudz Ali ialah fokus penelitiannya untuk mencari tahu motif motivasi belajar apa yang akan digunakan dalam proses konseling pada penelitian masing-masing.

4. Muhammad Fikri Fuadillah (B03215025). “Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif Seorang Siswi SMP Islam Tanwirul Afkar Sidoarjo”. 2019. Skripsi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam. Perbedaannya peneliti ini lokasi penelitiannya di SMP Islam Tanwirul Afkar dengan anak yang masih terpenuhi didikan dari orang tua dan. Persamaan peneliti ini menggunakan terapi naratif dan meneliti konsep diri yang rendah.
5. Khosidah (B03206013). “Bimbingan Konseling Dalam Menangani penyimpangan Perilaku Seseorang Anak Yatim Piatu Di Pnti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya”. Perbedaan penelitian ini yaitu menggunakan metode deskriptif komparatif, dengan membandingkan pelaksanaan bimbingan konseling islam yang dilakukan oleh pihak panti. Dalam penelitian ini menyampaikan kesesuaian antara teori dan praktek proses pelaksanaan bimbingan konseling islam yang dilakukan pihak Panti Asuhan Babussalam.

Penelitian ini menangani penyimpangan perilaku seseorang anak yatim. Dalam konseling ini, yang menjadi konselor adalah Bapak Muadib sebagai orang yang mempunyai panti dan sebagai konselinya anak panti. Persamaan penelitian ini adalah letak tempatnya berada di Panti Asuhan Babussalam.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang. Pendekatan ini bertujuan untuk memahami suatu permasalahan menggunakan sudut pandang sosial secara alamiah dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara peneliti dengan yang subjek penelitian.⁷⁰

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus meneliti suatu kasus atau fenomena tertentu. Fenomena tersebut berada di dalam masyarakat yang dilakukan secara mendalam untuk mempelajari latar belakang, keadaan dan interaksi yang terjadi. Surachnad telah membatasi pendekatan penelitian dengan studi kasus ini. Karena sebagai suatu pendekatan dengan memusatkan perhatian terhadap suatu kasus secara intensif serta terperinci.⁷¹

Penelitian ini menggunakan single subject. Dengan begitu peneliti ini menggunakan metodologi penelitian kualitatif dengan jenis metode studi kasus serta penelitian ini dilakukan secara intensif, menyeluruh dan terperinci guna mengembangkan adaptasi diri konseli.

⁷⁰Haris Herdiansyah. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 9.

⁷¹Burhan Bungin. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2012), 20.

B. Lokasi Penelitian

Subjek yang menjadi sasaran di dalam penelitian ini adalah seorang remaja berusia 16 tahun, kelas X. Dalam penelitian ini, (Dimas) nama subjek penelitian disamarkan oleh peneliti demi terjaganya kerahasiaan identitas subjek yang sebenarnya. Berdasarkan uraian dari hasil obserfasi dan wawancara, Dimas menjalani kehidupannya menjadi seorang anak yang pesimis dahulu sebelum mencoba, karena dia merasa tidak mampu. Hal tersebut dikatakan terdapat konsep diri negatif dialami olehnya yang cenderung memberikan pandangan negatif dalam memaknai hidup dan bahkan tentang dirinya sendiri.⁷²

Adapun Lokasi dalam penelitian ini adalah Panti Asuhan Babussalam terletak di Jemur Wonosari Gang IAIN no 22 Surabaya, daerah ini di sebelah barat kampus UIN Sunan Apel Surabaya. Di panti asuhan ini terdapat sekitar kurang lebih 30 anak, sistem pengasuhan lembaga ini dengan cara non panti artinya bagi anak yang masih punya ibu tetap ikut ibunya, bagi anak yang masih punya bapak tetap kumpul dengan bapaknya dan anak yang yatim piatu tetap kumpul keluarganya tetapi dengan mencukupi kebutuhan mereka terkait sekolah. Alasan dipilihnya tempat penelitian tersebut karena terdapat beberapa anak yang memiliki konsep diri negatif. Dengan ditemukannya anak yang mempunyai konsep diri negatif, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian.

C. Jenis dan Sumber Data

Data primer adalah data pokok dari penelitian ini. Data primer dapat diartikan sebagai data yang

⁷² Hasil wawancara dan observasi dengan klien pada tanggal 12 September 2019 di Panti Asuhan Babussalam Surabaya.

diperoleh dari sumber pertama melalui prosedur teknik pengambilan data yang berupa interview, observasi, maupun penggunaan instrumen yang khusus dirancang sesuai dengan tujuannya. Yang dimaksud data primer dalam penelitian ini yaitu data yang didapatkan sebelum, sesudah, dan ketika proses pemberian konseling islam menggunakan terapi naratif yang diambil dari hasil observasi di lapangan, wawancara, dokumentasi, dan instrumen yang disediakan.

Adapun data primer penelitian ini, terdapat konsep diri negatif yang mempunyai empat tanda diantaranya:

1. Merasa tidak berharga karena tidak terima dengan kenyataan hidupnya yang ekonominya pas-pasan sehingga memilih untuk menghabiskan waktunya bermain game.
2. Merasa tidak mampu atas kemampuannya
3. Pribadi yang tertutup
4. Tidak percaya diri melanjutkan sekolah dikarenakan kondisi ekonomi yang sekarang
5. Kurang semangat untuk sekolah.

D. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap yang digunakan peneliti menggunakan tiga tahapan dalam penelitian, diantaranya: tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap analisa data. Adapun penjelasan tahap-tahapnya, akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Tahap Pra Lapangan
 - a) Menyusun Rancangan Penelitian

Langkah pertama dalam menyusun rancangan penelitian yaitu peneliti terlebih dahulu membaca fenomena yang ada di Panti Asuhan Bussalam. Untuk pertemuan pertama konselor mengumpulkan anak yang sudah

memasuki jenjang SMA. Kemudian baru konseling secara individu dengan konseli. Untuk penggalan informasi selain pada konseli, dilakukannya wawancara yang dilakukan dengan pihak pengurus panti asuhan yang bersentuhan langsung dengan konseli, anak yang sekiranya dekat dengan konseli, dan keluarga konseli.

b) Memilih Lapangan Penelitian

Setelah dilakukannya obserfasi, kemudian langkah selanjutnya yaitu memilih lapangan. Penelitian ini memilih tempat di Panti Asuhan Babussalam.

c) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Mengenai perlengkapan yang akan dibutuhkan penelitian, peneliti menyiapkan pedoman wawancara, alat tulis, kamera dan sebagainya. Hal ini dikarenakan bertujuan untuk mendapatkan deskripsi data dan sebagainya.

2. Tahapan Pekerjaan Lapangan

Dalam penelitian ini pekerjaan lapangan dibagi atas tiga bagian yaitu, peneliti memahami penelitian, mempersiapkan diri untuk memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data yang ada di lapangan. Di sini peneliti menindaklanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang dapat diteliti. Maka dibutuhkannya informasi yang diperoleh dengan cara mengumpulkan data-data hasil wawancara dan observasi. Informan dalam penelitian ini adalah teman konseli, orang tua konseli, pengurus Panti Asuhan Babussalam dan beberapa teman dekat konseli yang bisa membantu untuk mendapatkan

data-data yang terkait dengan konseling dan juga melibatkan individu yang bermasalah tersebut.

3. Tahap Analisis Data

Pada tahap ini, peneliti menganalisa data yang telah didapatkan dari lapangan. Hal tersebut dengan cara menggambarkan atau menguraikan masalah yang ada sesuai dengan kenyataan. Tahap analisis data ini diantaranya menguji, menyeleksi, menyortir, mengategorikan, mengevaluasi, membandingkan, dan merenungkan data yang telah di rekam, serta meninjau kembali data mentah dan terekam.⁷³ Semua ini dilakukan oleh peneliti guna menghasilkan pemahaman terhadap data.

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi ini dapat diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini dilakukan untuk mengamati konseli. Ada beberapa pengamatan yang meliputi: kondisi konseli, kegiatan konseli, dan proses konseling yang dilakukan. Observasi juga dapat diartikan suatu pengamatan terhadap peristiwa yang diamati secara langsung oleh peneliti yang dilakukan secara sistematis terhadap gejala yang diteliti.⁷⁴ Tujuan dari pelaksanaan observasi berguna untuk mengamati

⁷³M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshuri. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 246.

⁷⁴Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. (Bandung, Alfabeta, 2012), 145.

di lapangan yang mengenai fenomena sosial yang terjadi dengan gejala-gejala psikis untuk kemudian dilakukan pencatatan.⁷⁵ Dalam observasi ini peneliti mengamati konseli langsung, selanjutnya mengamati kondisi konseli, kemudian mengetahui bagaimana dia belajar, apa yang dikerjakan konseli di Panti Asuhan Babussalam.

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang dalam pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara (pengumpulan data) kepada responden dan jawaban-jawaban responden dicatat.⁷⁶ Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk mendapat informasi mendalam pada diri konseli yang meliputi: Identitas diri konseli, Kondisi keluarga, lingkungan dan ekonomi konseli, serta permasalahan yang dialami konseli yang dilakukan di Panti Asuhan Babussalam. Agar wawancara berjalan dengan lancar, peneliti membuat pedoman wawancara sebelum terjun langsung. Kemudian pada saat peneliti terjun langsung bertemu konseli, peneliti menyampaikan pertanyaan-pertanyaan kepada konseli dan mencatat jawaban-jawaban dari konseli.

3. Dokumentasi

Dokumen merupakan suatu pengabadian kejadian yang sudah berlalu. Dokumen yang dapat digunakan bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Adapun

⁷⁵Joko Subagyo. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 63.

⁷⁶ Burhan Burgin, "Penelitian Kualitatif", (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hal. 68.

contoh dari dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (life histories), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Sedangkan bentuk dari dokumen gambar misalnya, foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.⁷⁷ Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan data yang menjadi data pendukung melalui teman sebaya, dan pengurus panti.

F. Teknik Validasi data

Dalam penelitian kualitatif, peneliti melakukan uji validitas dengan cara triangulasi (metode penelitian kualitatif). Triangulasi data adalah teknik pengumpulan data dengan menggabungkan berbagai data dan sumber data yang telah ada. Pada penelitian ini dengan melakukan wawancara terhadap beberapa pengurus panti, teman konseli, dan ibu konseli.

G. Teknik Analisis Data

Analisis adalah sesuatu yang berbentuk abstraksi. Hal ini berasal dari bagian-bagian yang telah dikumpulkan dan kemudian dikelompok-kelompokkan. Hasil dari pemerolehan data penelitian ini akan dikumpulkan menggunakan Analysis Interactive Model dari Miles dan Huberman, adapun diantaranya yaitu: 1) Mengumpulkan data; 2) Reduksi Data; 3) Display Data; dan 4) Penarikan/verifikasi Kesimpulan.

Langkah-langkah tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pengumpulan Data

⁷⁷Sugiyono. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2008), 329.

Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi yang kemudian dicatat berbentuk deskriptif mengenai apa yang dilihat, didengar, dan apa yang dialami atau dirasakan oleh subyek penelitian.

2. Reduksi Data

Reduksi data merupakan bentuk analisis yang tajam, menggolokan, mengarahkan, membuang yang tidak diperlukan, dan mengkoordinasikan data yang diperlukan sesuai fokus permasalahan penelitian. Reduksi data selama proses pengumpulan data dilakukan melalui pemilihan, pemusatan, penyederhanaan, abstraksi dan transparasi data kasar yang diperoleh dengan menggunakan catatan lapangan. Selanjutnya membuat ringkasan, mengkode, membuat catatan-catatan kecil atau memo dalam kejadian yang penting.

3. Penyajian Data

Penyajian data pada penelitian kualitatif ini berbentuk teks naratif dan catatan lapangan. Penyajian data adalah tahapan untuk memahami apa yang sedang terjadi, selain itu mengenai apa yang harus selanjutnya untuk dianalisis dan diambil tindakan yang di anggap perlu.

4. Verifikasi dan Penarikan Kesimpulan

Kegiatan verifikasi dan penarikan kesimpulan adalah sebagian dari konvigurasi yang utuh, karena penarikan kesimpulan juga diverifikasi sejak awal berlangsungnya penelitian sampai akhir penelitian yang merupakan proses berkesinambungan dan berkelanjutan.

