



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**KONSELING ISLAMI DENGAN MODEL
PSIKODRAMA TEATER DALAM
MEMBENTUK KONSEP DIRI POSITIF
MAHASISWA ANGGOTA UKM TEATER SUA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

Skripsi

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh

Lucita

NIM. B93216087

Progam Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya

2020

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lucita
NIM : B93216087
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Dusun Pilang Desa Tejoasri Kecamatan Laren
Kabupaten Lamongan.

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Konseling Islam dengan Model Psikodrama Teater dalam Membentuk Konsep Diri Positif Anggota Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya* adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

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, 6 Maret 2020

Yang membuat pernyataan




Lucita

B93216087

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Lucita
NIM : B93216087
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Konseling Islami dengan Model Psikodrama
Teater dalam Membentuk Konsep Diri Positif
Anggota UKM Teater SUA Fakultas Dakwah
dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing
untuk diujikan

Surabaya, 6 Maret 2020

Menyetujui

Pembimbing,



Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag

NIP. 196607042003021001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

KONSELING ISLAMI DENGAN MODEL PSIKODRAMA
TEATER DALAM MEMBENTUK KONSEP DIRI POSITIF
MAHASISWA ANGGOTA UKM TEATER SUA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN SUNAN
AMPEL SURABAYA

SKRIPSI

Disusun Oleh
Lucita
B93216087

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu pada tanggal 19 Maret 2020

Tim Penguji

Penguji 1

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

Penguji 2

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

Penguji 3

Mohamad Thohir, M.Pd.I
NIP. 1979051722009011007

Penguji 4

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
NIP. 197008251998031002

Surabaya, 19 Maret 2020

Dekan,



Dr. H. Abdul Halim, M.Ag
NIP. 196307251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinshy.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 : LUCITA
NIM : B93216087
Fakultas/Jurusan : FDK / BIMBINGAN KONSELING ISLAM
E-mail address : lucitarahma@gmail.com

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

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**KONSELING ISLAMI DENGAN MODEL PSIKODRAMA TEATER DALAM
MEMBENTUK KONSEP DIRI POSITIF MAHASISWA ANGGOTA UKM TEATER
SUA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN SUNAN AMPEL 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, 29 November 2020

Penulis



nama terang dan tanda tangan

LUCITA

ABSTRAK

Lucita, NIM. B93216087, 2020. *Konseling Islam dengan Model Psikodrama dalam Membentuk Konsep Diri Anggota UKM Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.*

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses dan hasil konseling islam dengan model psikodrama dalam membentuk konsep diri mahasiswa, yang khususnya diaplikasikan pada anggota Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Untuk mendeskripsikan kedua poin tersebut, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) proses konseling islam dengan model psikodrama dalam membentuk konsep diri positif adalah melalui beberapa fase, yakni fase *warm up*, fase *action*, dan fase *integration* dengan latihan teater terstruktur yang memperhatikan nilai-nilai islam dan penggunaannya sebagai media dakwah. (2) konseling islam dengan model psikodrama teater mampu membentuk konsep diri positif mahasiswa, dibuktikan dengan perbandingan peningkatan rerata skor konsep diri sebanyak 28 skor poin.

Kata kunci : *Mahasiswa, Konsep Diri, Psikodrama, Teater*

ABSTRACT

Lucita, NIM. B93216087, 2020. Islamic Counseling with Psychodrama Theatre Model to Form Positive Self-Concept of Student Members of UKM SUA Theatre, Da'wah and Communication Faculty, UIN Sunan Ampel Surabaya.

This study aims to describe the process and results of Islamic counseling with psychodrama models in shaping student self-concepts, which are specifically applied to members of the Student Activity Unit (UKM) SUA Theater, Da'wah and Communication Faculty, UIN Sunan Ampel Surabaya.

To describe these two points, researchers used a qualitative method with a descriptive approach.

The results of this study indicate that (1) the process of Islamic counseling with psychodrama models in shaping positive self-concept is through several phases, namely the warm up phase, the action phase, and the integration phase with structured theater daily exercises that pay attention to Islamic values and their use as Da'wah media . (2) Islamic counseling with the theater psychodrama model is able to form a positive self-concept of students, as evidenced by the comparison of the average increase in self-concept scores of 28 point scores.

Keyword : Students, Self-concept, Psychodrama, Theatre

مستخلص البحث

لوسينا، 9321، 2020. الإرشاد الإسلامي بنموذج الدراما النفسية في تشكيل مفهوم الذات لأعضاء مسرح "سوا" كلية الدعوة والاتصال الجامعة الإسلامية الحكومية سونن امفيل سورابايا.

تهدف هذه الدراسة إلى وصف عملية ونتائج الإرشاد الإسلامي بنموذج الدراما النفسية في تشكيل المفهوم الذاتي للطلاب، والذي يتم تطبيقه بشكل خاص على أعضاء وحدة النشاط الطلابي لمسرح "سوا" كلية الدعوة والاتصال الجامعة الإسلامية الحكومية سونن امفيل سورابايا.

لوصف هاتين النقطتين، استخدم الباحث المنهج النوعي مع المنهج الوصفي.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى (1) أن عملية الإرشاد الإسلامي بنموذج الدراما النفسية في تكوين تصور إيجابي للذات تتم عبر عدة مراحل، وهي مرحلة إحماء، ومرحلة الدمج مع التدريبات المسرحية المنظمة التي تهتم بالقيم الإسلامية واستخدامها كوسيلة للدعوة (2) الإرشاد الإسلامي بنموذج الدراما النفسية المسرحية قادر على تكوين مفهوم ذاتي إيجابي لدى الطلاب، كما يتضح من زيادة متوسط درجة مفهوم الذات بمقدار 28 نقطة.

كاملة دليلية : الطالب، مفهوم الذات، دارما نفسية، مسرح

DAFTAR TABEL

Tabel

1.1	Karakteristik Konsep Diri.....	9
3.1	Kombinasi Subdimensi dalam Konsep Diri.....	53
3.2	Norma skor dalam <i>Tennessee Self Concept Scale</i>	54
3.3	Kisi-kisi Instrumen Konsep Diri Positif (<i>Tennessee Self Concept Scale</i>).....	55
3.4	Kategorisasi Konsep Diri.....	61
3.5	Kategorisasi Tinggi Rendah berdasarkan rentang Skor.....	62
4.1	Jumlah Anggota Aktif Teater SUA.....	67
4.2	Daftar nama informan.....	69
4.3	Hasil Pra-test TSCS.....	71
4.4	Program sesi latihan.....	78
4.5	Indikator pencapaian konsep diri positif subjek.....	89
4.6	Hasil Post-test TSCS.....	90
4.7	Deskripsi hasil penelitian.....	91

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR

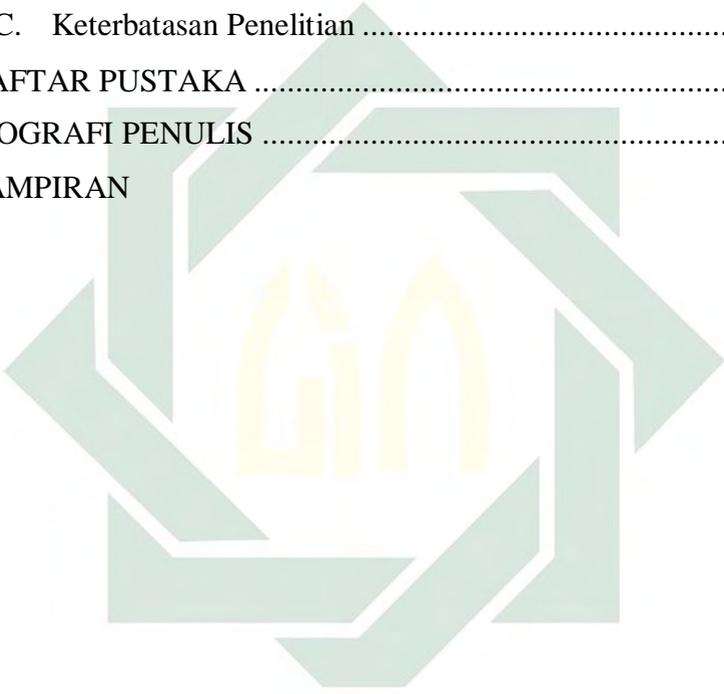
4.1	Struktur Kepengurusan Teater SUA.....	67
4.2	Latihan Koreografi Tari.....	77
4.3	Sesi Reading dan Bedah Naskah.....	82
4.4	Pementasan di Auditorium UIN Sunan Ampel Surabaya.....	85
4.5	Sesi Sarasehan.....	86

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
MOTTO.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	v
ABSTRAK	v
ABSTRACT	viii
مستخلص البحث.....	ix
KATA PENGANTAR	x
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR ISI	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Definisi Konsep.....	6
F. Sistematika Pembahasan.....	10
BAB II KAJIAN TEORITIK	12

A.	Kajian Teoritik	12
1.	Konseling Islami dengan Teknik Psikodrama Teater	12
2.	Konsep Diri	33
3.	Hubungan Antara Psikodrama dan Konsep Diri ..	43
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	45
BAB III METODE PENELITIAN		47
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	47
B.	Lokasi Penelitian	49
C.	Jenis dan Sumber Data	49
D.	Tahap-tahap Penelitian	51
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	52
F.	Teknik Validitas Data.....	57
G.	Teknik Analisis Data	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		63
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian	63
B.	Penyajian Data	71
1.	Data Pra-test Subjek.....	71
2.	Proses Konseling Islam Model Psikodrama.....	72
3.	Hasil Konseling Islam dengan Model Psikodrama dalam Membentuk Konsep Diri Positif	86
C.	Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	90
1.	Perspektif Teori	90

2. Perspektif Islam	101
BAB V KESIMPULAN	103
A. Kesimpulan	103
B. Saran	104
C. Keterbatasan Penelitian	104
DAFTAR PUSTAKA	105
BIOGRAFI PENULIS	111
LAMPIRAN	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa, sebuah status atau sebutan bagi individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Seperti yang dijelaskan oleh Hendrajaya, “kehidupan mahasiswa mempunyai tiga dimensi yaitu kehidupan akademik, kehidupan sosial budaya, dan kehidupan sosial politik.”¹

Dalam dimensi kehidupannya, mahasiswa diberi kebebasan menghasilkan pemikiran-pemikiran baru dan karya-karya inovatif, memajukan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni budaya. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dirinya dalam kehidupan sosial bermasyarakat, seni, budaya, organisasi, mengenal etika dan tata krama, menemukan dan membentuk jati diri sebagai konsekuensi hidup dalam masyarakat berbudaya, memperhatikan bagaimana bangsa Indonesia berkembang sebagai bangsa yang demokratis, memperhatikan HAM, mengembangkan masyarakat yang dinamik, produktif, dan kontributif.