Berdasarkan uraian diatas secara umum analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tahap-tahap:

1. Mencatatat fenomena yang ada di Panti Asuhan Babussalam baik melalui observasi, wawancara dan studi dokumentasi dalam bentuk catatan lapangan.
2. Menelaah kembali catatan hasil observasi, wawancara, dan studi dokumentasi serta memisahkan data yang dianggap penting dan tidak penting dengan tujuan agar tidak terjadi kekeliruan klasifikasi.
3. Mendeskripsikan data yang telah di klasifikasikan untuk kepentingan penelaah lebih lanjut dengan memperhatikan focus dan tujuan penelitian.
4. Membuat analisis akhir yang memungkinkan dalam laporan penelitian.⁷⁸

⁷⁸ Asih. *Motivasi Belajar Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta* (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2015), 25-28.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

Adapun lokasi sebagai tempat penelitian Skripsi ini adalah lembaga sosial Panti Asuhan Babussalam. Panti Asuhan Ini diasuh oleh Drs. H. Muaddib Aminan Ar, M.Pd.I yang beralamatkan di Jemur Wonosari Gang IAIN no 22 Surabaya. Daerah ini disebelah barat kampus UIN Sunan Ampel Surabaya. Jumlah anak asuh kurang lebih 35 anak, baik laki-laki atau perempuan dengan usia 5 tahun sampai 18 tahun. Panti asuhan ini memakai sistem pengasuhan dengan cara non panti. Non panti artinya bagi anak yang masih mempunyai ibu tetap tinggal dengan ibunya, bagi anak yang masih mempunyai bapak tetap tinggal dengan bapaknya, dan anak asuh yang yatim piatu tetap tinggal dengan keluarganya tetapi dengan mencukupi kebutuhan mereka terkait uang SPP sekolah, saku, dan sembako. Alasan dipilihnya Panti Asuhan Babussalam, karena terdapat beberapa anak yang memiliki konsep diri negatif. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengangkat masalah tersebut di kepenulisan skripsi.

1. Identitas Klien

Nama	: Dimas (nama samaran)
Tempat Tanggal Lahir	: 18 Januari 2004
Umur	: 15 tahun
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Agama	: Islam
Pendidikan	: SMK N 3 Surabaya
Jurusan	: Teknik Audio Vidio
Alamat Rumah	: Jemur Wonosari
Hobi	: Main Game

Cita-cita : Menjadi Orang Suses

2. Latar Belakang Keluarga Klien

Klien mempunyai ayah dan ibu angkat dan satu saudara. Klien berperan sebagai seorang kakak yang mempunyai satu orang adek perempuan. Satu minggu setelah idul fitri tahun 2019, ayahnya telah meninggal. Ketika ayahnya masih hidup yang bekerja ialah kedua orang tuanya. Namun sekarang hanya ibu klien yang bekerja guna menghidupi keluarganya.

Sekarang klien tinggal bersama ibu dan adeknya. Ibunya terbilang seseorang yang ramah terhadap orang-orang di sekitarnya. Ketika bertemu di jalan, ibu klien tidak segan untuk menyapa orang yang berada disekitar rumahnya. Sebagai ibu rumah tangga, ibu klien memperhatikan pendidikan anak-anaknya. Ibu klien hanya sebatas tahu berangkat sekolah dan memberikan uang untuk bekal di sekolah. Karena selain menjadi ibu rumah tangga, ibu konseli juga mempunyai kesibukan bekerja untuk menghidupi anak-anaknya. Konseli setiap berangkat dan pulang sekolah jalan kaki dari rumah menuju jalan raya dan angkot dari jalan raya ke sekolah. Konseli terkadang juga pulang sekolah bareng teman yang naik motor.

3. Latar Belakang Pendidikan

Latar belakang pendidikan klien, sama halnya anak-anak seusiannya. Klien menemupuh masa pendidikannya sejak usia lima tahun di TK Aisyiyah Bustanul Atfal 13. Kemudian klien langsung melanjutkan pendidikannya SD N Jemur Wonosari II. Di jenjang pendidikan SD klien tidak pernah tinggal kelas, sehingga ditempuhnya secara normal selama enam tahun. Setelah lulus, konseli tes masuk di SMP 13 Surabaya. Klien diterima di

SMP tersebut dan menempuh pendidikannya selama tiga tahun. Untuk jenjang SMA/SMK, konseli memilih SMK N 3 Surabaya untuk melanjutkan pendidikannya.

4. Latar belakang Ekonomi

Dilihat dari sudut pandang ekonomi, keluarga klien dapat dikategorikan cukup. Ketika ayah klien masih hidup bekerja sebagai kuli bangunan. Sedangkan ibu klien berjualan gorengan di Giant Surabaya. Dari hasil yang diperoleh kerja kedua orangtuanya cukup untuk membeli kebutuhan hidupnya kecuali sekolah. Untuk pembayaran dan kebutuhan sekolah konseli dan adiknya di tanggung oleh pihak Panti Asuhan Babussalam. Ketika ayah konseli masih hidup yang bekerja kedua orang tua konseli, namun semenjak meninggalnya ayah konseli, hanya ibu konseli yang mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan keluarganya.

5. Latar Belakang Keagamaan Klien

Apabila dilihat dari latar belakang keagamaan, hasil dari wawancara dan observasi. Klien dapat melakukan shalat lima waktu kecuali sholat subuh. Konseli mengaku sangat sulit sholat subuh. Karena dia sering begadang malam dan akhirnya sulit bangun untuk sholat subuh. Konseli juga dapat mempraktekkan menjadi imam sholat, dzikir setelah sholat, dan membaca doa setelah sholat saat kegiatan di Panti Asuhan Babussalam. Ketika kegiatan dipanti, klien juga dapat menghafalkan surat-surat pendek, praktik istighosah, dan membaca sholawat diba'.

6. Latar Belakang Sosial Klien

Ketika berada di rumah, konseli berbakti kepada orang tua. Klien selalu mau untuk mengantarkan ibunya di tempat kerja dan juga

ketika disuruh untuk membantu ayahnya, konseli mau melakukannya.

Ketika di panti, konseli mengikuti aktivitas yang ada di Panti Asuhan. Akitvitasnya seperti hafalan istighosah, membaca sholawat diba', sholat berjamaah, sholat tasbih, dan belajar menjadi imam sholat. Namun konseli sering tidak datang di panti dengan alasan ikut BONEK atau nonton sepak bola. Perilaku konseli terhadap pengurus panti sopan dan santun.

Selain pengurus, di panti asuhan ada berbagai macam usia. Mulai dari anak yang masih umur lima tahun hingga tujuh belas tahun. Ketika konseli bersikap cuek kepada anak yang lebih muda dari nya. Sedangkan ketika bergaul dengan anak yang sumurannya, dia lebih pendiam. Dia terkadang suka mementingkan diri sendiri ketika bersosialisasi, bersikap diam jika tidak ditanya. Ketika berkomunikasi dengan orang baru, konseli lebih menutup diri. Dia lebih menyembunyikan pribadinya, lebih pendiam namun masih bersikap sopan.

Kebiasaannya di warung kopi, klien duduk dan menikmati permainan yang ada di ponsel genggamnya. Jika dilihat dari sosial klien ketika di warung kopi, klien dikatakan pendiam. Mulai dari ketika konseli datang diwarung kopi, ia tidak menyapa temannya. Seperti biasa dia memesan minuman dan sedikit cemilan. Kemudian klien duduk pada tempat duduk yang jauh dari gerombolan orang. Jika ada teman klien dia tidak duduk disampingnya, namun lebih sering temannya yang mengajak duduk bersama. Jika tidak ditanya konseli tidak mengajak bicara teman-temannya. Walaupun ditanya temannya, konseli menjawab

sepatah dua patah kata saja. Klien juga jika tidak diajak bermain bersama, ia juga diam saja.

Untuk menggali latar belakang konseli membutuhkan waktu yang lama, maka dari itu membutuhkan pendekatan yang harus dilakukan berulang kali dengan tujuan kenyamanan konseli untuk mengeluarkan informasi.

B. Penyajian Data

Implementasi menurut KBBI merupakan pelaksanaan atau penerapan. Penelitian ini menerapkan bimbingan konseling dengan menggunakan terapi naratif yang bertempat di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya.

Terapi naratif yaitu terapi yang dilakukan dengan tujuan agar konseli mau menceritakan permasalahannya. Terapi ini berfokus pada kapasitas manusia untuk mengekresikan dan imajinasi pikiran. Praktis terapi naratif tidak menganggap bahwa mereka mengetahui hal yang lebih mengenai kehidupan konseli dari yang mereka lakukan.

Konsep diri adalah pendapat mengenai diri sendiri meliputi pandangan, harapan, dan penilaian yang diperoleh seseorang pada dirinya. Individu mempunyai pemikiran mengenai bagaimana dia melihat dirinya sendiri, berpendapat secara penilaian pada diri sendiri, mempunyai keinginan untuk dirinya seperti apa yang dicita-citakannya.⁷⁹ Pada individu, konsep diri berada pada wilayah kognitifnya atau pemikirannya.

Hubungan terapi naratif dengan konsep diri ini yaitu sama membahas bagian individu yang terdapat pada kognitifnya. Terapi naratif berfokus pada kapasitas manusia untuk mengekresikan dan imajinasi

⁷⁹ Muhamad Thohir, *Pemahaman individu*, (Surabaya: UIN Sunan Apel Perss) hal. 85.

pikiran, sedangkan konsep diri ini berada pada pendapat yang terdapat pada pikiran individu.

Penelitian ini berawal dari observasi dan wawancara yang dilakukan ketika pertama kali di Panti Asuhan Babussalam. Langkah ini dilakukan konselor dengan cara mengikuti kegiatan dan wawancara kepada salah satu pengurus di Panti Asuhan Babussalam. Pada waktu itu konselor merasa kesulitan untuk mencari informasi mengenai anak panti yang akan dijadikan konseli. Untuk mempermudah menggali informasi, langkah selanjutnya konselor menggunakan sesi konseling kelompok dengan mengumpulkan anak yang pendidikannya sudah memasuki jenjang SMA.

Pertemuan kedua konseling kelompok dilaksanakan untuk mencari data mengenai konseli. Sesi konseling ini, mereka diajak untuk menjawab pertanyaan mengenai seberapa dia mengenali dirinya sendiri dan menuliskan jawaban di kertas. Dari hasil pernyataan tersebut peneliti menemukan individu yang cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga.

Dilihat dari aktivitasnya di panti, konseli terlihat seperti anak yang pendiam. Konseli berperilaku sopan terhadap pengurus panti. Ketika berkumpul dengan teman-temannya, konseli selalu diam dan jika tidak ditanya hanya diam saja. Konseli tidak mempunyai keceriaan seperti teman-teman seumurannya.

Berdasarkan data-data yang peneliti kumpulkan, peneliti menemukan beberapa permasalahan yang melingkupi kehidupan konseli. Diketahui permasalahan bahwa ketika kelas 4 SD. Konseli kecewa pada kenyataan yang dihadapi dirinya yang ternyata selama ini tidak di asuh oleh ayah dan ibu kandungnya. Konseli merasa kecewa dan prustasi sampai sekarang

karena selama ini bukanlah orang tua aslinya yang merawatnya.

Konseli juga bercerita ketika setelah pengumuman diterimanya di SMK N 3 Surabaya. Ia berlibur di rumah temannya selama tiga hari. Selama di rumah temannya, konseli melihat temannya yang mempunyai keluarga yang menyayangnya, kedua orangtua yang selalu memperhatikannya, dan ekonomi yang cukup untuk memfasilitasi anaknya. Kedua orang tuanya yang selalu mengingatkan makan anaknya, sholat, dan selalu memperingati anaknya ketika main game berlebihan. Selain itu orang tuannya memfasilitasi laptop, motor, tv, handphone, dan PS untuk anaknya. Ketika melihat temannya yang mempunyai kecukupan secara jasmani dan rohani, konseli mempunyai perasaan ketidak terimaan atas kenyataan yang sekarang.

Dengan perasaan ketidak terimaan tersebut, konseli memilih untuk mencari lingkungan lain diluar rumahnya. Dengan uang saku yang diberikan orang tuannya senilai 20.000, konseli setiap hari selalu pergi kewartung kopi untuk bermain game dan bersantai. Hal tersebut bagi konseli lebih merasa bahagia dan ia lebih nyaman daripada dirumah.

Ketika sekolah konseli sering membolos dan terkadang tidak mengikuti pelajaran. Konseli malas untuk sekolah dan belajar, dikarenakan menurutnya kegiatan sekolah hanya memberatkannya saja. Karena hal tersebut konseli memilih untuk membolos sekolah.

Konseli sangat antusias dengan main game, berbeda lagi dengan masalah sekolah, belajar dan kegiatan panti. Ketika ditanya pengurus panti yang berperan sebagai wali konseli tentang sekolahnya ia hanya menjawab sekolahnya baik-baik saja dan tidak ada masalah. Namun pada kenyataannya hampir tidak

mau belajar ditempat les yang sudah disediakan panti. Mengenai kegiatan panti yang sering membolos, ia beralasan pergi untuk melihat pertandingan sepak bola yang dimainkan Persebaya. Selain itu konseli juga menggunakan alasan sekolahnya yang banyak kegiatan ekstrakurikuler. Namun pada kebenarannya, konseli berada di warung kopi bermain game. Sering juga konseli tidak mengikuti aktivitas panti, dengan tanpa izin.

Ketika konseli disinggung mengenai sekolahnya oleh konselor, Konseli tidak percaya diri dengan kemampuannya dan kenyataan ekonomi yang sekarang. Padahal dahulu ketika masih SMP, ia pernah peringkat 10 di kelasnya. Untuk masalah ekonomi konseli mempunyai pemikiran bahwa sekolahnya yang sekarang akan membutuhkan biaya yang besar untuk memenuhi kebutuhan peralatan sekolahnya, sehingga ia memutuskan untuk bermalas-malasan untuk sekolah dan kegiatannya.

Hasil dari identifikasi yang telah dipaparkan diatas, ditemukannya beberapa gejala yang dialami konseli sehingga dapat dikatakan bahwa ia memiliki konsep diri negatif yaitu;

1. Merasa tidak berharga
2. Merasa tidak mampu atas kemampuannya
3. Pribadi yang tertutup
4. Tidak percaya diri melanjutkan sekolah dikarenakan kondisi ekonomi yang sekarang
5. Kurang semangat untuk sekolah.

Konsep diri itu penting artinya seorang anak dapat memandang dirinya dan dunianya. Konsep diri tidak hanya mempengaruhi perilaku anak. Akan tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Adanya konsep diri bertujuan agar individu dapat

mengenai siapa dirinya. Sehingga individu dapat menentukan cara yang tepat untuk mengembangkan potensi dan kapasitas dirinya.

Setelah melakukan pertimbangan, dari segi kemungkinan masalah yang bisa dilakukan intervensi, kemampuan peneliti dalam melakukan intervensi, dan batas waktu yang dimiliki peneliti, maka peneliti menentukan pokok permasalahan konseli yang akan diberikan intervensi adalah perihal konsep diri yang perlu ditingkatkan. Konseli perlu lebih mengenal dan memahami dirinya sendiri. Sehingga hal tersebut dapat menambah penerimaan konseli terhadap dirinya dan mampu menentukan tujuan hidup yang lebih berharga. Jika konsep diri konseli meningkat, maka konseli akan lebih merasa berdaya guna. Serta lebih siap menghadapi permasalahan yang dapat terjadi dalam kehidupannya.

Penelitian ini mengenai implementasi konseling islam dengan menggunakan terapi naratif bagi individu. Konseling ini berkaitan erat dengan mampu mengubah pandangan individu tentang dirinya. Pandangan dari konsep diri negatif menjadi konsep diri positif. Selain itu juga individu mampu memisahkan dirinya dari permasalahannya. Kemudian dituangkan dalam membuat cerita yang menjadi padangan baru dihidupnya yang lebih ke arah positif. Dengan begitu konseling Islam dengan terapi naratif bagi anak di Panti Asuhan Babussalam. Dilakukan dengan tujuan agar lebih berfokus pada perubahan konstruk berpikir terhadap pandangan individu pada dirinya sehingga menjadi pribadi yang lebih menghargai dirinya.

Agar mendapatkan informasi saat konseling yang maksimal, maka diperlukan adanya pendekatan terhadap konseli. Pendekatan ini telah dilakukan ketika pertemuan pertama saat konseling bertempat di ruangan

yang biasa untuk kegiatan anak asuh. Hal ini dikarenakan guna mempermudah peneliti untuk mendapatkan informasi dalam melakukan obserfasi terhadap konseli saat bersama teman-temannya di Panti Asuhan Babussalam. Adapun proses konseling yang dilakukan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

2) Identifikasi Masalah

Langkah ini bertujuan untuk penggalan informasi mengenai latar belakang terjadinya permasalahan yang terjadi pada klien. Selain itu juga untuk mengetahui gejala-gejala yang terlihat.⁸⁰ Pada tahap ini konselor mengumpulkan data yang bersumber dari konseli, pengurus panti asuhan bagian pengawas, pengurus panti bagian sekolah, ibu konseli, teman ngopi konseli, teman setara SMA yang ada di Panti Asuhan Babussalam.

Dengan jumlah anak yang banyak dan juga umurnya yang bervariasi Di Panti Asuhan Babussalam. Maka untuk mempermudah menggali informasi, konselor menggunakan sesi konseling kelompok dengan mengumpulkan anak yang pendidikannya sudah memasuki jenjang SMA di Panti Asuhan Babussalam. Dikarenakan terdapat berbagai macam umur, peneliti mengambil anak asuh yang sekolahnya tingkatan SMA atau SMK guna mengetahui adanya permasalahan atau tidak dalam diri individu. Pertemuan pertama konselor memberikan pertanyaan-pertanyaan mengenai seberapa tingkat konsep diri negatif yang kemudian jawabannya dituliskan di lembar kertas. Dari hasil jawaban atas pertanyaan tersebut, dapat diketahui

⁸⁰Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

ditemukan individu yang cenderung tidak mampu dan tidak berharga terhadap dirinya. Anak tersebut akhirnya oleh konselor dijadikan konseli dalam penelitiannya. Kemudian dilanjutkan dengan konseling yang dilakukan secara individu. Konseling ini dilakukan dengan anak yang sudah terpilih menjadi konseli. Ketika menggali data pada konseli, konselor membutuhkan pendekatan dahulu. Dikarenakan konseli yang masih tergolong tertutup, kaget dengan diajaknya konseli berbicara. Maka dari itu, dibutuhkan pendekatan, dengan tujuan kenyamanan konseli ketika bercerita. Waktu yang dibutuhkan menggali data ini juga cukup memakan waktu beberapa hari.

Konseling ini dilakukanan dengan beberapa kali pertemuan. Pertemuan ini berjumlah 10 kali. Dapat diperinci bahwa 5 kali pertemuan untuk menggali hal-hal mengenai kepribadian berupa sifatnya, perilaku, perilaku terhadap orang yang lebih tua, perilaku kepada orang yang lebih muda, perilaku ketika berada di lingkungan panti, dan latar belakang keluarga.

- (a) Pertemuan pertama, dengan cara menghadirkannya anak yang telah memasuki SMA. Dengan tujuan memudahkan pencarian seorang konseli. Penggalan data ini menggunakan cara anak disuruh menjawab pertanyaan dari konselor. Pertanyaan ini ditanyakan bertujuan untuk menggali seberapa dia mengenali dirinya. Pertemuan ini diawali dengan pengenalan antara konselor dan anak-anak panti. Kemudian konselor juga menyampaikan tujuannya menggumpulkan anak-anak. Proses identifikasi masalah ini mulanya pada masing-masing anak diberikan

kertas dan bulpoin. Secara fisik, anak berwajah kaget. Karena mereka menganggap ini merupakan ujian untuknya. Ketika konselor bertanya ada beberapa anak yang tidak paham mengenai apa maksud yang ditanyakan. Maka, disini konselor setelah satu pertanyaan di lontarkan, kemudian menjelaskannya menggunakan bahasa yang digunakan setara dengan anak. Proses ini tidak berjalan dengan mulus. Karena ada salah satu anak yang aktif berbicara. Seperti ketika konselor bertanya, dia menggunakan pertanyaan itu untuk dijadikan bahan guyonan.

- (b) Kemudian pertemuan ke 2 yaitu pengenalan secara lebih dalam dengan konseli. Pertemuan ini konselor terlihat takut dan kaget. Hal ini karena konseli mempunyai persepsi, bahwa seorang guru BK itu sebagai orang yang mempunyai karakter jahat dan mempunyai karakter terseperti polisi yang meneguhkan hal-hal yang benar dan memberikan sanksi jika melanggar aturan. Untuk mengatasi hal tersebut, konselor memperkenalkan dahulu dan meyakinkan klien sebagai temanya. Konselo melakukan sapaan yang dilakukan anak seumurannya, kemudian juga menyamakan karakter dengan konseli. Kemudian baru bertanya mengenai pribadi dirinya dan Panti Asuhan Babussalam. Pertanyaan pertama yang diucapkan konselor, kemudian konseli menjawabnya. Namun dia menjawabnya dengan bahasa yang ragu. Kemudian konselor juga meyakinkan klien, jika seorang konselor mempunyai salah satu asas yaitu asas kerahasiaan. Jadi ketika konseli bercerita, maka

terjamin kerahasiaannya. Pertemuan ini konseli masih berbicara dengan santun, walaupun merunduk dan berperilaku sopan seperti berinteraksi dengan pengurus panti, namun konseli berhasil menjawab semua pertanyaan konselor.

- (c) Pertemuan selanjutnya bertanya mengenai keluarga dan perilakunya terhadap orangtuanya, anak yang umurnya dibawahnya, dan masing-masing pengurus panti. Disini dia mulai berbicara dengan tidak kaku dan terkadang mulai mengangkat kepalanya dengan menghadap di lawan bicaranya.
- (d) Pertemuan ke 4 ini menggali tentang kebiasaan sehari-harinya. Dia bercerita mulai dari bangun tidur jam 05:30 untuk melakukan sholat subuh dan bersiap-siap untuk sekolah. Kemudian setelah pulang sekolah ia pergi ke warkop untuk bermain game. Sekitar jam 3 ia pulang untuk membantu ibu, mandi, dan sholat ashar dan magrib. Setelah magrib sampai malam, ia berada di warkop untuk menikmati game lagi. Disini konseli sudah mulai nyaman bercerita dan konseli juga tidak malu lagi untuk menceritakan hal-hal kebiasaan yang dilakukan.
- (e) Pertemuan ini mencari tau mengenai kebiasaan negatifnya kesehariannya di sekolah dan panti. Konseli awalnya menceritakan kalo dia baik-baik saja di sekolah dan di panti. Namun konselor menyanggahnya dan menceritakan kebiasaan-kebiasaan buruk yang ditemui konselor di temannya waktu sekolah dahulu dan kebiasaan negatif di pondok. Kemudian setelah itu baru menceritakannya dengan jelas dan apa adanya.

Hasil dari wawancara dan observasi ketika konseling individu, konseli bercerita ketika konseli kelas 4 SD. Ia kecewa pada kenyataan yang dihadapi dirinya yang ternyata selama ini tidak di asuh oleh ayah dan ibu kandungnya. Konseli merasa kecewa dan prustasi sampai sekarang karena selama ini bukanlah orang tua aslinya yang merawatnya.

Selain itu konseli juga bercerita ketika setelah pengumuman diterimanya di SMK N 3 Surabaya. Ia berlibur di rumah temannya selama tiga hari. Selama di rumah temannya, konseli melihat temannya yang mempunyai keluarga yang menyayangnya, kedua orangtua yang selalu memperhatikannya, dan ekonomi yang cukup untuk memfasilitasi anaknya. Kedua orang tuanya yang selalu mengingatkan makan anaknya, sholat, dan selalu memperingati anaknya ketika main game berlebihan. Selain itu orang tuannya memfasilitasi laptop, motor, tv, handphone, dan PS untuk anaknya. Ketika melihat temannya yang mempunyai kecukupan secara jasmani dan rohani, konseli mempunyai perasaan ketidak terimaan atas kenyataan yang sekarang.

Dengan perasaan ketidak terimaan tersebut, konseli memilih untuk mencari lingkungan lain diluar rumahnya. Dengan uang saku yang diberikan orang tuannya senilai 20.000, konseli setiap hari selalu pergi kewarung kopi untuk bermain game dan bersantai. Hal tersebut bagi konseli lebih merasa bahagia dan ia lebih nyaman daripada di rumah.

Konseli mengakui ketika sekolah sering membolos dan terkadang tidak mengikuti pelajaran. Konseli malas untuk sekolah dan belajar,

dikarenakan menurutnya kegiatan sekolah hanya memberatkannya saja. Karena hal tersebut konseli memilih untuk membolos sekolah. Namun berbeda lagi ketika bermain game, ia mengaku sangat suka memainkannya dan jika diajak membicarakannya sangat antusias.

Ketika konseli disinggung mengenai sekolahnya oleh konselor, Konseli mengaku tidak percaya diri dengan kemampuannya dan kenyataan ekonomi yang sekarang. Padahal dahulu ketika masih SMP, ia pernah peringkat 10 di kelasnya. Untuk masalah ekonomi konseli mempunyai pemikiran bahwa sekolahnya yang sekarang akan membutuhkan biaya yang besar untuk memenuhi kebutuhan peralatan sekolahnya, sehingga ia memutuskan untuk bermalas-malasan untuk sekolah dan kegiatannya.