Mahasiswa umumnya sangat rentan terhadap pengaruh-pengaruh eksternal. Mereka mudah sekali berubah-ubah dan dipengaruhi oleh gaya hidup lingkungannya karena proses pencarian jati diri dan kondisi kejiwaan yang labil. Salah satu faktor yang menyebabkan

¹ R. Alyna, “Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Sikap Prokrastinasi Akademik” (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2004), 12.

hal tersebut adalah usia mahasiswa termasuk dalam golongan usia remaja akhir, yaitu 18-21 tahun.²

Dalam kondisi demikian, mahasiswa memiliki banyak sekali tuntutan yang harus dicapai dalam pencapaian cita-cita dan tujuannya. Dengan pengelolaan diri yang tidak stabil dan konsep diri yang kurang baik, seringkali mahasiswa mengalami kegagalan atau terlambat dari waktu yang seharusnya.

Perilaku disebabkan oleh banyak hal yang kompleks, namun konsep diri berperan penting dalam perilaku manusia. Sehingga perubahan dalam konsep diri akan berakibat pula pada perubahan dalam perilaku.³ Konsep diri mahasiswa perlu untuk dikembangkan secara optimal, sehingga berpengaruh terhadap keberhasilan mahasiswa dalam kehidupan yang sebenarnya di lingkungan masyarakat.

Salah satu hal yang dapat dilakukan oleh konselor untuk membantu konseli dalam membentuk dan mengembangkan konsep diri adalah menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik Psikodrama.

Psikodrama adalah permainan peranan berbasis aksi yang bertujuan untuk membantu konseli mendapatkan pengertian dan pemahaman tentang diri yang lebih baik, menyatakan apa yang ia butuhkan dan respons terhadap tekanan-tekanan, sehingga dapat menemukan konsep dirinya.⁴

²F. J. Monks, A.M.P. Knoers dan S. R. Hadinoto, *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2002), 75.

³Khoiri Azizi, "Hubungan Konsep Diri dengan Rasa Percaya Diri Mahasiswa STAIN Salatiga Program Studi Pendidikan Agama Islam Tahun Akademik 2014/2015" (Skripsi, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN), 2014), 3.

⁴ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling* (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 107.

Teater merupakan salah satu dari bentuk praktik psikodrama. Seni teater terdiri dari unsur-unsur seni lain seperti sastra, seni rupa, arsitektur, musik, dan tari, yang kemudian menciptakan sebuah karya seni yang disebut teater. Psikodrama justru berasal dari teater. Psikodrama berawal ketika Moreno bekerja dengan para aktor yang menciptakan adegan-adegan spontan di Wina sekitar tahun 1921-4.⁵ Dari eksperimen awal ini ia menyadari nilai terapi dari pemberlakuan spontan dan menciptakan bentuk psikoterapi yang menggunakan stadium sebagai tempat penyembuhannya. Moreno melacak asal bentuk tahap terapi kembali ke pengalaman awalnya bercerita dan bermain dramatis dengan anak-anak.

Dalam pelaksanaan dakwah Islam, seni merupakan media yang mempunyai peranan penting. Seni teater dapat dikategorikan sebagai dakwah dengan media tradisional, karena didalam naskah teater terkandung pesan-pesan dan amanah kebaikan yang memiliki nilai dakwah. Beberapa tokoh memanfaatkan seni sebagai media dakwah. Seniman-seniman seperti Ki Anom Suroto, Emha Ainun Najib, H. Fatholah Akbar, membawa misi dakwah menuju kelestarian dan pengembangan Islam menggunakan seni dan teater.⁶

Dalam Q.S. Az-Zumar ayat 18 :

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ

Artinya :

⁵ J. Moreno. *The Essential Moreno : Writing On Psychodrama Group Method and Spontaneity*. (USA: Springer Publishing Company, Inc, 1987), 39.

⁶ Syukir Asmuni, *Dasar-dasar Strategi Dakwah Islam* (Surabaya: Al-Ikhlash, 1983), 179.

“Yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal.” (Q.S. Az-Zumar : 18)

Metode dalam proses teater secara keseluruhan berkaitan dengan teori-teori diri dan konsepnya (*self*). Teater dan diri berkaitan dengan penggunaan proses penjiwaan karakter yakni bedah naskah, pemeranan, *casting*, meditasi, keaktoran, tindakan berkelompok, dan pementasan itu sendiri.

Psikodrama membantu membentuk konsep diri positif menggunakan pendekatan kelompok, disisi lain juga menggunakan pendekatan personal. Dengan menggunakan metode berkelompok, konseli tidak akan merasa terhakimi atas masalahnya sendiri, mendapat pembinaan bersama-sama, dan memperoleh informasi yang positif untuk membentuk dan mengembangkan konsep dirinya.

Berdasarkan pemikiran itu, peneliti berupaya untuk memaparkan bagaimana konseling islami dengan teknik psikodrama pada seni teater membentuk konsep diri mahasiswa, khususnya mahasiswa pelaku teater yang tergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini berasumsi konseling Islami melalui model psikodrama dapat digunakan untuk membantu membentuk konsep diri positif. Dengan memainkan sebuah skenario atau naskah teater tentang konsep diri diharapkan akan dapat membantu menggali (*to explore*) permasalahan konseli dan memberikan *insight* (pandangan) atas pandangan dirinya sehingga membentuk konsep diri positif.

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sarana pemahaman nilai-nilai positif dan penting dari psikodrama teater bagi mahasiswa dalam mengembangkan kualitas

karakter individu. Kelompok teater kampus juga dapat dipandang dari segi perspektif pragmatis dan memiliki nilai guna, tidak hanya melalui perspektif idealis yakni sebagai tempat mengekspresikan diri dan ide-ide seni kreatif mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Dapat dirumuskan pertanyaan atau permasalahan acuan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana proses konseling Islami dengan model psikodrama teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa anggota Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya?
2. Bagaimana hasil konseling Islami dengan model psikodrama teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa anggota Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses konseling Islami dengan model psikodrama teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa anggota Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Untuk mengetahui hasil konseling Islami dengan model psikodrama teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa anggota Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dalam pembahasan ini adalah :

1. Teoritis
Penelitian ini diharapkan memperkaya literatur karya ilmiah khususnya dalam bidang Bimbingan dan

Konseling Islam, bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan secara umum, atau sebagai bahan penunjang penelitian dan referensi lanjutan. Hal ini dikarenakan belum banyak referensi terutama literatur karya ilmiah yang membahas tentang teknik Psikodrama.

2. Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta menambah pemahaman kepada konselor tentang pengaruh seni teater terhadap konsep diri. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sarana pemahaman nilai-nilai positif dan penting dari psikodrama teater bagi mahasiswa dalam mengembangkan kualitas karakter individu. Kelompok teater kampus juga dapat dipandang dari segi perspektif pragmatis dan memiliki nilai guna, tidak hanya melalui perspektif idealis yakni sebagai tempat mengekspresikan diri dan ide-ide seni kreatif mahasiswa.

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Konseling menurut Prayitno:

“Konseling merupakan satu jenis layanan yang merupakan hubungan terpadu dari bimbingan. Konseling dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua individu, dimana yang seorang (yaitu konselor). Berusaha membantu yang lain (yaitu konseli) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang”.⁷

⁷ Prayitno dan Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan*, 99.

Pengusungan istilah Islam dalam bimbingan konseling islam membutuhkan pemahaman yang utuh mengenai apa yang dimaksud Islam itu sendiri.

Beberapa dasar pokok tentang konsep bimbingan konseling Islam :

- a) Batin dan spiritual individu sebagai dimensi utama untuk membantu pribadi (konseli) melalui proses pembersihan jiwa (*tazkiyatun nafs*).
- b) Membantu konseli agar dapat merasakan kehidupan yang seimbang antaradunia dan akhirat.
- c) Merupakan sebuah bentuk bantuan, yang artinya tugas konselor (*mursyid*) hanya membantu, selanjutnya perubahan perilaku tergantung pada niat dan keinginan konseli untuk berubah.
- d) Menempatkan manusia pada eksistensi manusia sebagai khalifah.
- e) Layanan yang dilakukan oleh konselor terhadap konseli disesuaikan dengan konteks dan keadaan dan relevan dengan kebutuhan konseli.
- f) Berkaitan dengan berbagai aktivitas dimensi material dan kehidupan yang berkaitan dengan sikap dan perilaku manusia secara umum, tidak hanya terbatas pada masalah-masalah agama (*ukhrawi*) saja.⁸

2. Psikodrama Teater

Psikodrama adalah permainan peranan berbasis aksi yang bertujuan untuk membantu konseli mendapatkan pengertian dan pemahaman tentang diri yang lebih baik, menyatakan apa yang ia butuhkan dan

⁸ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 29-30.

responsnya terhadap tekanan-tekanan, sehingga dapat menemukan konsep dirinya.⁹

Psikodrama bertujuan mendapatkan wawasan melalui tindakan atau aksi untuk menyelesaikan konflik. Psikodrama membantu perubahan yang bersifat konstruktif pada individu dan kelompok menggunakan metode penetapan, sosiometri, dinamika kelompok, teori peran, dan analisis sistem sosial, sehingga persepsi baru dan pola kognitif dapat berkembang.

Psikodrama secara khas terjadi dalam suatu kelompok, dibimbing oleh pengarah (*director*) dan dibantu oleh kelompok. Hal ini berlaku pula pada pementasan drama atau teater. Teater merupakan sebuah seni kerjasama yang terbentuk melalui campur tangan banyak pihak, diantaranya aktor, sutradara, kru, tim kreatif, dan tim produksi. Dalam hal ini, direktur atau pengarah dalam psikodrama diperankan oleh sutradara sebagai pihak yang bertanggung jawab untuk mengatur dan mengarahkan bagaimana pementasan disajikan oleh aktor.

Fungsi terapi yang ada pada Psikodrama tidak hanya dirasakan oleh individu yang diterapi atau lawan main dalam kelompok (aktor), tapi juga penonton sebagai penerima dan pembaca pesan.

3. Konsep Diri

Konsep diri merupakan pandangan diri individu secara menyeluruh tentang totalitas diri mengenai karakteristik kepribadian, moralitas, nilai, prinsip

⁹ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok* (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 107.

kehidupan, kelemahan, dan hal-hal yang terbentuk dari pengalaman dan interaksinya dengan orang lain.¹⁰

Konsep diri bukan hanya mengenai penilaian, tetapi juga gambaran deskriptif mengenai diri sendiri. Konsep diri merupakan kombinasi tentang apa yang dipikirkan individu tentang dirinya dan apa yang dipikirkan orang lain melalui informasi, pendapat, penilaian, atau evaluasi dari orang lain mengenai dirinya.¹¹

Tiga komponen konsep diri Hurlock, yaitu :

1. Komponen Persepsi (Konsep Diri Fisik)
2. Komponen Konseptual (Konsep Diri Psikis)
3. Komponen Sikap

Tabel 1.1
Karakteristik Konsep Diri

Positif	Negatif
Mampu mengenalkan diri dengan baik, menyebutkan kelemahan dan kelebihan, dan memiliki informasi yang cukup mengenai dirinya.	Hanya mengenal kelemahan atau kelebihannya saja (salah satunya), tidak dapat memaparkan keduanya secara utuh
Mampu menggambarkan diri dengan baik, memiliki keyakinan atas kemampuannya sehingga mudah dalam sosialisasi	Kesulitan dalam komunikasi dan ber sosialisasi, tidak yakin dengan kemampuannya sendiri

¹⁰Burns R.B., *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*. Alih Bahasa : Eddy (Jakarta: Arcan, 1993), 50.

¹¹M.N. Ghufron dan R.S. Risnawita, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2010), 14

Optimistik	Pesimis, merasa lemah dan tidak berdaya
Mampu mengekspresikan dan menyampaikan penghargaan dengan tepat	Cenderung sombong, mengekspresikan suatu penghargaan secara berlebihan
Bertanggung jawab, mampu menerima kesalahan dengan berlapang dada, dan bersedia belajar untuk lebih baik	Sering menyalahkan orang lain, <i>denial</i> , keras kepala, bersikap sinis, posesif dan berlebihan dalam mengkritik orang lain
Memiliki prinsip yang kuat	Tidak punya pendirian, bias, sikap bergantung, meniru

F. Sistematika Pembahasan

Bab 1 atau pendahuluan, peneliti memberikan gambaran tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

Bab 2 adalah kajian teoritik, peneliti menjelaskan tentang Konseling Islami dengan teknik Psikodrama pada Teater yang pembahasannya meliputi konseling islami dengan teknik psikodrama, pembahasan konsep diri, hubungan antar keduanya, dan penelitian terdahulu yang relevan.

Bab 3 adalah metode penelitian, peneliti menjelaskan tentang metode-metode, pendekatan dan jenis penelitian, lokasi, tahap-tahap, jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik validitas, dan teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini.

Bab 4 atau penyajian hasil penelitian dan pembahasan, peneliti memberikan gambaran umum

mengenai subyek penelitian, data-data yang diperoleh, baik data primer, maupun data sekunder. Penyajian data dibuat secara tertulis dan dapat juga disertakan gambar, tabel, atau bagan yang mendukung data, kemudian deskripsi proses konseling islami dengan teknik psikodrama dan deskripsi hasil konseling. Selanjutnya peneliti menjelaskan tentang pembahasan mengenai hasil analisis data penelitian, yakni proses dan hasil konseling melalui perspektif teori dan perspektif Islam.

Bab 5, penutup, dalam bab penutup peneliti menjelaskan tentang simpulan, rekomendasi, dan keterbatasan penelitian.



BAB II KAJIAN TEORITIK

A. Kajian Teoritik

1. Konseling Islami dengan Teknik Psikodrama Teater

a) Konseling Islam

Bimbingan dalam bahasa Arab sering disebut dengan kata *Al taujih* yang merupakan mashdar dari *fi'il madhi tsulasyial mazid* (fiil yang mendapat tambahan hurufnya) *wajjaha-yuwajjihu-taujihan* memiliki arti menghadap, mengarah ke depan, menatap ke muka, memantapkan, dan meluruskan. Sedangkan *fi'il tsulasinya* dalam Kamus Al Munawwir terambil dari kata *wajuhu-yujahu-wajahatan* memiliki kedudukan atau terkemuka disebabkan ia memiliki pandangan.¹² Menurut Ibnu Mandhur dalam Kitab Lisanul Arab kata *taujih* meliki arti menghadapkan sesuatu hanya pada satu tujuan.¹³

Secara etimologi, kata konseling berasal dari kata "*counsel*" yang diambil dari bahasa Latin yaitu "*Counsilium*" artinya "bersama" atau "bicara bersama". "Berbicara bersama-sama" maksudnya pembicaraan konselor dengan seorang atau beberapa konseli melingkupi proses, hubungan, menekankan pada permasalahan yang dihadapi klien, professional, dan nasehat. Konseling adalah sebuah proses interaksi dari pihak yang professional dengan

¹²Warson Al-Munawwir, *Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Krapyak), 1540.

¹³Ibn Mandzhur, *Lisanu Al arab*, (Lebanon: Darul Ma'arif, tt), 4776

pihak yang bermasalah yang lebih menekankan pada pemberian nasihat.¹⁴

American School Counselor Association (ASCA) mengemukakan bahwa konseling adalah “hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada konseli, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu konselinya dalam mengatasi masalah-masalahnya”.¹⁵ Konseling mempunyai ilmu pengetahuan yang terkhususkan, dimana orang-orang yang memiliki keterampilan dan pengetahuan untuk mendorong konseli mandiri dalam mengembangkan potensi yang dimiliki dan menyelesaikan masalahnya sendiri merupakan individu yang kompeten dibidangnya.

Istilah Konseling dalam literatur Arab sering menggunakan kata *Al Irsyad*, dari asal kata *Arsyada-Yursyidu-Irsyadan*. Kata *Irsyad* merupakan bentuk *masdhar* yang memiliki arti pemberian petunjuk. Dalam bentuk *fi'il tsulatsi* (kata kerja yang terdiri dari tiga huruf) masdharnya adalah *rusydun* sering diartikan kecerdasan atau pintar. Ini dikaitkan bahwa proses konseling merupakan sebuah pemberian bantuan atau upaya untuk memberikan kecerdasan kepada orang lain agar konseli memperoleh petunjuk dan hikmah dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

¹⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, Cet. 4 (Malang: UMM Press, 2003), 4.

¹⁵ Syamsu Yusuf & Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Konseling* (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), 10.

Pengusungan istilah Islam dalam bimbingan konseling islam membutuhkan pemahaman yang utuh mengenai apa yang dimaksud Islam itu sendiri.

Islam berasal dari kata *salima* yaitu *tsulatsi mujarrad* kata yang berakar dari tiga huruf, yang antara lain memiliki arti: terpelihara, terjaga, tidak celaka, benar, pasti, terbentuk, melewati, dan pengabdian, yang secara harfiah dalam bahasa Arab berarti selamat, sentosa dan damai.¹⁶ Dalam istilah shorof, isim masdhar kata Islam dari fi'il tsulatsi majid yaitu *aslama–yuslimu–islaman*, yang berarti pengabdian, kembali ke jalan yang lurus, kembali mengikuti kehendak Tuhan. Sedangkan Muslim merupakan *isim fa'il*, yang maksudnya adalah orang yang menganut agama Islam.

Beberapa catatan yang kiranya dapat diambil sebuah kesimpulan tentang Islam, sebagai berikut:

- 1) Islam sebagai agama dengan visi dan misi kedamaian Dunia dan Akhirat dengan cara mematuhi dan tunduk kepada perintah Allah.
- 2) Islam sebagai ajaran sudah lengkap, memuat seluruh ajaran yang dibawa oleh nabi-nabi terdahulu berkaitan dengan syariat dan permasalahan yang dihadapi oleh umat saat ini lebih kompleks dibanding dengan ummat Nabi Muhammad SAW.
- 3) Islam sebagai pedoman, jalan, cara, dan nilai dasar dalam kehidupan. Selain misi ketauhidan uluhiyyah, Islam memiliki sistem dan tata cara yang sempurna untuk mengatur kehidupan manusia, selain mengatur hubungan manusia

¹⁶Abuddin Nata, *Sejarah Pendidikan Islam*, Cet. Ke-II (Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2014), 20.

dengan Allah, Islam juga mengatur hubungan manusia dengan manusia dan manusia dengan lingkungannya (alam). Dalam konteks ini, Islam memiliki prinsip dan kaedah mengenai hubungan sosial, pendidikan, ilmu pengetahuan, teknologi, ekonomi, politik, hukum, kebudayaan, dan lain-lain.¹⁷

Kata Islam memiliki hubungan terhadap visi dan misi bimbingan konseling Islam, yaitu agar bimbingan konseling dibahas dalam ruang lingkup ajaran Islam, sehingga kegiatan yang berhubungan dengan bimbingan konseling dan berbagai aspek atau komponen yang berhubungan dengan bimbingan konseling Islam seperti, visi, misi, tujuan, program, proses layanan, konselor, konseli, sarana, pengelolaan, evaluasi dan sebagainya mengarah kepada ajaran Islam dan sejalan dengan misi ajaran Islam yang berdasarkan kaedah Al Qur'an dan Hadits sebagai sumber ajaran Islam.

Bimbingan konseling Islam menurut beberapa Ahli :

Menurut Achmad Mubarak, bimbingan konseling agama adalah proses dimana individu mampu mengatasi sendiri problema atau masalah yang dihadapinya melalui bantuan yang bersifat mental spiritual diharapkan dengan melalui kekuatan iman dan ketaqwaannya kepada Tuhan.¹⁸ Mubarak berpendapat konseling Islam adalah *Al-Irsyad Al-Nafs* yang dimaksudkan sebagai bimbingan kejiwaan. *Irsyad Al-Nafs* cukup jelas

¹⁷Tarmidzi. *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), 23.

¹⁸Achmad Mubarak, *Al-Irsyad An-Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus* (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000), 5.

muatannya dan bahkan bisa lebih luas penggunaannya.¹⁹ Bimbingan kejiwaan melatih konseli untuk mampu memperoleh akhlak mulia, bukan sebatas yang bersifat abstrak.

Pendapat Tohari Musnamar tentang pengertian Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang hidup selaras dan sejalan dengan ketentuan Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.²⁰

Az-Zahrani dalam buku *Konseling Terapi*, memaparkan bahwa:

“Konseling dalam Islam adalah salah satu dari berbagai tugas manusia dalam membina dan membentuk manusia yang ideal. Konseling merupakan amanat yang diberikan Allah kepada semua Rasul dan Nabi-Nya. Dengan adanya amanat konseling inilah maka mereka menjadi demikian berharga dan bermanfaat bagi manusia, baik dalam urusan agama, dunia, pemenuhan kebutuhan, pemecahan masalah, dan lain-lain.”²¹

Pendapat Saiful Akhyar, konseling Islami merupakan berlangsungnya pertemuan tatap muka antara dua orang atau lebih, yakni terdiri dari konselor yang dengan sengaja memberikan bantuan dan layanan kepada konseli secara profesional, dan konseli yang dibantu untuk memecah masalah.

¹⁹Ibid.

²⁰Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Pres, 1992), 5.

²¹Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi* (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), 16.

Proses konseling bertujuan mencari ketentraman dan kesejahteraan di dunia-akhirat yang dapat dicapai melalui upaya menjadikan Allah pedoman dalam bertindak dan senantiasa memohon perlindungan dan pertolongan Allah SWT.²²

Jika pendapat tentang bimbingan konseling Islami di atas dihubungkan, terbentuklah dasar pokok tentang konsep bimbingan konseling Islam. Beberapa dasar pokok tentang konsep bimbingan konseling Islam²³ :

- a) Batin dan spiritual individu sebagai dimensi utama untuk membantu pribadi (konseli) melalui proses pembersihan jiwa (*tazkiyatun nafs*).
- b) Membantu konseli agar dapat merasakan kehidupan yang seimbang antara dunia dan akhirat.
- c) Merupakan sebuah bentuk bantuan, yang artinya tugas konselor (*mursyid*) hanya sebatas membantu dan selanjutnya perubahan perilaku tergantung pada niat dan keinginan konseli untuk berubah.
- d) Menempatkan manusia pada eksistensi manusia sebagai khalifah.
- e) Layanan yang dilakukan oleh konselor terhadap konseli disesuaikan dengan konteks dan keadaan dan relevan dengan kebutuhan konseli.
- f) Berkaitan dengan berbagai aktivitas dimensi material dan kehidupan yang berkaitan dengan

²²Saiful Akhyar, *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren* (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2015), 63.