Dengan menggunakan landasan yang menjadi alasan utama mengenai malasnya belajar dan sekolah seorang remaja kelas 10 SMK yang berada di Panti Asuhan Babussalam, maka peneliti menggunakan terapi naratif untuk membantu dalam mengoptimalkan sumber-sumber motivasi belajar dan sekolah pada diri klien. Peneliti menggunakan terapi naratif untuk membantu klien memisahkan dirinya dari masalah. Dengan cara memberikan nama pada masalah tersebut. Kemudian membuat cerita baru dikehidupannya dengan pemahaman makna kehidupan dan pencapaian tujuan hidup yang positif.

Terapi naratif mendorong klien untuk mencari solusi untuk pembenahan asumsi-asumsi yang keliru yang diakibatkan dari kejadian yang merugikan dirinya baik secara psikis maupun fisik. Klien adalah seorang anak yang berusia remaja

yang lebih suka bermain game di warung kopi daripada belajar dan sekolah. Hal ini dikarenakan konseli yang tidak menerima kenyataan hidup keluarganya yang ekonominya pas-pasan dibandingkan dengan temannya yang mempunyai keluarga seba berkecukupan. Klien lebih memilih pergi ke warung kopi untuk bermain game. Dengan menggunakan sudut pandang sosialnya, klien kurang bisa terbuka dengan kedua orang tua angkatnya, teman-temannya, dan pengurus panti.

Untuk penggalian data yang dilakukan kepada pengurus panti, teman konseli, dan ibu konseli. Konselor membutuhkan ketrampilan untuk berbicara agar pertanyaan yang ditanyakan mudah difahami. Selain itu juga membutuhkan analisis yang jeli, dikarenakan pembicaraan sumber data terkadang melenceng dari yang dinyatakan awal dan bahkan jauh dari apa yang ditanyakan.

Informasi selanjutnya didapatkan dari salah satu ustadzah pengurus panti yang bersentuhan langsung terhadap konseli mengenai belajarnya, keuangan sekolah, dan wali di sekolahnya. Berdasarkan informasi yang didapatkan, konseli dalam satu bulan belajar di rumah pengurus hanya dapat dihitung kurang lebih 1 atau 2 kali saja. Ketidak hadirannya menjadi tanda tanya besar. Suami ustadzah yang juga bagian pengurus panti geram mengetahuinya. Hal tersebut menjadi pompa semangat untuk mencari keberadaan anak yang sudah lama tidak belajar bersama teman-temannya. Akhirnya pencarian berakhir ketika ditemukannya konseli di sebuah warung kopi. Ia bersama teman-temannya sedang menikmati hidangan dan main game. Informasi ini tidak berhenti disini saja, namun lebih diperluas dengan

menanyakan kepada teman-teman yang saat itu di warung kopi. Hasilnya ternyata dia berada diwarungkopi itu hampir setiap hari untuk mian game. Keberadaannya di warungkopi biasanya sejak sore sampai malam. Ketika ditanya tentang sekolahnya ia hanya menjawab sekolahnya baik-baik saja dan tidak ada masalah. Namun pada kenyataannya hampir tidak mau belajar ditempat les yang sudah disediakan panti.

Di pengurusan Panti Asuhan Babussalam terdapat pengurus bagian pengawas yang tugasnya mengawasi anak panti ketika kegiatan berlangsung. Pengurus panti ini adalah seorang wanita dewasa yang mempunyai karakter tegas dalam mendidik anak-anak panti. Menurut informasi yang di dapatkan, konseli kerap tidak masuk saat kegiatan. Mengenai kedatangan kegiatan, konseli sering datang terlambat. Kemudian saat proses kegiatan, konseli melaksanakan sesuai dengan kegiatan yang sudah dijadwalkan untuknya. Menurut pengurus ini, konseli akhir-akhir ini tidak ceria seperti waktu SMP.

Menurut Ibu konseli, ia merupakan anak yang nurut dengan orang tua. Ketika orang tuanya meminta bantuan melakukan sesuatu sangat jarang mengelak. Sewaktu belum meninggal, ayahnya kerap mengingatkan perihal sholat lima waktunya, terutama sholat subuh. Karena konseli sering tidur diatas jam 12, sehingga paginya sering kesiangan. Kedua orang tuanya tidak pernah menanyai mengenai sekolah konseli, yang diketahui hanya sudah mengasihkan uang saku setiap hari kepada anaknya dan bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari keluarganya.

Informasi juga didapatkan dari Yoga (nama samaran) sebagai teman yang kelasnya setara dengan konseli. Menurut Yoga, konseli merupakan anak yang pendiam. Jika suatu hal tidak bersangkutan dengannya, dia hanya diam saja. Konseli akan semangat jika membicarakan soal permainan kesukaannya, yaitu mobile legend.

Selain informasi konseli didapatkan dari Aan (nama samaran) teman konseli yang biasa nonkrong di warung kopi. Menurut informasi darinya, konseli sangat suka bermain mobile legend. Permainan ini, konseli hanya menggunakan alat komunikasinya berupa handphone. Diperkirakan satu hari kurang lebih menghabiskan waktu selama 5 jam untuk bermain. Untuk tempat bermain game tersebut berada di warung kopi, dikarenakan konseli tidak mempunyai paket internet yang lebih untuk bermain game. Selain bermain game, ketika diwarung kopi konseli senang menonton youtube untuk melihat tata cara agar menang saat main game. Jika dilihat dari sosial klien ketika di warung kopi, klien dikatakan pendiam. Mulai dari ketika konseli datang diwarung kopi, ia tidak menyapa temannya. Seperti biasa dia memesan minuman dan sedikit cemilan. Kemudian klien duduk pada tempat duduk yang jauh dari gerombolan orang. Jika ada teman klien dia tidak duduk disampingnya, namun lebih sering temannya yang mengajak duduk bersama. Jika tidak ditanya konseli tidak mengajak bicara teman-temannya. Walaupun ditanya temannya, konseli menjawab sepatah dua patah kata saja. Klien juga tidak diajak bermain bersama, ia juga diam saja.

3) Diagnosis

Setelah memperoleh informasi mengenai klien. Langkah selanjutnya yaitu diagnosis atau penetapan pemasalahan berdasarkan landasan gejala yang sudah diketahui.⁸¹ Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan dengan konseli dan beberapa informan, maka konselor menyimpulkan beberapa gejala yang dialami oleh konseli sebagai tanda konseli memiliki konsep diri negatif antara lain:

- (a) Merasa dirinya tidak berharga
- (b) Merasa tidak mampu atas kemampuannya
- (c) Pribadi yang tertutup terhadap orang disekitarnya
- (d) Tidak percaya diri dengan kemampuannya
- (e) Kurang semangat untuk sekolah

Konselor dalam tahap ini sedikit kesulitan untuk mengategorikan bahwa konseli mempunyai konsep diri negatif. Karena teori yang dimunculkan beberapa tokoh mengenai ciri dari konsep diri negatif ada banyak dan berbeda-beda.

4) Prognosis

Langkah ini berupa penetapan yang dilakukan konselor mengenai bantuan untuk pemecahan masalah. Setelah melalui proses pencarian informasi serta mengetahui permasalahan yang telah diketahui. Kemudian langkah selanjutnya yaitu menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membantu memecahkan masalah pada konseli.⁸² Dalam hal

⁸¹Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

⁸²Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

ini konselor menetapkan bantuan menggunakan tehnik terapi yang sesuai untuk membantu menangani konsep diri negatif pada konseli.

Setelah konselor mencari informasi menggunakan observasi, wawancara, dan alat ungkap masalah di ruang kegiatan Panti Asuhan Babussalam. Dengan berbagai pertimbangan dari informasi yang didapatkan. Maka sebagai tugas selanjutnya yaitu konselor menetapkan terapi naratif sebagai bantuan yang akan diberikan. Terapi ini diberikan kepada konseli. Proses terapi ini dilakukan dengan pertimbangan waktu antara konselor dan konseli. Penetapan ini ditetapkan menggunakan acuan dengan asas musyawarah. Dengan Hal ini konselor menggunakan lima proses utama terapi naratif meliputi (a) eksternalisasi masalah artinya langkah konselor membantu memisahkan identitas individu dan masalah konseli. (b) Dekonstruksi cerita hidup artinya langkah yang berguna untuk mematahkan identitas individu yang dipengaruhi oleh masalah. Serta berupaya menemukan cerita alternative. Hal ini berguna untuk pemberdayaan cerita lama, (c) (re-Authoring) pengutaraan cerita secara berulang. Cerita ini yang diperoleh dari pemberdayaan cerita lama. Langkah ini membutuhkan penguatan cerita. Hal ini berguna untuk peneguhan cerita yang telah ditemukan konseli. (d) Langkah dimana konseli menjadi diri sendiri kembali (peneguhan kembali). Konseli mengungkapkan lagi cerita baru yang telah ditemukan, serta kehadiran pemaknaan atas keberhargaan diri. (e) Kehadiran lingkungan sosialnya (aliansi *terapeutik*). Dengan tujuan pemantapan identitas baru pada individu. Hal ini

menggunakan cara menghadirkan lingkungan yang berpengaruh penting di kehidupannya.

Untuk memperlancar tehnik terapi naratif ini. Dibutuhkannya perlengkapan beberapa tehnik. Salah satu tehnik yang dimaksud yaitu tehnik mind-map serta menulis bebas. Dalam pelaksanaannya tehnik ini dilengkapi dengan beberapa tehnik seperti mind-map dan menulis bebas. Adapun tujuan dari ini ialah mengajak konseli untuk memisahkan dirinya dengan masalah kemudian dalam prosesnya konseli diajak untuk mengonstruk cerita dan makna baru dalam kehidupannya serta membangun realita kehidupan baru bagi dirinya. Selain itu untuk meningkatkan motivasi belajar konseli dapat digunakan media seperti penayangan film, cerita inspiratif dan pemberian penghargaan berupa pujian.

5) *Treatment*

Setelah konselor mengetahui permasalahannya dan menetapkan terapi yang sesuai, maka langkah selanjutnya yaitu menetapkan terapi yang disebut prognosis. Langkah ini dalam konseling sangatlah penting, dikarenakan langkah ini menentukan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu masalahnya.⁸³ Dalam hal ini konselor memberikan bantuan dengan jenis terapi yang sudah ditentukan atau treatment dalam proses konseling atau terapi yang dilakukan saat konseling menggunakan jenis terapi naratif dengan langkah-langkahnya sebagai berikut:

⁸³Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

- (a) Eksternalisasi masalah artinya langkah konselor membantu memisahkan identitas individu dan masalah konseli.⁸⁴

Langkah *treatment* ini dilakukan pada pertemuan konseling ke 6. Awalnya konseli kebingungan dengan apa yang dikatakan konselor mengenai peristiwa yang menyebabkan timbulnya masalah. Kemudian konselor mengganti bahasa yang mudah dipahami dan sistematika yang runtut.

Pada pertemuan kali ini konselor menanyakan kabar konseli, konseli mengungkapkan bahwa dirinya masih mempunyai pandangan penilaian negatif terhadap dirinya. Konseli merasa tidak terima atas kehidupannya yang tidak se enak temannya yang mempunyai ekonomi, kasih sayang keluarga yang utuh, fasilitas sekolah yang memadai. Disitulah masalah kekecawaannya yang berdampak pada keseharian konseli sehingga ia lampiaskan dengan; kecanduan game, menutup diri, malas belajar, dan kurang semangat berkegiatan sekolah. Hasil identifikasi observasi dan wawancara tersebut, bahwa klien memiliki konsep diri negatif. Klien kecenderungan memberikan pandangan atau penilaian terhadap dirinya negatif tentang arti hidup, bahkan tentang dirinya sendiri.

Konselor membantu konseli untuk memetakan masalahnya dengan teknik mind mapping. Tujuannya adalah agar konseli dapat

⁸⁴Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

memisahkan dirinya dengan masalah tersebut. konselor menguatkan konseli agar memposisikan masalah diluar dirinya. Merubah kalimat “kapan masalah ini muncul dalam hidup anda?” menjadi “kapan masalah ini muncul?” pentingnya metafora bahasa digunakan, untuk kebiasaan penggunaan kalimat yang membawa eksternalisasi. Ketika konseli memandang dirinya sebagai bagian dari masalah, maka dia mengalami keterbatasan dalam menemukan cara yang dapat mengatasi masalah tersebut secara efektif. Namun ketika konseli memandang masalah tersebut berada diluar dirinya, maka dia dapat membangun hubungan dengan masalahnya secara rasional. Konselor memotivasi konseli bahwa ia mampu untuk memisahkan diri sebagai bagian dari masalah.