²³Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 29-30.

sikap dan perilaku manusia secara umum, tidak hanya terbatas pada masalah-masalah agama (*ukhrawi*) saja.

b) Psikodrama dan Teater

Psikodrama merupakan sebuah metode tindakan yang dikonsepsi oleh Moreno, salah satu pendiri dari kelompok psikoterapi Corsini. Menurut Garcia dan Buchanan, Psikodrama merupakan sebuah modalitas terapi dimana “orang memberlakukan adegan dari kehidupan mereka, mimpi, atau fantasi dalam upaya untuk mengungkapkan perasaan terpendam, mendapatkan wawasan baru, pemahaman, dan praktek perilaku baru yang lebih memuaskan.”²⁴

Menurut Prawitasari, teknik yang dikembangkan oleh Moreno pada tahun 1920-1930 ini adalah bentuk katarsis dengan mengekspresikan atau meluapkan perasaan yang melakoni sebuah peran agar mendapatkan pemahaman mengenai diri seseorang sehingga mampu menemukan konsep dirinya, kebutuhan-kebutuhan, dan reaksi-reaksi pada tekanan yang sedang dialami.²⁵

Secara epistemologi kata dalam bahasa Yunani, drama berarti “aksi” atau melakukan sesuatu. Psiko berarti jiwa. Maka psikodrama adalah melakukan aksi (pertunjukan drama) dengan dorongan jiwa.²⁶ Dapat diartikan bahwa psikodrama

²⁴G. Somov. *A Psychodrama Group for Substance Use Relapse Prevention Training*, The Arts in Psychotherapy, 2008, 151-161.

²⁵J.E. Prawitasari, *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro & Makro* (Jakarta : Penerbit Erlangga, 2011), 52.

²⁶Namora & Hasnida, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Kencana, 2016), 192.

merupakan ilmu yang mengeksplor masalah melalui metode drama.

Psikodrama adalah upaya pemecahan masalah melalui suatu metode drama. Jadi pengertian psikodrama adalah suatu teknik bermain peran yang digunakan untuk pemecahan masalah psikis yang dialami oleh individu dan dituangkan dalam bentuk penampilan bermain peran dengan menggunakan metode drama, dan pada saat itu pula akan ada sebuah solusi dari masalah yang di tawarkan oleh konseling.

Secara konsep, teknik psikodrama menggunakan pendekatan komunikasi verbal, namun psikodrama tidak terfokus pada hal tersebut sebagai pengobatan. Sebaliknya, berbicara melalui *gesture* atau gerakan tubuh merupakan fokus utama Psikodrama. Dengan secara fisik mengulangi pengalaman masa lalu ke masa sekarang, memungkinkan konseli memproses kenangan dengan bimbingan dan partisipasi anggota kelompok.²⁷

Hal ini berdasarkan pada asumsi Corey, Gerald (2010) teknik psikodrama adalah tindakan dimana dengan melalui bermain peran konseli dapat mengeksplorasi masalah mereka, menggunakan situasi dengan berbagai kegiatan dramatik untuk mendapatkan pengetahuan, wawasan, menemukan kreativitas, dan mengembangkan perilaku.

Psikodrama dapat dilakukan untuk tujuan terapi atau penyembuhan, digunakan sebagai

²⁷Tiffany L. Clark, Davis-Gage, *Treating Trauma: Using Psychodrama in Groups*, VISTAS Online, American Counseling Association, Article 59, 2010, 1, diakses pada Januari 2020 dari <http://counseling.org>

psikodrama didaktis, yakni metode pendidikan atau mengajar yang sangat bermanfaat bagi para mahasiswa dan orang-orang yang bekerja di bidang kesehatan mental.²⁸

Menurut White, Rosenblat, Love, dan Little, melalui peningkatan penerimaan dan pengendalian diri, tanggung jawab, dan sosialisasi, teknik psikodrama efektif dalam memodifikasi sikap positif individu. Hal ini diperkuat dengan pernyataan dari Carpenter dan Sanberg bahwa dalam mengembangkan keterampilan sosial dan kekuatan ego dalam kelompok kecil remaja bermasalah, teknik psikodrama terbukti efektif.²⁹

Psikodrama lebih banyak digunakan sebagai metode kelompok, dimana orang-orang di dalam kelompok dapat menjadi agen terapi (*therapeutic agent*) bagi satu sama lain karena bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan dan pikiran yang mendorong perubahan perilaku khususnya untuk meningkatkan kebermaknaan hidup yang ada pada diri individu.³⁰

Menurut para Ahli selain J.L. Moreno :

1) Gerald Corey

Psikodrama merupakan permainan peranan yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep pada dirinya, menyatakan

²⁸Tatiek Romlah. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 107.

²⁹P.F. Kellerman. *Outcome Research in Classical Psychodrama, Small Group Behaviour*, Vol. 18, No.4, 1987, 459-469.

³⁰ Gerald Corey. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eight Edition. (US: Brooks/Cole, 2012), 109

kebutuhannya-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.

2) WS. Winkel

Psikodrama merupakan dramatisasi dari persoalan-persoalan yang berkaitan dengan gangguan serius dalam kesehatan mental para partisipan, sehingga tujuannya adalah perombakan dalam struktur kepribadian seseorang. Psikodrama bersifat kegiatan terapi dan ditangani oleh seorang ahli psikoterapi.³¹

Psikodrama sebagai intervensi terapeutik ditujukan pada kemanfaatan bermain peran dalam kelompok psikoedukasional, psikoterapeutik, dan manajemen.

Psikodrama difokuskan pada interaksi protagonist dalam dramanya. Di dalam proses, protagonis mengulangi pekerjaan-pekerjaan hidupnya, baik sebagai pemeran utama maupun sebagai pemeran pembantu. Psikodrama memprediksi asumsi manusia mengenai solusi-solusi di dalam masyarakat yang terus menerus berkembang dan sadar terhadap kejadian di kehidupan mereka pada suatu pementasan atau tahapan perkembangan.

Psikodrama terkadang dipandang “tidak lebih dari suatu perluasan puncak dari wawancara klinis”, padahal psikodrama sejajar dengan psikoanalisis dalam kekuatan irasional dan penekanan pada kekuatan individu dari yang mengikat ke dalam pola-pola perilaku disfungsional.

³¹ W.S. Winkel. *Bimbingan dan Konseling di Institusi*. (Yogyakarta: Media Abadi, 2006), 571.

Psikodrama menekankan pertemuan, suatu konsep eksistensial yang melibatkan kontak psikologis dan fisik yang menyeluruh antara orang-orang atas dasar kesempurnaan; konkret; intens pada interaksi personal; realitas, dititikberatkan pada disini dan sekarang yang memunculkan hambatan waktu, ruang, dan eksistensi yang dihapuskan secara alami; kreatifitas; katarsis, ekspresi penuh perasaan; telekomunikasi perasaan (empati) menyeluruh antara protagonist sebagai perekat yang membangun kelompok secara bersama-sama; dan spontanitas, dimana spontanitas merupakan respon berupa tingkat ketepatan terhadap situasi baru atau tingkat kejujuran terhadap situasi lama. Pemahaman dan wawasan akan menjadi produk akhir dari seluruh proses tersebut.

1) Komponen-komponen Psikodrama

Pelaksanaan model psikodrama sangat multidimensi, meliputi faktor fisik dan manusia seperti, panggung, aktor-aktor (didalamnya juga terdapat tokoh protagonist), sutradara, dan penonton.

Menurut pendapat Haskell dalam buku *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok dan Konseling*, komponen psikodrama³² :

- a. Panggung, merupakan perwakilan dari ruang hidup peran utama psikodrama karena menjadi area dimana pementasan dilakukan. Bentuk dari panggung bermacam-macam, ada yang berupa panggung resmi atau bagian dari ruangan yang sederhana, intinya sebuah

³²Tatiek Romlah. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 108-111.

tempat yang diinginkan partisipan untuk menjadi sebuah panggung. Panggung atau tempat permainan hendaknya cukup luas untuk memberi ruang gerak yang cukup bagi pemeran utama, pemimpin, dan individu-individu lain yang berperan dalam psikodrama tersebut untuk memungkinkan gerakan mereka secara bebas.

- b. Pemimpin psikodrama (direktur atau sutradara). Menurut Moreno, pemimpin berperan sebagai produser, katalisator atau fasilitator, dan pengamat atau penganalisis yang berfungsi untuk memandu tugas, memimpin pengalaman pemanasan, mendorong kepercayaan dan spontanitas berkembang, menetapkan struktur, membantu protagonist mengidentifikasi dan bekerja berdasarkan pokok permasalahan hidup mereka, melindungi anggota dari penggunaan orang lain, dan membawa serta mengatur bentuk bagaimana sesi kelompok berhenti. Sutradara yang potensial adalah sutradara yang sudah mengalami psikodrama dan mendapatkan pelatihan langsung dari sutradara yang lebih berpengalaman. Sutradara yang efektif memiliki tiga kualitas yakni kreatifitas, dorongan, dan kharisma, yang lebih lanjut kemudian sutradara seharusnya mengembangkan keterampilannya dengan pengetahuan tentang metode, prinsip, teknik, pemahaman tentang teori kepribadian, dan pengembangan filosofi kehidupan, dan ilmu pengetahuan yang luas tentang hidup dan

hakikat manusia, diharapkan sebagai piranti kerja khusus yang dimiliki seorang sutradara, seperti dalam bidang pokok psikologi umum, proses kelompok, psikologi humanistik, teori komunikasi, dan komunikasi nonverbal.

- c. Pemeran utama (protagonist) adalah individu yang dipilih oleh kelompok dan pemimpin kelompok untuk memerankan atau memerankan kembali kejadian penting yang dialami mulai dari kejadian waktu lampau, apa yang terjadi sekarang, dan situasi yang diperkirakan akan terjadi. Tokoh protagonis bisa memainkan karakter yang banyak. Sekarang, tokoh-tokoh protagonis boleh tidak sesuai atau keluar dari sebuah adegan dan pengamatan. Tujuannya adalah mengekspresikan dengan bebas pikiran, perasaan, keprihatinan, dan persoalan yang berkaitan dengan apa yang diperankannya dalam psikodrama itu. Spontanitas adalah kunci dari menjadi tokoh protagonis. Protagonis adalah sumber citra, tetapi membutuhkan bantuan direktur untuk mengeksplorasi masalah dan menciptakan psikodrama. Direktur berfungsi dengan baik bila mereka akurat merasakan dan bekerja bersamaan dengan protagonis.
- d. Pemeran pembantu adalah aktor yang memainkan bagian penting lainnya dalam pertunjukan. Mereka disebut *auxillaries ego* atau pembantu terapis yang memunculkan protagonis. Pemeran pembantu merupakan siapapun di dalam

grup yang membantu sutradara dan pemeran utama dalam psikodrama. Dalam psikodrama yang sama, seorang pemeran pembantu dapat berperan lebih dari satu peran atau berperan ganda, seperti menjadi teman baik tokoh protagonis, musuh yang jahat, bahkan menjadi properti penunjang pementasan. Pemeran pembantu berfungsi menggambarkan peranan-peranan tertentu yang mempunyai hubungan dekat dengan pemeran utama dalam kehidupan yang sebenarnya dan sebagai alat terapi. JL. Moreno mengemukakan terdapat empat fungsi pembantu dalam pemeran protagonis³³ : (a) untuk bermain keluar persepsi yang diadakan oleh protagonis, setidaknya di awal, (b) untuk menyelidiki interaksi antara protagonis dan peran mereka sendiri, (c) untuk menafsirkan interaksi dan hubungan kelompok, (d) untuk bertindak sebagai terapi panduan dalam bantuan protagonis mengembangkan hubungan yang lebih baik. Cara dimana mereka melakukannya adalah dengan membantu protagonis dalam mengintensifkan tindakan, dan dengan mendorong protagonis menjadi lebih terlibat pada drama disini-dan-sekarang.

- e. Penonton tidak berpartisipasi secara aktif, namun dapat membantu. Secara psikologis mereka berfungsi sebagai “cermin

³³Gerald Corey. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eight Edition. (US: Brooks/Cole, 2012), 203.

eksternal” yang melakukan umpan balik melalui apa yang mereka lihat, dengarkan, rasakan mengenai pementasan. Penonton berfungsi sebagai umpan balik melalui apa yang mereka lihat, dengarkan, rasakan selama pementasan berlangsung. Para penonton juga berfungsi dalam proses improvisasi berkelanjutan. Kadang-kadang penonton akan menjadi terlibat selama psikodrama berlangsung dan membuat suara-suara atau berkomentar sesuai dengan yang diinginkan sutradara. Misalnya, penonton mungkin secara langsung mengucap ulang apa yang diucapkan protagonist ketika dia marah dan membuat kesalahan, “Tetap tenang. Gunakan akalmu. Tetap tenang. Gunakan akalmu.” Dalam beberapa kasus penonton menjadi sebuah paduan suara.

2) Teknik Psikodrama

Teknik-teknik yang dapat digunakan dalam model psikodrama tergantung oleh fase-fase ketika psikodrama berlangsung, *skill* atau kemampuan sutradara, keberadaan aktor, keadaan tokoh protagonis, tujuan tiap sesi, dan jumlah penonton. Dibutuhkan *skill* dan teknik yang berbeda dalam menghadapi situasi yang khusus atau spesial.

Beberapa variasi teknik-teknik psikodrama³⁴ :

³⁴ Abu Ahmadi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 1991), 67.

- a. *Creative imagery* atau pembayangan kreatif yaitu teknik pemanasan dengan membayangkan adegan dan objek yang menyenangkan dan netral, ide teknik ini membantu peserta menjadi lebih spontan.
- b. *The magic shop*, bagi aktor yang tidak dapat memutuskan atau ragu tentang nilai dan tujuan mereka, teknik ini akan sangat membantu. Teknik ini melibatkan sutradara atau ego yang membantu yang menyediakan kualitas-kualitas khusus.
- c. *Sculpting*, anggota kelompok menggunakan metode nonverbal untuk menyusun orang lain di dalam kelompok layaknya suatu konfigurasi orang-orang yang berarti, seperti anggota-anggota keluarga, pegawai kantor, atau teman sebaya. Penyusunan ini melibatkan postur tubuh dan membantu anggota melihat, mengetahui persepsi mereka tentang orang lain yang berarti dengan cara yang lebih dinamis.
- d. *Soliloquy* atau monolog, merupakan teknik berbicara sendiri yang melibatkan protagonist untuk menyajikan suatu monolog tentang situasi dirinya.
- e. Monodrama (*autodrama*), sebenarnya merupakan bentuk dari inti terapi gestalt. Dalam teknik ini, protagonist memainkan semua bagian peranan, atau tidak menggunakan perasaan pembantu.
- f. *Multiple double technique*, suatu teknik yang terdiri atas pengambilan peran aktor dari ego protagonist dan membantu protagonist mengekspresikan perasaan

terdalam yang sesungguhnya secara lebih jelas, dan dalam situasi tersebut mereka akan menyajikan aspek yang berbeda dari kepribadian aktor. Jika protagonist memiliki perasaan ragu, maka teknik *multiple double* dapat digunakan.

- g. *Role reversals*, teknik bertukar peran dengan orang lain di dalam grup dan memainkan bagian orang tersebut. Teknik ini mendorong ekspresi konflik-konflik secara optimal dan membentuk keterlibatan antar individu dalam kelompok.
- h. Teknik cermin, aktor memperhatikan dari luar pentas, kemudian cermin ego memantulkan kata-kata, gerak tubuh, dan postur aktor. Teknik ini digunakan untuk membantu protagonist melihat dirinya secara lebih akurat.
- i. Teknik *modelling* adalah demonstrasi alternatif perilaku dan membiarkan konseli menemukan caranya sendiri. Modelling bukan menunjukkan sesuatu yang lebih luas dengan maksud benar atau salah, karena cara yang benar (*correct*) sangat kreatif dan yang keliru (*wrong*) akan lebih inovatif.

3) Proses Psikodrama

Proses psikodrama pada umumnya berlangsung melalui tiga fase, yaitu³⁵ :

- a. Fase pemanasan (*warm up*), fase ini ditandai dengan sutradara memastikan apakah dia telah siap untuk memimpin grup dan apakah

³⁵ Samuel T. Gladding, *Group Work : A Counseling Speciality*, Second Ed. (New Jersey : Prentice-Hall, 1995),

anggotanya siap untuk dipimpin. Proses ini mungkin melibatkan kedua aktivitas verbal ataupun nonverbal yang dirancang menempatkan orang-orang dalam suatu frame pemikiran yang tepat untuk menjalankan psikodrama dan dalam saat yang bersamaan membangun rasa kepercayaan dan atmosfer spontanitas. Sebagai contoh, sutradara akan berjalan mengelilingi perabotan-perabotan sambil berbicara kepada semua partisipan. Kemudian dia akan memimpin grupnya mendapatkan latihan permulaan, di mana partisipan ditempatkan dalam sudut pandang orang kedua. Setelah aktivitas-aktivitas ini, grup secara keseluruhan akan ikut serta dalam latihan berperan, metode menguasai pancaindera (*sensory awareness method*) atau penggambaran terpandu (*guided imagery*), dan teknik-teknik lainnya. Secara keseluruhan, *warm-up* adalah pengalaman dasar dimana para aktor memproses beberapa prosedur teknis yang akan mereka alami dalam psikodrama yang sebenarnya.

- b. Fase tindakan (*action*), bagian proses psikodrama ini melibatkan penampilan tokoh protagonis dengan masalah-masalahnya. Hal terpenting dalam fase ini adalah bahwa protagonis mengekspresikan emosi-emosi yang tertekan dan menemukan cara baru yang efektif untuk bertindak. Sutradara membantu setiap tokoh protagonis bekerja “menyeting panggung” dalam

adegan spesifik, misalnya di sini dan sekarang. Partisipan ditempatkan sebagai pemain pembantu yang bermain peranan atau menjadi benda yang signifikan lainnya dalam kehidupan tokoh protagonis. Kemudian adegan pembuka ditampilkan, dan tokoh protagonis begitu juga pemeran pembantu dapat kesempatan untuk mengembangkan peran-peran mereka dan meningkatkan interaksi mereka dari permukaan sampai pada saat-saat yang paling signifikan. Pada tahap ini, pemeran tokoh protagonis mendapatkan semangat dari sutradara dalam melakukan perubahan karakter atau *role reversal* sehingga pemeran akan merasakan empati yang lebih atau penyorotan terhadap perasaan-perasaan. Adapun teknik monolog atau *soliloquy*, teknik *double*, dan teknik *asides* yang sering digunakan. Semuanya ditujukan untuk membantu tokoh protagonis dalam mengembangkan perasaan-perasaannya. Dari itu tokoh atau pemeran protagonis akan mendapat bantuan untuk melewati situasi yang dibangun oleh sikap-sikap tambahan lainnya dan jawaban-jawaban behavioral. Dengan melewati semua itu bisa berarti mengulang sebuah adegan menggunakan strategi behavioral baru setiap saat. Dengan mengulang sebuah adegan juga dibutuhkan perubahan-perubahan karakter atau bahkan penggunaan *modelling*. Hal yang krusial dalam tingkat action ini adalah cara yang efektif untuk berakting, yaitu tokoh-tokoh

protagonis mengekspresikan gambaran emosi-emosi dan menemukan sesuatu yang baru.

- c. Fase integrasi (*integration*), fase ini juga disebut tahap diskusi dan penutupan (*closure*). Setelah tahap *action*, seorang tokoh protagonis menjadi bingung, lemah, dan membutuhkan dorongan. Ada tiga cara dalam proses pencapaian keseimbangan pribadi pemeran utama menurut Blatner, yaitu³⁶ : mengembangkan pemahaman dan penguasaan terhadap konflik serta masalah yang dihadapi, memperoleh dukungan dan umpan balik dari kelompok, dan mengadakan latihan perubahan perilaku baru. Untuk mendapatkan dorongan dan umpan balik (*feedback*) yang membangun tahap ini Sutradara harus memberi semangat kepada grupnya sebanyak mungkin. Umpan balik awalnya berfokus pada afektif, kemudian intelektual, dan aspek-aspek pertunjukan. Melewati akhir dari beberapa aspek-aspek kognitif yang telah dialami itu akan lebih berhasil untuk diekspresikan. Penyelesaian tahap ini menitik beratkan dalam memahami dan mengintegrasikan sehingga tokoh protagonis dapat berakting berbeda jika situasi-situasi yang sama terjadi.

³⁶Tatiek Romlah. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 113.

4) Evaluasi Psikodrama

Keuntungan-keuntungan dari teknik Psikodrama adalah :

- a. Psikodrama ini sangat cocok untuk lingkungan psikoterapeutik maupun dalam setting psikoedukasional dan setting bisnis. Ini juga dapat diterapkan dalam hal kepekaan keadaan.
- b. Aspek positif juga terletak pada potensialitas pengajarannya.
- c. Dapat membentuk spontanitas dan kreativitas pada pemimpin dan anggota kelompok.
- d. Pengaruhnya seakan-akan mengalami sendiri dan integratif.
- e. Sebagai masukan dan umpan balik yang penonton dan direktur berikan pada protagonist satu sama lainnya.

Keterbatasan-keterbatasan dalam teknik Psikodrama :

- a. Bahaya terlalu melebih-lebihkan psikodrama terhadap pemeran sendiri maupun terhadap orang yang melihat.
- b. Kuantitas dan kualitas penelitian yang menyangkut psikodrama.
- c. Dikaitkan dengan pemerolehan hasil latihan.
- d. Psikodrama ini terlalu banyak memfokuskan pada perasaan-perasaan ketimbang perilaku yang berubah.

c) Konseling Islam dengan Model Psikodrama

Seperti yang telah dijelaskan di atas, Psikodrama merupakan sebuah metode yang menitikberatkan pada penggunaan permainan peran atau drama sebagai tekniknya. Psikodrama termasuk

sebuah terapi psikologi umum yang klasik. Dalam penelitian ini, peneliti berusaha mengintegrasikan antara teknik Psikodrama dengan esensi dan nilai-nilai keislaman, yakni melalui penggunaan naskah, metode latihan, dan proses terapi.