Konselor memisahkan masalah dengan menyebut masalah sebagai “wahana permainan”. Konselor membantu konseli dalam melemahkan problema kehidupannya dengan cara membongkar asumsi-asumsi yang keliru seperti “Tidak terima atas kenyataan hidupnya sehingga memilih untuk menghabiskan waktunya bermain game” adalah masalah yang disebabkan oleh suatu peristiwa, dan membuka kemungkinan-kemungkinan alternatif untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Konselor memotivasi klien agar menerima kenyataan hidupnya, menggunakan QS. Al Baqarah: 216

وَعَسَ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَ أَنْ

تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرُّ لَكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya:”Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. Al-Baqarah: 216)⁸⁵

“dari ayat itu dapat dikatakan apapun yang telah ditetapkan oleh Allah, itulah yang terbaik utuk mu. Jadi ketidak terimaan atas kenyataan di kehidupanmu karena menurutmu ada yang lebih baik itu belum tentu menurut Allah juga baik.”

Selain itu konselor juga mencontohkan nasib seseorang yang dibawahnya

“Seperti contoh anak gelandangan yang tidak mempunyai orang tua, bahkan untuk biaya untuk makan kesulitan. Maka dari itu konseli harus bersyukur dengan keyataan hidup yang sekarang, yang masih mempunyai ibu dan pengurus panti yang memperhatikan dan menyayangnya. Seperti yang dikatakan dalam Al-quran surat Ibrahim ayat 7”

وَإِذْ تَأْتِيَنَّكَ رِزْقٌ فَلْيُنْفِقْهُ حَيْثُ يَأْتِيَنَّكَ رِزْقٌ وَلَا تَبْخُلْ بِهِ ۚ إِنَّ الْبَخِيلِينَ يَكُونُونَ لَمُتْرِينَ
ثُمَّ إِنَّ عَدَّ أَبِي لَشَدِيدٍ

⁸⁵ Al-Qur'an, Al baqarah : 216

Artinya: “dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; “sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih”.(Qs. Ibrahim,: 7)⁸⁶

“Dari ayat ini dapat diambil hikmahnya ketika manusia mesyukuri nikmat Allah maka akan ditambah nikmatnya. Maka jika kamu mencari ilmu, maka akan dipermudah rezekinya.”

Konseli juga membongkar asumsi dimana klien tidak mampu atas kemampuannya. Konselor memberikan motivasi dengan berkata:

“jika dahulu pernah mendapatkan peringkat 10 di masa SMP, kenapa sekarang tidak meningkatkan kemampuan tersebut. Bukankah meingkatkannya lebih bagus?”.

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ
لِّأُولِي الْأَلْبَابِ

190. Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal. (Qs. Ali Imran, 3:190)

⁸⁶ Al-Qur'an, Ibrahim: 07

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ
وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا
خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

191. (yaitu) Orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka. (Qs. Ali Imran, 3:191)⁸⁷

“dari ayat itu dapat diambil hikmahnya, kita sebagai makhluk Allah yang mempunyai akal harus mensyukuri dengan menggunakannya dengan baik”

Memotivasi selanjutnya agar konseli untuk tetap semangat dan memberikan suatu pandangan bahwa belajar itu penting. Karena suatu ilmu yang kamu dapatkan sekarang akan berguna dikemudian waktu. Selain menggunakan kalimat, konselor juga menggunakan pertanyaan

“jika mempunyai cita-cita menjadi orang sukses, kenapa tidak dimulai belajar dengan giat dimulai dari sekarang?”.

Motivasi selanjutnya yaitu agar tetap semangat sekolah,

⁸⁷ Al-Qur'an, Ali Imran : 190-191

“karena pada zaman sekarang pekerjaan sulit didapatkan. Sebagai laki-laki yang akan menjadi calon kepala rumah tangga harus mempunyai satu pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan.”

Kemudian konselor membantu konseli untuk mencari tahu dampak dan asal mula pengaruh masalah terhadap kehidupannya. Setelah itu menemukan perbaikan yang dapat mengatasi masalah tersebut secara efektif.

Dari hasil *treatment* yang dilakukan oleh konselor, konseli dapat memposisikan dirinya diluar masalah dengan memberikan identitas pada masalah, merubah konsep diri negatif yang ada pada diri konseli yang ia namakan sebagai “wahana permainan”. Konseli mengetahui dampak dan asal mula masalah terjadi. Konseli berhasil mengidentifikasi strategi untuk merubah pandangan terhadap dirinya menjadi orang yang percaya diri.

- (b) Dekonstruksi cerita hidup artinya langkah yang berguna untuk mematahkan identitas individu yang dipengaruhi oleh masalah. Serta berupaya menemukan cerita alternative. Hal ini berguna untuk pemberdayaan cerita lama.

Tahap *treatment* ini dilakukan pertemuan ke 7. Tahap ini menggunakan cara konselor memancing klien dengan mengevaluasi identitas masalah terhadap

⁸⁸Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

kehidupannya. Klien menceritakan jika saat ini ia masih malas sekoah dan belajar. Karena belajar hanya memberatkannya sehingga menjadi pusing. Ia lebih semangat jika ke tempat ngopi dan bermain game dari pada sekolah dan belajar. Konselor mencoba untuk menghilangkan pembayangan negatif ini karena nantinya hanya akan melestarikan keputusan. Konselor mengarahkan klien untuk menemukan proses pemaknaan cerita hidupnya. Konselor memberikan stimulus dari cerita inspiratif yang dianalisis klien dan dijadikan potensi yang dapat diberdayakan. Dipilihnya judul cerita fabel “Siput dan Kelinci yang sombong” sedikit banyak mewakili perasaan klien yang memosisikan dirinya sebagai siput yang membawa beban berat (rumahnya) lagi lamban. Proses konseling dimulai dari pembacaan cerita, menganalisis struktur narasi (orientasi, kompilkasi dan resolusi), dan mengambil amanah yang dapat diambil dari cerita fabel tersebut. Setelah itu untuk menguatkan proses dekontruksi pada diri klien, dibentuklah perumusan masalah keputusan untuk menemukan tujuan dan harapan yang ingin dicapainya dari proses treatment ini. Berikut rumusan masalah yang disusun oleh klien:

“Bagaimana cara merubah konsep diri negatif?”, “Apa konsep diri itu?” dan “Faktor-faktor apa sajakah yang memengaruhi konsep dir negatif?”

Proses ini membutuhkan waktu lama, karena konseli agak kesulitan memahami apa yang diceritakan konselor. Untuk mengatasinya konselor menggunakan bahasa yang lebih mudah difahami memperbaiki alur perkataan.

- (c) (re-Authoring) pengutaraan cerita secara berulang. Cerita ini yang diperoleh dari pemberdayaan cerita lama. Langkah ini membutuhkan penguatan cerita. Hal ini berguna untuk peneguhan cerita yang telah ditemukan konseli.⁸⁹

Tahap *treatment* ini dilakukan pertemuan ke 8. Hal ini dilakukan dengan menggunakan penulisan ulang cerita atau kisah kehidupan. Konselor mengajak klien untuk menuliskan cerita kehidupan baru di masa depan nanti. Klien diberikan kertas kosong dan memintanya untuk menuliskan kalimat positif berisi afirmasi diri dalam bentuk surat cinta yang ditunjukkan oleh klien kepada dirinya sendiri. Hal ini bertujuan menumbuhkan pemberdayaan, motivasi belajar dan tema positif pada klien. Teknik menulis bebas nantinya akan menjadi dokumentasi pribadi klien yang dapat dibuka kembali. Dalam *treatment* ini klien menceritakan bahwa di kehidupan barunya ia belajar dengan rajin, semangat untuk sekolah walaupun dengan ekonominya yang sekarang, serta mensyukuri orang-orang disekitar yang masih menyanginya seperti keluarga yang

⁸⁹Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

sudah mengasuhnya dari kecil, dan pengurus panti yang sudah membantu membantu urusan sekolah. Klien menuliskan karya tulisannya dengan judul “Ceritaku”.

- (d) Langkah dimana konseli menjadi diri sendiri kembali (peneguhan kembali). Konseli mengungkapkan lagi cerita baru yang telah ditemukan, serta penghadiran pemaknaan atas keberhasilan diri.⁹⁰

Langkah ini dilakukan ketika pertemuan ke 9. Pada saat itu klien memberikan dampak positif selama proses konseling naratif berlangsung. Kali ini menggunakan sebuah film inspirasi sebagai penguat reauthoringnya. Film yang dipilih konselor untuk proses ini yaitu “Laskar Pelangi” dan “The King Speech”. Kedua film tersebut didiskusikan bersama klien untuk menguatkan perubahan yang dialaminya dan juga orang-orang disekitar klien.

Klien menjelaskan pada film pertama yakni “Laskar Pelangi” adalah sebuah perjalanan penderitaan namun tidak ada kata lelah untuk terus semangat dan ikhlas dalam menuntut ilmu. Kemudian pada film kedua yakni “The King Speech” klien menjelaskan bahwa pada film tersebut menceritakan tentang perjuangan seorang Raja di Inggris dalam mengatasi demam panggung dan kesulitan berbicaranya (gagap) sebagai persiapan untuk menjadi calon raja. Pada tahap ini konselor tidak langsung

⁹⁰Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

menceritakan apa yang didapatkan di film yang telah ditayangkan. Maka dari itu konselor memberikan pancingan berupa perkataan yang dikisahkan, kemudian baru bertanya kepada klien mengenai apa yang telah didapatkan dari hal tersebut.

- (e) Penghadiran lingkungan sosialnya (*aliansi terapeutik*). Dengan tujuan pemantapan identitas baru pada individu. Hal ini menggunakan cara menghadirkan lingkungan yang berpengaruh penting di kehidupannya.⁹¹

Langkah ini dilakukan ketika pertemuan ke 9. Konselor mengajak konseli untuk berbagi kepada teman sederajat SMA tentang apa yang diinginkannya dan menyampaikannya di depan teman-teman dengan didampingi konselor. Sebelum itu konselor lebih dulu berdiskusi pada teman-teman strata SMA konseli untuk memberikan dukungan dan apresiasi terhadap apa yang di sampaikan oleh konseli nanti dengan tujuan untuk mempublikasikan diri bahwa konseli memiliki identitas baru serta konseli mampu menumbuhkan rasa percaya dirinya. Mulanya konseli merasa malu-malu, takut diejek dan dibully teman-temannya. Akan tetapi konselor meyakinkan konseli bahwa treatment terakhir ini penting untuk perubahan konseli kedepannya. Dengan konseli terbuka kepada teman-temannya tentang aktivitas yang diinginkannya dan mendapatkan dukungan dari teman-teman konseli secara perlahan

⁹¹Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

akan tumbuh optimisme dalam diri konseli untuk mewujudkan cita-citanya. Pada saat proses aliansi terapeutik konselor meminta bantuan kepada teman-teman konseli untuk mendukung perubahan positif konseli dan memberikannya pujian. Konseli merasa lega setelah mengutarakan apa yang diinginkan kepada teman-teman konseli. Sekarang ia merasa yakin untuk terus berusaha mewujudkan aktivitas yang diinginkan.

6) *Follow Up/ Evaluasi*

Langkah terakhir ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauhmana langkah konseling yang telah dilaksanakan mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.⁹² Evaluasi dilakukan sejak awal proses konseling hingga akhir dan setelah melakukan beberapa pertemuan dan proses konseling, konselor lebih banyak menanyakan perkembangan dan memantau kondisi konseli. Berdasarkan hasil evaluasi, konseli mengalami perubahan yang signifikan.

Konselor dapat melihat konseli mulai ada perubahan kearah yang lebih baik walaupun tidak secara menyeluruh namun konseli sudah mampu untuk menggunakan identitas baru terhadap lingkungannya, konseli sudah mulai terlihat beberapa perubahan positif dalam diri konseli. Konseli telah menjadi pribadi yang tidak pendiam lagi untuk menyapa pengurus

⁹²Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

panti dan hubungan komunikasi konseli bersama teman-teman panti sudah percaya diri dan berinteraksi dengan baik. Konseli juga sudah mulai terlihat keaktifannya, konseli datang hampir setiap hari untuk belajar di rumah pengurus panti yang menyediakan tempat les khusus anak panti. Dan disaat dengan teman-teman panti tidak sungkan jika mau bertanya dan menyapanya. Konseli juga memberikan keterangan bahwa konseli sekarang merasa telah mengalami perubahan yang dirasakan pada dirinya. Konseli merasa menjadi pribadi yang percaya diri dan penuh semangat. Langkah ini konselor harus mendatangi tempat yang bersangkutan dan melihatnya secara langsung.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Perspektif Teori Bimbingan Konseling Islam

Tabel 4.1

Perbandingan Data dari Teori dan Data dari Lapangan

Data Teori	Data Lapangan
Identifikasi Masalah. Langkah ini bertujuan untuk penggalan informasi mengenai latar belakang terjadinya permasalahan yang terjadi pada klien. Selain itu juga untuk	Pada tahap ini konselor mengumpulkan data yang bersumber dari konseli, pengurus panti asuhan bagian pengawas, pengurus panti bagian sekolah, ibu konseli, teman ngopi konseli, teman setara SMA yang

mengetahui gejala-gejala yang terlihat.⁹³	ada di Panti Asuhan Babussalam. Ketika menggali data pada konseli, konselor membutuhkan pendekatan dahulu. Dikarenakan konseli yang masih tergolong tertutup, kaget dengan diajaknya konseli berbicara. Maka dari itu, dibutuhkan pendekatan, dengan tujuan kenyamanan konseli ketika bercerita. Waktu yang dibutuhkan menggali data ini juga cukup memakan waktu beberapa hari, antara lain sebagai berikut: 1) Pertemuan pertama, dengan cara menghadirkannya anak yang telah memasuki SMA. Dengan tujuan memudahkan pencarian seorang konseli. Penggalan data ini menggunakan cara anak disuruh menjawab pertanyaan dari konselor.
---	--

⁹³Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

	Pertanyaan ini ditanyakan bertujuan untuk menggali seberapa dia mengenali dirinya. Pertemuan ini diawali dengan perkenalan antara konselor dan anak-anak panti. Kemudian konselor juga menyampaikan tujuannya mengumpulkan anak-anak. Proses identifikasi masalah ini mulanya pada masing-masing anak diberikan kertas dan bulpoin. Secara fisik, anak berwajah kaget. Karena mereka mengganggu ini merupakan ujian untuknya. Ketika konselor bertanya ada beberapa anak yang tidak paham mengenai apa maksud yang ditanyakan. Maka, disini konselor setelah satu pertanyaan di lontarkan, kemudian menjelaskannya menggunakan bahasa yang digunakan setara
--	--

	dengan anak. Proses ini tidak berjalan dengan mulus. Karena ada salah satu anak yang aktif berbicara. Seperti ketika konselor bertanya, dia menggunakan pertanyaan itu untuk dijadikan bahan guyonan. 2) Kemudian pertemuan ke 2 yaitu perkenalan secara lebih dalam dengan konseli. Pertemuan ini konselor terlihat takut dan kaget. Hal ini karena konseli mempunyai persepsi, bahwa seorang guru BK itu sebagai orang yang mempunyai karakter jahat dan mempunyai karakter terseperti polisi yang meneguhkan hal-hal yang benar dan memberikan sanksi jika melanggar aturan. Untuk mengatasi hal tersebut, konselor memperkenalkan dahulu dan meyakinkan klien
--	---

	sebagai temanya. Konselo melakukan sapaan yang dilakukan anak seumurannya, kemudiann juga menyamakan karakter dengan konseli. Kemudian baru bertanya mengenai pribadi dirinya dan Panti Asuhan Babussalam. Pertanyaan pertama yang diucapkan konselor, kemudian konseli menjawabnya. Namun dia menjawabnya dengan bahasa yang ragu. Kemudian konselor juga meyakinkan klien, jika seorang konselor mempunyai salah satu asas yaitu asas kerahasiaan. Jadi ketika konseli bercerita, maka terjamin kerahasiaannya. Pertemuan ini konseli masih berbicara dengan santun. walaupun merunduk dan berperilaku sopan seperti berinteraksi
--	--

	dengan pengurus panti, namun konseli berhasil menjawab semua pertanyaan konselor. 3) Pertemuan selanjutnya bertanya mengenai keluarga dan perilakunya terhadap orangtuanya, anak yang umurnya dibawahnya, dan masing-masing pengurus panti. Disini dia mulai berbicara dengan tidak kaku dan terkada mulai mengangkat kepalanya dengan menghadap di lawan bicaranya. 4) Pertemuan ke 4 ini menggali tentang kebiasaan sehari-harinya. Dia bercerita mulai dari bangun tidur jam 05:30 untuk melakukan sholat subuh dan bersiap-siap untuk selolah. Kemudian setelah pelang sekolah ia bergi ke warkop untuk bermain game. Sekitar jam 3 ia pulang untuk membantu ibu ,
--	---

	mandi, dan sholat ashar dan magrib. Setelah magrib sampai malam, ia berada di warkop untuk menikmati game lagi. Disini konseli sudah mulai nyaman bercerita dan konseli juga tidak malu lagi untuk menceritakan hal-hal kebiasaan yang dilakukan. 5) Pertemuan ini mencari tau mengenai kebiasaan negatifnya kesehariannya di sekolah dan panti. Konseli awalnya menceritakan kalo dia baik-baik saja di sekolah dan di pantiasuhan. Namun konselor menyanggahnya dan menceritakan kebiasaan-kebiasaan buruk yang ditemui konselor di temannya waktu sekolah dahulu dan kebiasaan negatif di pondok. Kemudian setelah itu baru menceritakannya dengan jelas dan apa
--	---

	adanya. Untuk penggalan data yang dilakukan kepada pengurus panti, teman konseli, dan ibu konseli. Konselor membutuhkan ketrampilan untuk berbicara agar pertanyaan yang ditanyakan mudah difahami. Selain itu juga membutuhkan analisis yang jeli, dikarenakan pembicaraan sumber data terkadang melenceng dari yang dinyatakan awal dan bahkan jauh dari apa yang ditanyakan.
Diagnosis. Setelah memperoleh informasi mengenai klien. Langkah selanjutnya yaitu diagnosis atau penetapan permasalahan berdasarkan landasan gejala yang sudah diketahui.⁹⁴	Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan dengan konseli dan beberapa informan, maka konselor menyimpulkan beberapa gejala yang dialami oleh konseli sebagai tanda konseli memiliki konsep diri negatif. Adapun gejalannya sebagai berikut: (a) Merasa dirinya tidak berharga (b) Merasa tidak mampu

⁹⁴Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

	atas kemampuannya (c) Pribadi yang tertutup terhadap orang disekitarnya (d) Tidak percaya diri dengan kemampuannya (e) Kurang semangat untuk sekolah Konselor dalam tahap ini sedikit kesulitan untuk mengategorikan bahwa konseli mempunyai konsep diri negatif. Karena ada beberapa kejadian yang ditemukan di realita banyak yang berbeda dengan teori. Teori yang dimunculkan beberapa tokoh mengenai ciri dari konsep diri negatif ada banyak dan berbeda-beda.
Prognosis Langkah ini berupa penetapan yang dilakukan konselor mengenai bantuan untuk pemecahan masalah.⁹⁵	Konselor menggunakan lima proses utama terapi naratif meliputi: (a) Eksternalisasi masalah artinya langkah konselor membantu memisahkan identitas individu dan masalah konseli. Sebelum praktek langkah ini

⁹⁵Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

	konselor tentunya memperkirakan dan belajar pembicaraan yang digunakan untuk membongkar asumsi-asumsi yang keliru. (b) Dekonstruksi cerita hidup artinya langkah yang berguna untuk mematahkan identitas individu yang dipengaruhi oleh masalah. Serta berupaya menemukan cerita alternative. Hal ini berguna untuk pemberdayaan cerita lama. Sebelum proses ini terjadi. Konselor mencari referensi yang sesuai permasalahan konseli, guna mematahkan pemikiran negatif. (c) (re-Authoring) pengutaraan cerita secara berulang. Ceria ini yang diperoleh dari pemberdayaan cerita lama. Langkah ini membutuhkan penguatan cerita. Hal ini berguna untuk peneguhan cerita yang telah ditemukan konseli. (d) Langkah dimana konseli menjadi diri sendiri kembali
--	---

	(peneguhan kembali). Konseli mengungkapkan lagi cerita baru yang telah ditemukan, serta kehadiran pemaknaan atas keberhargaan diri. Konselor agak kesulitan untuk mencari bahan berupa filem untuk ditayangkan yang sesuai masalah yang dialami klien. (e) Kehadiran lingkungan sosialnya (aliansi <i>terapeutik</i>). Dengan tujuan pemantapan identitas baru pada individu. Hal ini menggunakan cara menghadirkan lingkungan yang berpengaruh penting di kehidupannya. Konselor menetapkan anak yang sudah memasuki SMA untuk menjadi pendengar.⁹⁶
<i>Treatment</i> Setelah konselor mengetahui permasalahannya dan menetapkan terapi yang sesuai, maka	Konselor merumuskan berapa langkah yang terdapat dalam terapi naratif yaitu sebagai berikut: b. Externalisasi masalah

⁹⁶Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

langkah selanjutnya yaitu menetapkan terapi yang disebut prognosis.⁹⁷	eksternalisasi masalah artinya langkah konselor membantu memisahkan identitas individu dan masalah konseli.⁹⁸ 1. Merasa dirinya tidak berharga. Konseli disini merasa tidak berharga dikarenakan ia melihat kehidupan temannya yang belih berkecukupan daripada dirinya, sehingga ia lebih memilih untuk malas sekolah, malas belajar, dan menghabiskan banyak waktu di warung kopi untuk main game. Konselor memotivasi klien “agar menerima kenyataan hidupnya, karena diluar masih banyak yang bernasip lebih mengharukan. Seperti contoh anak gelandangan yang tidak mempunyai orang tua, bahkan untuk biaya untuk makan kesulitan.
---	---

⁹⁷ Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

⁹⁸ Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

	Maka dari itu konseli harus bersyukur dengan kenyataan hidup yang sekarang, yang masih mempunyai ibu dan pengurus panti yang memperhatikan dan menyayangnya.” Disini konseli sudah mulai terlihat berfikir atas kenyataan hidupnya. Agar lebih meresap dalam fikirannya, konselor menambahkan penguatan ayat Al-Qur'an. D. Merasa tidak mampu atas kemampuannya, tidak percaya diri dengan kemampuannya, dan kurang semangat untuk sekolah. Konselor memberikan motivasi dengan berkata <i>“jika dahulu pernah mendapatkan peringkat 10 si masa SMP, kenapa sekarang tidak meningkatkan kemampuan tersebut. Bukankah mengikatkannya lebih bagus?”</i>. Memotivasi
--	--

	selanjutnya agar konseli untuk tetap semangat dan memberikan suatu pandangan bahwa belajar itu penting. Karena suatu ilmu yang kamu dapatkan sekarang akan berguna dikemudian waktu. Selain menggunakan kalimat, konselor juga menggunakan pertanyaan “<i>jika mempunyai cita-cita menjadi orang sukses, kenapa tidak dimulai belajar dengan giat dimulai dari sekarang?</i>”. Motivasi selanjutnya yaitu agar tetap semangat sekolah, karena pada “<i>zaman sekarang pekerjaan sulit didapatkan. Sebagai laki-laki yang akan menjadi calon kepala rumah tangga harus mempunyai satu pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan.</i>” Konseli disini mulai terlihat sadar dengan
--	---

	wajahnya yang terlihat sedikit menyesali perilaku hidupnya. Konselor membantu konseli untuk memetakan masalahnya dengan teknik mind mapping. Tujuannya adalah agar konseli dapat memisahkan dirinya dengan masalah tersebut. Awalnya konseli kebingungan dengan apa yang dikatakan konselor mengenai peristiwa yang menyebabkan timbulnya masalah. Kemudian konselor mengganti bahasa yang mudah dipahami dan sistematika yang runtut. c. Dekonstruksi cerita Setelah proses pemisahan masalah dengan dirinya dengan konseli yang mulai menyesali perilakunya. Langkah selanjutnya yaitu dekonstruksi cerita hidup artinya langkah yang berguna untuk mematahkan identitas individu yang dipengaruhi oleh masalah. Serta
--	--

	berupaya menemukan cerita alternative⁹⁹. Hal ini berguna untuk pemberdayaan cerita lama. Langkah ini konselor memancing klien dengan mengevaluasi identitas masalah terhadap kehidupannya. Proses ini membutuhkan waktu lama, karena konseli agak kesulitan memahami apa yang diceritakan konselor. Untuk mengatasinya konselor menggunakan bahasa yang lebih mudah difahami memperbaiki alur perkataan. d. (re-Authoring) pengutaraan cerita secara berulang. Ceria ini yang diperoleh dari pemberdayaan cerita lama. Langkah ini membutuhkan penguatan cerita. Hal ini berguna untuk peneguhan cerita yang yang telag ditemukan konseli.¹⁰⁰ Treatment ini
--	---