2. Konsep Diri

a) Pengertian Konsep Diri

Ada beberapa pengertian yang diberikan oleh para ahli mengenai konsep diri. Terutama William D. Brooks yang mendefinisikan konsep diri sebagai “*Those psychical, social, and psychological perceptions of our selves that we have derived from experiences and our interaction with other*”. Konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri. Persepsi tentang diri bersifat psikologi, sosial, dan fisik. Konsep diri itu juga penilaian tentang diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif. Jadi, meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri itu disebut dengan konsep diri.³⁷

Konsep diri adalah apapun yang terlintas terlintas dalam pikiran saat berpikir tentang “saya”. Sebuah gambaran mental tentang diri sendiri, dan meskipun gambaran ini mungkin sangat tidak realistis, hal tersebut tetap milik kita dan berpengaruh besar pada pemikiran dan perilaku kita.³⁸

Konsep diri menurut Rogers adalah dalam keadaan sadar dari ruang fenomenal yang didasari dan disimbolkan, yaitu “aku” merupakan pusat

³⁷Robert. A. Baron & Donn Byrne. *Psikologi Sosial*. Jilid I, (Jakarta: Erlangga, 2003), 164.

³⁸Ibid.

referensi setiap pengalaman. Konsep diri merupakan bagian inti dari pengalaman individu yang secara perlahan-lahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa sebenarnya yang harus aku perbuat”. Jadi konsep diri adalah kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku untuk menunjukkan apakah konsep diri yang konkret sesuai atau terpisah dari perasaan dan pengalaman organismik.³⁹

Menurut Hurlock, konsep diri ialah konsep seseorang dari siapa dan apa dia itu. Konsep ini merupakan bayangan cermin, ditentukan sebagian besar oleh peran dan hubungan orang lain, apa yang kiranya reaksi orang terhadapnya. Konsep diri ideal ialah gambaran mengenai penampilan dan kepribadian yang didambakannya. Hurlock mengatakan bahwa konsep diri merupakan gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai.⁴⁰

Konsep diri adalah kesan terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri. Burns mengatakan: “*the self concept refers to the connection of attitudes and*

³⁹Alex Sobur. *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 505-507.

⁴⁰Hurlock. B. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jilid 2. (Jakarta: Erlangga, 2005), 237.

beliefs we hold about ourselves”.⁴¹ Yang dimaksud tentang konsep diri yaitu mengacu pada hubungan dari sikap dan kepercayaan tentang diri kita, gambaran tentang diri, dari penilaian terhadap dirinya sendiri maupun persepsi berdasarkan keinginannya yang merupakan produk dari aspek-aspek fisik, sosial, psikis, dan moral. Berdasarkan definisi tersebut, konsep diri merupakan kesatuan psikologis berisi perasaan-perasaan, perilaku, evaluasi, sikap, kemampuan, dan sumber daya yang dimiliki seseorang yang dapat secara natural mendeskripsikan diri seseorang.

Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang dia peroleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus menerus dan terdiferensiasi. Dasar dari konsep diri individu ditanamkan pada saat-saat diri kehidupan anak dan menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya di kemudian hari. Fitts berpendapat konsep diri adalah kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan.⁴²

Berdasarkan pendapat Stuart dan Sundeen konsep diri merupakan seluruh pikiran, ide, kepercayaan, pandangan individu mengenai sifat dan kemampuannya, interaksi dengan orang lain dan lingkungan, nilai-nilai yang berkaitan dengan

⁴¹Slameto. *Belajar Dari Faktor-faktor Yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 1987), 182.

⁴²Agustiani, H. *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. (Bandung : Refika Aditama, 2006), 138.

pengalaman dan objek, tujuan serta keinginannya. dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam kehidupan sosialnya.⁴³

Menurut G.H. Mead, konsep diri sebagai suatu produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dari dirinya sendiri yang diterima dari kebanyakan orang di lingkungannya.

Chaplin mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan konsep diri adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan.⁴⁴

b) Karakteristik Konsep Diri

Menurut Hamachek (Rakhmat, 2007) menyebutkan ada sebelas karakteristik orang yang mempunyai konsep diri positif yaitu⁴⁵ :

1. Seseorang meyakini betul nilai dan prinsip-prinsip tertentu dan mempertahankannya, meski menghadapi pendapat kelompok yang kuat.
2. Mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa bersalah yang berlebihan, atau menyesali tindakannya jika orang lain tidak menyetujui tindakannya.

⁴³Stuart & Sundeen. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. ed 4. (St Louis : The CV Mosby year book, 1991), 372.

⁴⁴Chaplin, J. P. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2009), 451.

⁴⁵Rahmat J. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2007), 104.

3. Tidak menghabiskan waktu yang tidak perlu untuk memecahkan apa yang terjadi esok.
4. Memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mengatasi persoalan, bahkan ketika dia menghadapi kegagalan dan kemunduran.
5. Merasa sama dengan orang lain, sebagai manusia ia tidak tinggi atau rendah, walaupun terdapat perbedaan dalam berbagai hal.
6. Sanggup menerima dirinya sebagai orang yang penting dan bernilai bagi orang lain, paling tidak bagi orang yang sangat berarti dalam hidupnya.
7. Dapat menerima pujian tanpa berpura-pura rendah hati dan menerima penghargaan tanpa rasa bersalah.
8. Cenderung menolak usaha orang lain untuk mendominasikannya.
9. Sanggup mengaku pada orang lain bahwa dia mampu merasakan berbagai dorongan dan keinginan.
10. Mampu menikmati dirinya secara utuh dalam berbagai kegiatan
11. Peka pada kebutuhan orang lain, kebiasaan sosial yang telah diterima dan terutama sekali pada gagasan bahwa ia tidak bisa bersenang-senang dan mengorbankan orang lain

Pada pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan dalam bentuk tabel sebagai berikut (Budi prasetya, 2005):

Tabel 1.1
Karakteristik Konsep Diri

Positif	Negatif
Mampu mengenalkan diri dengan baik, menyebutkan kelemahan dan kelebihan, dan memiliki informasi yang cukup mengenai dirinya.	Hanya mengenal kelemahan atau kelebihannya saja (salah satunya), tidak dapat memaparkan keduanya secara utuh
Mampu menggambarkan diri dengan baik, memiliki keyakinan atas kemampuannya sehingga mudah dalam sosialisasi	Kesulitan dalam komunikasi dan ber sosialisasi, tidak yakin dengan kemampuannya sendiri
Optimistik	Pesimis, merasa lemah dan tidak berdaya
Mampu mengekspresikan dan menyampaikan penghargaan dengan tepat	Cenderung sombong, mengekspresikan suatu penghargaan secara berlebihan
Bertanggung jawab, mampu menerima kesalahan dengan berlapang dada, dan bersedia belajar untuk lebih baik	Cenderung menyalahkan orang lain, <i>denial</i> , keras kepala, bersikap sinis, posesif dan berlebihan dalam mengkritik orang lain
Memiliki prinsip yang kuat	Tidak punya pendirian, bias, bergantung pada orang lain, meniru

c) **Komponen Konsep Diri**

Sedangkan menurut Hadi Pranata (1988) komponen pembentukan konsep diri adalah :

1) Citra Diri (*Physical Self*)

Merupakan bayangan kebanggaan seseorang akan citra tampang tubuh maupun keseluruhan pribadinya. Hal ini menggambarkan pandangan individu terhadap tubuhnya dan hal-hal yang berhubungan dengan tubuhnya, seperti kesehatan, penampilan, ketampanan.

2) Ideal Diri (*Personal Self*)

Merupakan harapan idealisme seseorang terhadap jangkauan hidup dan kehidupannya, atau akan menjadi kehidupannya kelak yang merupakan aspirasi individu, ini menggambarkan seberapa besar penilaian individu terhadap dirinya, seberapa besar individu merasakan sebagai diri yang kuat dan menggambarkan pilihan kepribadiannya.

3) Citra Keluarga (*Family Self*)

Merupakan bayangan kebanggaan seseorang terhadap cira ayah, ibu dan anak saudaranya. Hal ini menggambarkan persepsi dalam kaitannya dengan kelompok primer, seperti keluarga dan teman dekatnya.

4) Citra Kelompok Sosial (*Social Self*)

Merupakan bayangan seseorang terhadap citra kelompok sosialnyadimanapun orang tersebut terkait dengan komitmennya. Hal ini menggambarkan persepsi diri individu dengan

kaitannya interaksi sosialnya dengan orang lain.⁴⁶

Tiga komponen konsep diri Hurlock, yaitu :

- a. Komponen Persepsi (Konsep Diri Fisik)
- b. Komponen Konseptual (Konsep Diri Psikis)
- c. Komponen Sikap

d) Aspek-aspek Konsep Diri

Menurut Agoes Dariyo (2007), aspek-aspek dari konsep diri yaitu :

1) Aspek Fisiologis

Aspek Fisiologis berkaitan dengan unsur-unsur fisik seperti warna kulit, bentuk, berat, tinggi, raut wajah, memiliki kondisi badan yang sehat, normal/cacat, dan lain sebagainya.

2) Aspek Psikologis

Aspek psikologis meliputi : (a) kognisi (kecerdasan, minat bakat, kreativitas, kemampuan konsentrasi), (b) afeksi (ketahanan, ketekunan dan keuletan kerja, motivasi berprestasi, toleransi stress), (c) konasi (kecepatan dan ketelitian kerja, *coping stress*, resiliensi). Pemahaman dan penghayatan unsur-unsur aspek psikologis tersebut akan mempengaruhi penilaian terhadap diri sendiri.

3) Aspek Psiko-sosiologis

Seseorang yang menjalin hubungan dengan lingkungannya dituntut untuk dapat memiliki kemampuan berinteraksi sosial,

⁴⁶Tatik Eka, *Konsep Diri Anak Jalanan : Studi Kasus Anak Jalanan di Rumah Singgah Al-Fadhali Rampal Celaket, Klojen Malang* (Skripsi Tidak Diterbitkan), Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS), Malang, 2003, 30.

komunikasi, menyesuaikan diri, dan bekerja sama dengan mereka, sehingga secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi agar individu menaati aturan-aturan sosial. Individu berkepentingan pula untuk memenuhi kebutuhan hidup melalui lingkungan sosialnya.

4) Aspek Psiko-spiritual

Kemampuan dan pengalaman individu yang berhubungan dengan nilai-nilai dan ajaran agamanya. Aspek spiritual disebut juga dengan aspek *theologis* yang bersifat *transedental*. Aspek spiritual meliputi ketaatan beribadah, kesetiaan berdoa, serta kesetiaan menjalankan agama. Diri yang berhubungan dengan aspek spiritual ini bersifat *vertikal* yang artinya keberadaan individu masih berhubungan erat dengan Tuhan.

5) Aspek Psikoetika dan Moral

Kemampuan memahami dan melakukan perbuatan berdasar nilai-nilai etika dan moralitas. Oleh karena itu, proses penghayatan dan pengamatan individu terhadap nilai-nilai moral tersebut menjadi sangat penting karena dapat menopang keberhasilan seseorang dalam melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan orang lain.⁴⁷

e) **Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri**

Dalam bukunya Hurlock mengungkapkan kondisi yang mempengaruhi konsep diri remaja meliputi :

⁴⁷Agoes Dariyo. *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Psikologi Atitama). (Bandung: Refika Aditama, 2007), 202.

1) Usia Kematangan

Remaja yang matang lebih awal, diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik.

2) Penampilan Diri

Penampilan diri yang berbeda membuat remaja merasa rendah diri meskipun perbedaan yang menambah daya tarik fisik. Tiap cacat fisik merupakan sumber memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sebaliknya, daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang ciri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

3) Kepatutan Seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik.

4) Nama dan Julukan

Remaja peka dan malu bila teman-teman sekelompok menilai namanya buruk atau bila mereka memberi julukan yang bernada cemooh.

5) Hubungan Keluarga

Seorang remaja yang mempunyai hubungan erat dengan seorang anggota keluarga akan mengidentifikasikan diri dengan orang tersebut dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama. Apabila tokoh tersebut sesama jenis, maka remaja akan tertolong untuk mengembangkan konsep diri yang layak untuk seksnya.

6) Teman-teman Sebaya

Teman-teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian remaja dalam dua cara yakni pertama konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep temandan dirinya. Kedua berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompok.

7) Kreativitas

Remaja yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatif dalam bermain dan dalam tugas akademis, mengembangkan peran individualitas dan identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya.

8) Cita-cita

Bila remaja mempunyai cita-cita yang tidak realistis, ia akan mengalami kegagalan yang menimbulkan ketidakpercayaan dirinya dan timbul perasaan tidak mampu serta reaksi yang bertahan dimana ia menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Sebaliknya remaja yang realistik tentang kemampuannya lebih banyak mengalami keberhasilan daripada kegagalan. Hal ini akan menimbulkan rasa percaya diri dan kepuasan diri yang lebih besar yang memberikan konsep diri yang baik.⁴⁸

3. Hubungan Antara Psikodrama dan Konsep Diri

Perilaku disebabkan oleh banyak hal yang kompleks, namun konsep diri berperan penting dalam

⁴⁸Hurlock, B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Jakarta: Erlangga, 1980), 235.

perilaku manusia. Sehingga perubahan dalam konsep diri akan berakibat pula pada perubahan dalam perilaku. Konsep diri mahasiswa perlu untuk dikembangkan dan dimantapkan secara optimal, karena sangat berpengaruh terhadap keberhasilan mahasiswa dalam kehidupan yang sebenarnya di lingkungan masyarakat. Perilaku individu akan sesuai dengan bagaimana individu tersebut memandang dirinya sebagai seorang yang memiliki cukup kemampuan untuk mengerjakan sebuah tugas, maka seluruh perilakunya akan menunjukkan kemampuannya tersebut, dan begitu pula sebaliknya.

Salah satu hal yang dapat dilakukan oleh konselor untuk membantu konseli dalam membentuk dan mengembangkan konsep diri adalah menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik Psikodrama.

Dikutip dari Tatiek R, psikodrama adalah permainan peranan berbasis aksi yang bertujuan untuk membantu konseli mendapatkan pengertian dan pemahaman tentang diri yang lebih baik, menyatakan apa yang ia butuhkan dan bagaimana responsnya terhadap tekanan-tekanan, sehingga dapat menemukan konsep dirinya.⁴⁹

Metode dalam proses teater secara keseluruhan berkaitan dengan teori-teori diri dan konsepnya (*self*). Teater dan diri berkaitan dengan penggunaan proses penjiwaan karakter yakni keaktoran dan pemeranan, bedah naskah, *casting*, meditasi, tindakan berkelompok, dan pementasan itu sendiri.

Psikodrama membantu membentuk konsep diri menggunakan pendekatan kelompok, di sisi lain juga menggunakan pendekatan personal. Dengan

⁴⁹ Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling* (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 107.

menggunakan metode berkelompok, konseli tidak akan merasa terhakimi atas masalahnya sendiri, mendapat pembinaan bersama-sama, dan memperoleh informasi yang positif untuk membentuk dan mengembangkan konsep dirinya.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Safitri M. 2017. Model Konseling Psikodrama dan Hipnoterapi untuk Meningkatkan Potensi Mahasiswa. Jurnal. Universitas Esa Unggul.
 - a) Persamaan : Kedua penelitian ini sama-sama menggunakan model konseling psikodrama sebagai metode/teknik dan mahasiswa sebagai subjek penelitian.
 - b) Perbedaan : Penelitian tersebut menggunakan peningkatan potensi mahasiswa sebagai objek penelitian, sedangkan penelitian ini menggunakan pengaruh terhadap konsep diri.
2. M Abdul Basyir. 2017. Pengaruh Intensitas Latihan Seni Teater Terhadap Konsep Diri Crew Teater Metafisis Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
 - a) Persamaan : Kedua penelitian ini sama-sama menggunakan teater sebagai variabel kontrol, dan konsep diri sebagai objek penelitian.
 - b) Perbedaan : Penelitian tersebut lebih meneliti kepada pengaruh intensitas latihan daripada psikodrama dalam teater itu sendiri, sedangkan penelitian ini meneliti tentang proses psikodrama dalam teater, entah dalam proses latihan, intensitas, isi, dan pasca pentas.
3. Faisal Abdurrachman Harits. 2016. Pengaruh Psikodrama Terhadap Peningkatan Optimisme Masa

Depan Pada Mahasiswa. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- a) Persamaan : Kedua penelitian ini sama-sama meneliti tentang pengaruh psikodrama terhadap subjek yang sama pula, yakni mahasiswa.
 - b) Perbedaan : Penelitian tersebut menggunakan peningkatan optimisme masa depan sebagai objek penelitian, sedangkan penelitian ini membahas tentang pengaruh terhadap konsep diri.
4. Fredy Nugroho S. tt. Kontribusi Teater Kampus dalam Pendidikan Karakter Mahasiswa: Studi Kasus Teater Lingkar Fakultas Ilmu Budaya Universitas Brawijaya. *Jurnal Lensa: Kajian Kebahasaan, Kesusastraan, dan Budaya* Vol. 7 No. 1. Universitas Brawijaya Malang.
- a) Persamaan : Kedua penelitian ini sama-sama meneliti tentang pengaruh seni teater terhadap mahasiswa dan menggunakan mahasiswa sebagai subjek penelitian.
 - b) Perbedaan : Penelitian tersebut membahas tentang kontribusi atau pengaruh teater secara keorganisasian dan hubungan dalam kelompok, sedangkan penelitian ini memaparkan tentang pengaruh teater dari segi psikodrama. Penelitian tersebut juga menggunakan pendidikan karakter sebagai objek penelitian, sedangkan penelitian ini menggunakan konsep diri.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, yang memfokuskan diri pada makna, penalaran, definisi dari situasi tertentu, serta lebih banyak meneliti hal-hal yang berkaitan dengan keseharian, dengan proses penelitian dan pemahaman yang mengacu pada metodologi yang menyelidiki fenomena sosial dan masalah pada manusia dan kehidupannya.⁵⁰

Peneliti mencoba untuk memperoleh makna sebenarnya dari fokus permasalahan yang akan diteliti, yang dalam penelitian ini adalah konsep psikodrama pada proses seni teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa.

Penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang meneliti kondisi obyek alamiah yang berkembang secara natural dan apa adanya, tidak dimanipulasi (peneliti sebagai instrument kunci dimana tidak mempengaruhi dinamika obyek), menggunakan triangulasi (gabungan) sebagai teknik pengumpulan data, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian menekankan pada makna, tidak pada generalisasi.⁵¹

Menjadi sebagai sebuah instrumen, maka peneliti disini harus mempunyai bekal teori dan wawasan luas, sehingga mampu bertanya, menganalisis, memotret, dan

⁵⁰Iskandar, *Metodologi Penelitian Kualitatif Aplikasi Untuk Penelitian Pendidikan, Hukum Ekonomi Dan Manajemen, Sosial, Humaniora, Politik, Agama Dan Filsafat* (Jakarta : Gaung Persada Press, 2009), 11.

⁵¹Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: CV. Alfabeta, 2014), 1.

mengkonstruksi situasi sosial yang diteliti menjadi lebih jelas dan bermakna.

Penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan sifat-sifat suatu individu, gejala, keadaan, atau kelompok.⁵² Sedangkan menurut Nawawi, metode penelitian deskriptif juga menekankan pada masalah-masalah yang bersifat aktual dan menggambarkan fakta-fakta mengenai masalah yang diselidiki dengan tepat dan apa adanya diiringi dengan interpretasi rasional.⁵³

Nazir menjelaskan metode deskriptif sebagai satu metode dalam meneliti status kelompok manusia, suatu subjek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran, atau pun kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.⁵⁴

Selain itu, pada penelitian deskriptif ini menggambarkan suatu kondisi yang apa adanya dan tidak memberikan perlakuan, manipulasi, atau perubahan pada variabel-variabel yang diteliti. Perlakuan yang diberikan hanyalah penelitian itu sendiri, yang dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Mengacu pada rumusan masalah pada penelitian ini, maka peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan proses pengumpulan data melalui studi pustaka, observasi, wawancara, dan dokumen-dokumen pendukung. Penggunaan pendekatan ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku individu, peristiwa lapangan,

⁵²H Abdurrahman & Soejono, *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan* (Jakarta: Rineka Cipta), 22.

⁵³H Hadari Nawawi, *Metode Penelitian Deskriptif* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1983), 64.

⁵⁴Moh. Nazir, *Metode Penelitian*. Cetakan 6 (Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia, 2011), 52.

serta kegiatan-kegiatan tertentu secara terperinci dan mendalam.⁵⁵

B. Lokasi Penelitian

Lokasi yang menjadi objek penelitian bertempat di Sanggar Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Sekretariat Bersama UKM Gedung Fakultas Ekonomi dan Bisnis, dan Auditorium UIN Sunan Ampel Surabaya. Jl. A. Yani 117 Surabaya Jawa Timur. Peneliti memiliki fungsi peran dalam penggalian data langsung pada tempat subyek penelitian melakukan proses sesi konseling dan lokasi kedua sebagai tempat dimana pementasan Teater SUA digelar.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini ada dua yaitu:

a. Data Primer

Data primer didapatkan dari informasi yang diberikan oleh informan yang bersangkutan. Penelitian ini akan menghimpun data berupa hasil pra-test dan post test konsep diri subyek.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan sebuah data yang diperoleh dari pihak diluar subyek penelitian. Data sekunder berbentuk dokumentasi atau laporan diperoleh dari membandingkan buku-buku ilmiah yang erat kaitannya dengan masalah yang diajukan.