⁹⁹Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

¹⁰⁰Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

	menggunakan penulisan ulang cerita atau kisah kehidupan. Konselor mengajak klien untuk menuliskan cerita kehidupan baru di masa depan nanti. Klien diberikan kertas kosong dan memintanya untuk menuliskan kalimat positif berisi afirmasi diri dalam bentuk surat cinta yang ditujukan oleh klien kepada dirinya sendiri. Hal ini bertujuan menumbuhkan pemberdayaan, motivasi belajar dan tema positif pada klien. Tahap ini konseli tidak langsung menuliskan cerita yang lebih kepositif. Namun konseli kesulitan untuk apa yang ditulisnya. Kemudian yang dilakukan konselor menuntun mulai dari masalah yang pertama hingga habis, guna mempermudah konseli untuk menulis. e. Peneguhan kembali Langkah dimana konseli menjadi diri sendiri
--	---

	kembali (peneguhan kembali).¹⁰¹ Konseli mengungkapkan lagi cerita baru yang telah ditemukan, serta kehadiran pemaknaan atas keberhargaan diri. Klien memberikan dampak positif selama proses konseling naratif berlangsung. Kali ini menggunakan sebuah film inspirasi sebagai penguat reauthoringnya. Film yang dipilih konselor untuk proses ini yaitu “Laskar Pelangi” dan “The King Speech”. Kedua film tersebut didiskusikan bersama klien untuk menguatkan perubahan yang dialaminya dan juga orang-orang disekitar klien. Klien menjelaskan pada film pertama yakni “Laskar Pelangi” adalah sebuah perjalanan penderitaan namun tidak ada kata lelah untuk terus semangat dan ikhlas dalam menuntut ilmu. Kemudian pada film kedua yakni
--	---

¹⁰¹Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

“The King Speech” klien menjelaskan bahwa pada film tersebut menceritakan tentang perjuangan seorang Raja di Inggris dalam mengatasi demam panggung dan kesulitan berbicaranya (gagap) sebagai persiapan untuk menjadi calon raja. Pada tahap ini konselor tidak langsung menceritakan apa yang didapatkan di film yang telah ditayangkan. Maka dari itu konselor memberikan pancingan berupa perkataan yang dikisahkan, kemudian baru bertanya kepada klien mengenai apa yang telah didapatkan dari hal tersebut.

f. Aliansi Terapeutik
 Penghadiran lingkungan sosialnya (aliansi terapeutik). Dengan tujuan pemantapan identitas baru pada individu.¹⁰² Hal ini menggunakan cara menghadirkan lingkungan yang berpengaruh penting

¹⁰²Syamsu Yusuf. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), 261.

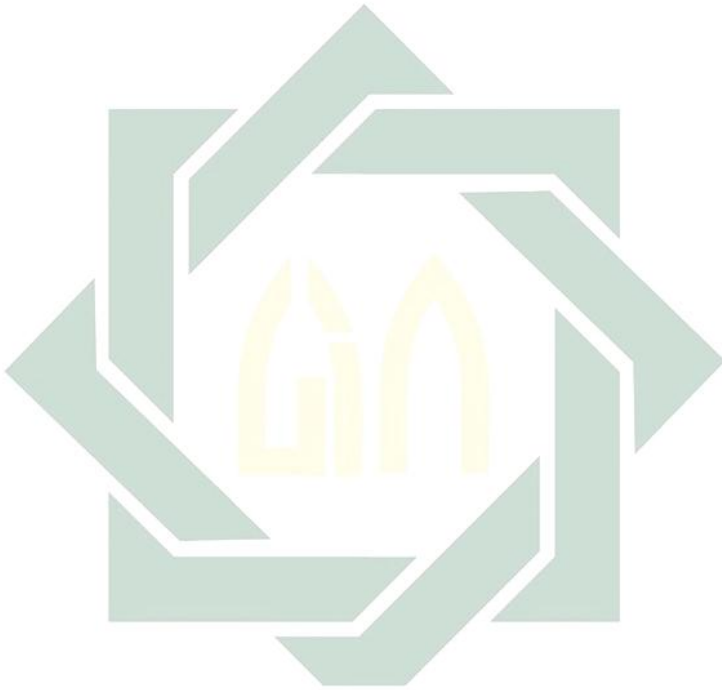
	di kehidupannya. Konselor mengajak konseli untuk berbagi kepada teman sederajat SMA tentang apa yang diinginkannya dan menyampaikannya di depan teman-teman dengan didampingi konselor. Sebelum itu konselor lebih dulu berdiskusi pada teman-teman strata SMA konseli untuk memberikan dukungan dan apresiasi terhadap apa yang di sampaikan oleh konseli nanti dengan tujuan untuk mempublikasikan diri bahwa konseli memiliki identitas baru dimana serta konseli mampu menumbuhkan rasa percaya dirinya. Mulanya konseli merasa malu-malu, takut diejek dan di bully teman-temannya. Akan tetapi konselor meyakinkan konseli bahwa treatment terakhir ini penting untuk perubahan konseli kedepannya. Dengan konseli terbuka kepada teman-temannya tentang
--	---

	aktivitas yang diinginkan dan mendapatkan dukungan dari teman-teman konseli secara perlahan akan tumbuh optimisme dalam diri konseli untuk mewujudkan cita-citanya. Pada saat proses aliansi terapeutik konselor meminta bantuan kepada teman-teman konseli untuk mendukung perubahan positif konseli dan memberikannya pujian. Konseli merasa lega setelah mengutarakan apa yang diinginkan kepada teman-teman konseli. Sekarang ia merasa yakin untuk terus berusaha mewujudkan aktivitas yang diinginkan
<i>Follow Up</i> Langkah terakhir ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauhmana langkah konseling yang telah dilaksanakan mencapai hasilnya. Dalam langkah <i>follow up</i> atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya	Berdasarkan hasil evaluasi, konseli mengalami perubahan yang signifikan. Konselor dapat melihat konseli mulai ada perubahan kearah yang lebih baik. Walaupun tidak secara menyeluruh namun konseli sudah mampu untuk menggunakan identitas

selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.¹⁰³	baru terhadap lingkungannya. Konseli juga sudah mulai terlihat beberapa perubahan positif dalam diri konseli. Seperti yang telah terjadi konseli menjadi pribadi yang tidak pendiam lagi untuk menyapa pengurus panti dan hubungan komunikasi konseli bersama teman-teman panti sudah percaya diri dan berinteraksi dengan baik. Konseli juga sudah mulai terlihat keaktifannya, konseli datang tiga kali dalam seminggu untuk belajar di rumah pengurus panti yang menyediakan tempat les khusus anak panti. Dan disaat dengan teman-teman panti tidak sungkan jika mau bertanya dan menyapanya. Konseli juga memberikan keterangan bahwa konseli sekarang merasa telah mengalami perubahan yang dirasakan pada dirinya. Konseli merasa menjadi pribadi yang percaya diri dan
--	---

¹⁰³Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), 21.

	penuh semangat.
--	-----------------



Tabel 4.2
Perbandingan Data Sebelum dan Sesudah Dilaksanakan
Konseling

No	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
	Kondisi konseli	Ya	Tidak	Kondisi konseli	Ya	Tidak
1	Merasa berharga		√	Merasa berharga	√	
2	Merasa mampu		√	Merasa mampu	√	
3	Merasa tertutup	√		Merasa tertutup		√
4	Percaya diri		√	Percaya diri	√	
5	Semangat		√	Semangat	√	

Berdasarkan tabel diatas dapat dipaparkan bahwasannya konseli sebelum konseling dilaksanakan masih tidak mau belajar, sekarang mulai mau datang ke tempat les yang disediakan panti. Yang dahulu tidak mau berbicara sebelum ditannya, sekarang mulai terbuka terhadap teman-temannya, dan konseli yang dulu sering bolos sekolah sekarang sudah berkurang bolosnya. Konseli merasa menjadi pribadi yang percaya diri dan penuh keyakinan yang optimis bahwa meskipun terkadang untuk belajar dan sekolah ada rasa malas.

2. Perspektif Islam

Jika dilihat dengan sudut pandang islam. Ada beberapa yang layak nya dibahas dalam konseling ini. Ketika individu meningkatkan fitrah akal nya. Hal tersebut dengan cara melatih akal nya untuk berfikir agar dapat memunculkan pikiran-pikiran tentang dirinya ke arah yang positif. Dengan pikiran-pikiran tersebutlah yang akan membentuk konsep dirinya. Konsep diri individu mempunyai peran penting. Karena untuk menentukan tingkah laku seseorang. Dengan konsep diri, perilaku individu akan selaras dengan cara ia memandang dirinya sendiri.

Konselor menggunakan penguatan-penguatan ayat Al-Qur'an ketika proses konseling. Seperti pada saat konselor memotivasi klien agar menerima kenyataan hidupnya, menggunakan QS. Al Baqarah: 216

وَعَسَ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya:”Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. Al-Baqarah: 216)¹⁰⁴

“dari ayat itu dapat dikatakan apapun yang telah ditetapkan oleh Allah, itulah yang terbaik utuk mu. Jadi ketidak terimaan atas kenyataan di

¹⁰⁴ Al-Qur'an, Al baqarah : 216

kehidupanmu karena menurutmu ada yang lebih baik itu belum tentu menurut Allah juga baik.”

Selain itu konselor juga mencontohkan nasib seseorang yang dibawahnya

“Seperti contoh anak gelandangan yang tidak mempunyai orang tua, bahkan untuk biaya untuk makan kesulitan. Maka dari itu konseli harus bersyukur dengan keyataan hidup yang sekarang, yang masih mempunyai ibu dan pengurus panti yang memperhatikan dan menyayangnya. Seperti yang dikatakan dalam Al-quran surat Ibrahim ayat 7”

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya: “dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memaklumkan; “sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih”.(Qs. Ibrahim,: 7)¹⁰⁵

“Dari ayat ini dapat diambil hikmahnya ketika manusia mesyukuri nikmat Allah maka akan ditambah nikatnya. Maka jika kamu mencari ilmu, maka akan dipermudah rezekinya.”

Konseli juga membongkar asumsi dimana klien tidak mampu atas kemampuannya. Konselor memberikan motivasi dengan berkata

¹⁰⁵ Al-Qur'an, Ibrahim: 07

“jika dahulu pernah mendapatkan peringkat 10 masa SMP, kenapa sekarang tidak meningkatkan kemampuan tersebut. Bukankah meingkatkannya lebih bagus?”.

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ

190. *Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal. (Qs. Ali Imran, 3:190)*

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

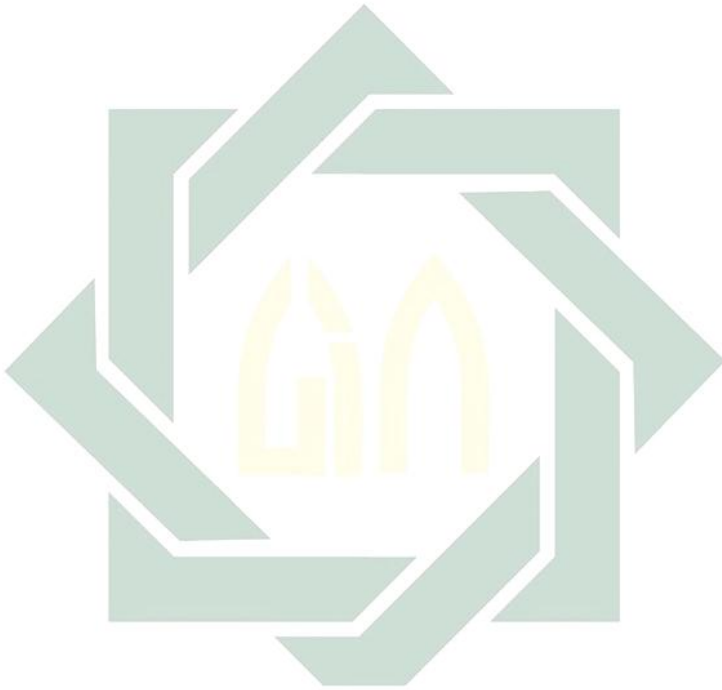
191. (yaitu) Orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau dudukatau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): “ Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka. (Qs. Ali Imran, 3:191)¹⁰⁶

“dari ayat itu dapat diambil hikmahnya, kita sebagai makhluk Allah yang mempunyai akal harus mensyukuri dengan menggunakannya dengan baik”

Disini konseli sudah mulai terlihat berfikir atas kenyataan hidupnya. Agar lebih meresap dalam fikirannya dan kemudian dapat memisahkan masalah hidupnya dengan dirinya, kemudian

¹⁰⁶ Al-Qur'an, Ali Imran : 190-191

konselor menambahkan penguatan ayat Al-Qur'an. Penguatan ayat-ayat Al-qur'an ini kemudian yang dijadikan landasan motivasi. Dalam proses ini konseli terlihat menyesali perbuatannya yang dilakukan.



BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Adapun dari hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Dalam proses konseling islam dengan menggunakan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya mempunyai beberapa langkah sejumlah lima, diantaranya yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* dan *follow up* atau evaluasi. Untuk implementasi terapi naratif mempunyai beberapa langkah yaitu sebagai berikut: eksternalisasi masalah, dekonstruksi cerita, *re-authoring*, peneguhan kembali dan yang terakhir aliansi terapeutik. Pada langkah eksternalisasi masalah, peneliti menggunakan penguataan beberapa ayat Al-Qur'an yang berguna untuk membongkar asumsi yang keliru pada klien.
2. Hasil akhir yang diperoleh dari konseling islam dengan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang anak remaja yang ada di Panti Asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya bisa dikategorikan berhasil. Karena setelah implementasi proses konseling islam dengan terapi naratif, penelitian dapat mengetahui dan menyimpulkan hasil dari proses konseling yang dilakukan dapat mengubah konsep diri konseli yang negatif menjadi positif. Konselor dapat melihat konseli mulai ada perubahan kearah yang lebih baik walaupun tidak

3. secara menyeluruh namun konseli sudah mampu untuk menggunakan identitas baru terhadap lingkungannya, konseli sudah mulai terlihat beberapa perubahan positif dalam diri konseli. Konseli telah menjadi pribadi yang tidak pendiam lagi untuk menyapa pengurus panti dan hubungan komunikasi konseli bersama teman-teman panti sudah percaya diri dan berinteraksi dengan baik. Konseli juga sudah mulai terlihat keaktifannya, konseli datang hampir setiap hari untuk belajar di rumah pengurus panti yang menyediakan tempat les khusus anak panti. Dan disaat dengan teman-teman panti tidak sungkan jika mau bertanya dan menyapanya. Konseli juga memberikan keterangan bahwa konseli sekarang merasa telah mengalami perubahan yang dirasakan pada dirinya. Konseli merasa menjadi pribadi yang percaya diri dan penuh semangat.

B. Rekomendasi

Untuk meningkatkan Bimbingan Konseling Islam dalam membantu mengatasi masalah konsep diri negatif, maka dapat dikemukakan saran dari peneliti sebagai berikut:

1. Penelitian yang menggunakan terapi naratif ini tergolong sesuatu yang baru. Maka dengan ini diharapkan untuk lebih dikembangkan lagi. Dengan tujuan menangani berbagai permasalahan yang di hadapi individu.
2. Lebih mengutamakan tempat penelitian di lembaga sosial seperti contoh panti asuhan. Karena disana banyak ditemukan masalah yang krusial. Masalah tersebut muncul karena banyaknya keterbatasan hidup yang dihadapi.
3. Mengingat keberhasilan konselor dalam menangani konsep diri negatif seorang remaja dengan menerapkan konseling islam dan menggunakan terapi naratif, maka hendaknya bentuk dari konseling demikian dapat dilakukan terus oleh para konselor dan calon konselor khususnya prodi Bimbingan Konseling dan Islam. Jika memang dapat ditingkatkan demi perbaikan dan mutu layanan berikutnya sebagai layanan sosial kemasyarakatan.
4. Bagi konseli atau pembaca mulailah menyingkirkan pemikiran yang sifatnya tidak rasional. Karena awal dari konsep diri yang positif ialah pikiran yang rasional.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam proses penelitian yang berjudul “Implementasi konseling islam dengan menggunakan terapi naratif untuk menangani konsep diri negatif seorang remaja di Panti asuhan Babussalam Jemur Wonosari Surabaya”. Peneliti menemukan hal-hal yang kurang berjalan secara maksimal, adapun diantaranya sebagai berikut:

1. Pada tahap mengumpulkan data yang bersumber dari konseli. Ketika menggali data pada konseli, konselor membutuhkan pendekatan dahulu. Dikarenakan konseli yang masih tergolong tertutup, kaget dengan diajaknya konseli berbicara. Maka dari itu, dibutuhkan pendekatan, dengan tujuan kenyamanan konseli ketika bercerita. Waktu yang dibutuhkan menggali data ini juga cukup memakan waktu beberapa hari, antara lain sebagai berikut.
2. Pada tahap pengumpulan informasi dari pengurus panti asuhan bagian pengawas, pengurus panti bagian sekolah, ibu konseli, teman ngopi konseli, dan teman setara SMA yang ada di Panti Asuhan Babussalam. Peneliti kurang ketrampilan untuk berbicara agar pertanyaan yang ditanyakan mudah difahami, serta pembicaraan sumber data terkadang melenceng dari yang dinyatakan awal dan bahkan jauh dari apa yang ditanyakan.
3. Penyimpulan dari beberapa gejala yang dialami oleh konseli sebagai tanda konseli memiliki konsep diri negatif. Peneliti dalam tahap ini sedikit kesulitan untuk mengategorikan bahwa konseli mempunyai konsep diri negatif. Karena teori yang dimunculkan beberapa tokoh mengenai ciri dari konsep diri negatif ada banyak dan berbeda-beda.

4. Konselor menggunakan lima proses utama terapi naratif meliputi:
 - a) Externalisasi masalah. Awalnya konseli kebingungan dengan apa yang dikatakan konselor mengenai peristiwa yang menyebabkan timbulnya masalah. Disini peneliti kurang menyelaraskan bahasa yang digunakan konseli. Kemudian peneliti mengganti bahasa yang mudah dipahami dan sistematika yang runtut.
 - b) Dekonstruksi cerita
Proses ini membutuhkan waktu lama, karena konseli agak kesulitan memahami apa yang diceritakan peneliti. Disini peneliti kurang menyelaraskan bahasa yang digunakan konseli. Untuk mengatasinya konselor menggunakan bahasa yang lebih mudah difahami memperbaiki alur perkataan.
 - c) Percakapan pengarang-ulang (re-Authoring)
Sebelum tahap ini dilaksanakan, peneliti agak kesulitan mencari percakapan untuk penguatan yang sesuai dengan keadaan konseli. Ketika tahap ini berlangsung, konseli tidak langsung menuliskan cerita yang lebih kepositif. Namun konseli kesulitan untuk apa yang ditulisnya. Kemudian yang dilakukan peneliti menuntun mulai dari masalah yang pertama hingga habis, guna mempermudah konseli untuk menulis.
 - d) Peneguhan kembali
Pada tahap ini peneliti tidak langsung menceritakan apa yang didapatkan di film yang telah ditayangkan. Langkah ini membutuhkan pancingan berupa cerita yang dikisahkan,

kemudian baru bertanya kepada klien mengenai apa yang telah didapatkan dari hal tersebut.

e) Pembentukan aliansi terapeutik

Konselor mengajak konseli untuk berbagi kepada teman sederajat SMA tentang apa yang diinginkannya dan menyampaikannya di depan teman-teman dengan didampingi peneliti. Mulanya konseli merasa malu-malu, takut diejek dan di bully teman-temannya. Akan tetapi konselor meyakinkan konseli bahwa *treatment* terakhir ini penting untuk perubahan konseli kedepannya.

5. Evaluasi dilakukan sejak awal proses konseling hingga akhir dan setelah melakukan beberapa pertemuan dan proses konseling. Peneliti lebih banyak menanyakan perkembangan dan memantau kondisi konseli. Untuk memperoleh hasil perubahan konseli ini tidaklah cepat, karena permasalahan konseli yang dihadapi krusial. Berdasarkan hasil evaluasi, konseli mengalami perubahan yang signifikan. Konseli juga sudah mulai terlihat keaktifannya, konseli datang tiga kali dalam seminggu untuk belajar di rumah pengurus panti yang menyediakan tempat les khusus anak panti. Dan disaat dengan teman-teman panti tidak sungkan jika mau bertanya dan menyapanya. Konseli juga memberikan keterangan bahwa konseli sekarang merasa telah mengalami perubahan yang dirasakan pada dirinya. Konseli merasa menjadi pribadi yang percaya diri dan penuh semangat. Langkah ini konselor harus mendatangi tempat yang bersangkutan dan melihatnya secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an, Qs. Ar Rum :30
 Al-Qur'an, Ali Imran : 190-191
- Agustiani, H., 2009. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri pada Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Albert R. dan Gilbert J. 2008. *Buku Pintar Pekerja Sosial*. (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Arifin, Z., 2011. *Penelitian Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Arifin. H.M., 1979. *Pokok-pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di luar Sekolah*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Asih. 2015. *Motivasi Belajar Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta*. Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta
- Astutik, S., 2014. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.
- Aswadi. 2009. *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling islam*. Surabaya : Dakwah Digital Press.
- Azizah, A., "Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori dan Praktik Konseling Naratif, (Jurnal BK UNESA, 2017) <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/18935/17288> diakses pada Selasa 19 Oktober 2019
- Burgin, B., 2001. *Penelitian Kualitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Bungin, B., 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dariyo, A., 2011. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung: Refika Aditama.
- Desmita. 2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Farid, IS., 2007. *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai teknik Dakwah*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Faqih, AR., 2004. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press Yogyakarta.
- Munir, S., 2010. *Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Ghony, M. Djunaidi dan Fauzan Almanshuri. 2014 *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Herdiansyah, H., 2010. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hurlock, EB., 1999. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- J. F. Calhoun & J. R. Acocella. 1990. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (Semarang: IKIP Semarang Press.
- Latipun. 2005. *Psikologi Konseling*. Malang: universitas Muhammadiyah Malang, 2005.
- McLeod, J., 2006. *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*. Ed. 3, Cet 1. Jakarta : Prenada Media.
- Mulyaningtyas, Renita. Tt. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Erlangga.
- Musnamar, T., 1995. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Paul, A., 2001. *Understanding Narrative Therapy: A Guide Book For The cial Worker*, New York: Springer Publishing Company.
- Pidarta, M., 2013. *Landasan Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, Ed. II.
- Quthb, S., 2004. *Fi Zhilalil Qur'an*, diterj. oleh As'ad Yasin, dkk., Tafsir Fi
- Rahayu Ginintasi, "Teknik Terapi Keluarga", *Jurnal*, diakses pada Oktober 2019 dari [http://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://file.upi.edu/Direktor/FIP/JUR. PSIKOLOGI/195](http://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://file.upi.edu/Direktor/FIP/JUR._PSIKOLOGI/195)

[009011981032-
RAHAYU GININTASASI/Teknik_terapi_keluargax.pdf
&ved=2ahUKEwjf7b-
4g6bmAhUDb30KHUKXCyEQFJAAegQIAxAB&usg=
AovVaw1V0V1H_JUTT_je6Z_uymXt](https://www.researchgate.net/publication/35411981032-RAHAYU_GININTASASI/Teknik_terapi_keluargax.pdf&ved=2ahUKEwjf7b-4g6bmAhUDb30KHUKXCyEQFJAAegQIAxAB&usg=AovVaw1V0V1H_JUTT_je6Z_uymXt)

- Renita Mulyaningtyas. *Konseling*.
- Rakhmad, J., 2012. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Salahudin, A., 2006. *Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: Pustaka Setia.
- Sarwono, J., 2006. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Studi Islam IAIN Surabaya. 2005. *Pengantar Studi Islam*. Surabaya: IAIN Ampel Press.
- Sugiyono, 2008 . “Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung, Alfabeta
- Subagyo, J., 2004. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryanah. 1996. *Keperawatan Anak untuk Siswa SPK*. Jakarta: EGC.
- Sutoyo, A., 2012. *Manusia dalam Perspektif Al Quran*. Program Pascasarjana Universitas Negeri Semaraang, 2012.
- Swasti dan Martani, “Menurunkan Kemecasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup”. *Jurnal Psikologi*, Vol 40, No.1, Juni.
- Widya Juwita, dkk. *Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri*, *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang* (Online), jilid 6, diakses pada Oktober 2019, dari <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/17433>

- Yusuf, S., 2016. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. (Bandung: PT Refika Aditama.
- Zhilalil Qur'an di Bawah Naungan Al-Qur'an Jilid 9. Jakarta: Gema Insan Press.