Peneliti ini mencari data sekunder melalui pengumpul data yang diperoleh dari dokumen, berupa foto, arsip surat, poster, buku agenda, catatan

⁵⁵Sanapiah Faisal, *Format-format Penelitian Sosial* (Jakarta: Rajawali Press, 1992), 18

kepengurusan, atau laporan-laporan rekam jejak yang dimiliki oleh UKM Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

2. Sumber Data

Sumber data adalah cara untuk memperoleh informasi mengenai subyek penelitian yang dapat berupa kata-kata dan tindakan.

a. Sumber data primer

Sumber data primer berupa informasi dan keterangan dari klien, yakni 5 orang subjek penelitian yang merupakan mahasiswa anggota Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Dalam penelitian ini peneliti menentukan informan dengan teknik *purposive sampling*, dimana sebuah teknik pengambilan sampel sumber data melalui beberapa pertimbangan tertentu. Selain itu individu-individu yang dipilih juga harus memenuhi kriteria berdasarkan skala variabel yang digunakan dalam penelitian ini.⁵⁶

Kriteria berdasarkan skala variabel yang ditentukan, yaitu: 1) merupakan anggota baru yang aktif, 2) tidak sedang mengikuti organisasi lain dalam kurun waktu penelitian, dan 3) rekam jejak di kelompok teater. Dari ketiga kriteria tersebut diperoleh dari studi pustaka data-data mengenai struktur organisasi, rancangan kegiatan, catatan, dan dokumentasi kegiatan.

b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari orang lain (diluar subyek) yang bertujuan untuk melengkapi data yang diperoleh dari

⁵⁶Lisa M. Given, *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods* (Thousand Oaks: Sage, 2008), hlm 697-698.

subyek penelitian. Peneliti mendapatkan data dari beberapa pekerja seni dan seniman teater kampus di dalam dan luar UKM Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi sebagai data penunjang.

D. Tahap-tahap Penelitian

Adapun penelitian ini dilakukan dengan tahap-tahap:

1. Merancang Penelitian

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menemukan fenomena sosial. Kemudian, peneliti merumuskan rancangan penelitian yang memuat latar belakang masalah, tujuan penelitian, rumusan masalah, definisi konsep, dan kerangka teori tentang konseling islam dengan psikodrama teater.

2. Menentukan Lapangan Penelitian

Peneliti memfokuskan penelitian di UKM Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang memiliki ruang lingkup sempit dan mudah dijangkau.

3. Mengurus Perizinan

Peneliti memberikan penjelasan maksud dan tujuan peneliti dalam melakukan penelitian, memberikan surat izin penelitian kepada objek penelitian, kemudian mendapatkan izin melakukan penelitian dan melakukan pencarian data dari sumber yang sudah ditentukan di UKM Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

4. Memasuki Lapangan

Pada tahapan ini, peneliti mulai melakukan penelusuran, melihat keadaan, dan menggali data di lapangan, yang berkaitan dengan model psikodrama pada teater. Peneliti juga melakukan kajian lebih mendalam (triangulasi) mengenai teori-teori konseling islam dengan model psikodrama teater agar dapat lebih mudah memahami keadaan di lapangan.

5. Menentukan Informan

Informan adalah orang-orang yang berada dalam latar penelitian, memiliki fungsi untuk memberikan keterangan mengenai situasi dan kondisi latar penelitian, dan data-data atau informasi yang dibutuhkan mengenai permasalahan yang akan dibahas.

6. Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Perlengkapan yang dibutuhkan adalah alat tulis, kamera (baik kamera ponsel atau digital), dan perekam suara. Peneliti menggunakan ponsel untuk merekam dan mendokumentasikan sumber data penelitian seperti contoh inventaris, observasi, data wawancara, dll. Alat tersebut untuk membantu peneliti dalam mengumpulkan data, melengkapi kelengkapan untuk mendapatkan informasi yang sebanyak mungkin mengenai Psikodrama Teater.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yaitu sebagai berikut :

1. Skala Psikologi

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat konsep diri positif yang dimiliki oleh subjek adalah dengan menggunakan *Tennessee Self concept Scale* (TSCS) yang dikembangkan oleh William H. Fitts pada tahun 1965 dan telah diadaptasi dan dikembangkan oleh Sri Rahayu Partosuwido, dkk di Indonesia pada tahun 1979, dari Universitas Gajah Mada, Yogyakarta. *Tennessee Self concept Scale* (TSCS) adalah sebuah alat untuk mengukur konsep diri secara umum yang berada dalam rentang usia 12 tahun ke atas. Alat ukur *Tennessee Self Concept Scale* (TSCS) ini dapat diberikan secara individual maupun kelompok. Peneliti juga telah memodifikasi alat ini dengan

mengubah beberapa kata “tidak” dengan tidak mengubah arti dari setiap pernyataan dan menyesuaikan dengan situasi dan kondisi di lokasi penelitian.

Alat ukur *Tennessee Self Concept Scale* (TSCS) terdiri dari 100 (seratus) item pernyataan, dengan 90 (sembilan puluh) item pernyataan digunakan untuk mengukur tingkat konsep diri positif yang dimiliki oleh seseorang, dan 10 item pernyataan digunakan untuk mengukur tingkat derajat keterbukaan untuk mengakui dan menerima kritik terhadap dirinya (kritik diri) yang diperoleh berdasarkan skala L dari *Minnesota Multiphasic Personality Inventory* (MMPI).

Dalam alat ini digunakan 90 (sembilan puluh) pernyataan dalam alat ini digunakan untuk mengukur tingkat konsep diri positif seseorang yang merupakan kombinasi dari duadimensional meliputi satu *subself* dari dimensi (*identity, judging, danbehavioral*) serta satu *subself* dari dimensi eksternal (*physical, moral-ethical, personal, family, dan social*). Dengan demikian pernyataan dari TSCS berjumlah 100 buah. Dari gabungan kedua dimensi tersebut didapatkan 15 (limabelas) kombinasi yang masing-masing diwakili oleh 6 (enam) butir item. Kombinasi-kombinasi tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1
Kombinasi Subdimensi dalam Konsep Diri

Eksternal	Intenal
	<i>Physical – Identity</i>
	<i>Moral ethical – Identity</i>
	<i>Personal – Identity</i>
	<i>Family – Identity</i>
	<i>Social – Identity</i>

Skor kritik diri yang diperoleh dari 10 item pernyataan kritik diri menunjukkan tingkat *defensiveness* seseorang atau bagaimana ia berusaha untuk memunculkan kesan yang baik tentang dirinya. Apabila skor kritik diri rendah, maka sejalan dengan adanya tingkat *defensive* atau menolak diri yang tinggi. Berdasarkan perhitungan persentil, maka skor kritik diri yang optimal adalah antara persentil 50% dan persentil 99%.

Setiap item memiliki alternatif jawaban yang menunjukkan derajat kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan diri subjek. Penilaian pada masing-masing jawaban subyek penelitian adalah :

Tabel 3.2
Norma skor dalam TSCS

Item Positif		Item Negatif	
Jawaban	Skor	Jawaban	Skor
SS	5	SS	1
S	4	S	2
TP	3	TP	3
TS	2	TS	4
STS	1	STS	5

Keterangan :

SS = Sangat sesuai

S = Tidak sesuai

TP = Tidak pasti

TS = Tidak sesuai

STS = Sangat tidak sesuai

Skor total yang diperoleh subjek dari 90 item merupakan nilai konsep diri dari subjek tersebut. Skor total menunjukkan tingkat konsep diri yang dimiliki

oleh subjek yang berarti semakin tinggi skornya, maka semakin positif konsep diri yang dimiliki oleh subjek. Skor konsep diri ini juga harus diimbangi dengan perolehan skor untuk kritik diri. Jika skor kritik diri dibawah persentil 50% atau di bawah skor 25, maka sudah dipastikan subjek yang bersangkutan memiliki tingkat *devensiveness* yang tinggi atau dengan kata lain subjek berusaha untuk memunculkan kesan baik mengenai dirinya.

Dalam penelitian ini, instrumen penelitian yang digunakan tidak melakukan uji coba terlebih dahulu dan langsung menggunakan item-item yang valid sebagai data penelitian, dengan alasan instrumen yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya oleh tim dari Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada pada Tahun 1979. Selanjutnya instrumen ini sudah layak untuk mengungkap konsep diri seseorang dan sudah dilakukan untuk beberapa penelitian skripsi, diantaranya oleh Amaliah pada tahun 2012 (Universitas Indonesia), Beta Adistiana Pradnya pada tahun 2008 (Unika Atma Jaya), dan beberapa penelitian lainnya.

Tabel 3.3
Kisi-kisi Instrumen Konsep Diri Positif
(*Tennessee Self Concept Scale*)

Variabel				
Konsep Diri Positif	Dimensi Eksternal	Identitas	Penerimaan	Tingkah Laku
	Dimensi Internal			
	Fisik	(+) : 1,2,3 (-) : 4,5,6	(+) : 7,8,9 (-) : 10,11,12	(+) : 13,14,15 (-) : 16,17,18

Moral-etik	(+) :	(+) :	(+) :
	19,20,21	25,26,27	31,32,33
Personal	(-) :	(-) :	(-) :
	22,23,24	28,29,30	34,35,36
Keluarga	(+) :	(+) :	(+) :
	37,38,39	43,44,45	49,50,51
Sosial	(-) :	(-) :	(-) :
	40,41,42	46,47,48	52,53,54
Kritik Diri	(+) :	(+) :	(+) :
	55,56,57	61,62,63	67,68,69
Kritik Diri	(-) :	(-) :	(-) :
	58,59,60	64,65,66	70,71,72
Kritik Diri	(+) :	(+) :	(+) :
	73,74,75	79,80,81	85,86,87
Kritik Diri	(-) :	(-) :	(-) :
	76,77,78	82,83,84	88,89,90
Kritik Diri	(-) 91,92,93,94,95,96,97,98,99,100.		

2. Observasi

Merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan apabila sesuai dengan tujuan, telah direncanakan, dan dilakukan pencatatan secara sistematis dan mampu mengontrol kendala (reliabilitas) dan keasliannya (validitas) dengan pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti.⁵⁷ Adapun dalam penelitian ini, lebih khusus pada penelitian psikodrama seni teater di UKM Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

3. Wawancara

Wawancara merupakan teknik dengan melakukan percakapan tanya jawab yang telah disusun dengan maksud tertentu dan dilakukan oleh dua belah pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan narasumber yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang bertujuan untuk mengkonstruksi

⁵⁷Husaini Husman, *Metode Penelitian Sosial* (Jakarta : Bumi Aksara, 1996), 54.

tentang individu, kejadian, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian, dan lain-lain.⁵⁸ Peneliti akan memperoleh kesan pribadi dan memperoleh data sebanyak mungkin dan lebih mendalam dari informan, mendapatkan data tambahan yang diperlukan selain dari observasi.

Peneliti akan melakukan wawancara dengan 5 orang subyek penelitian yang merupakan anggota sekaligus pengurus, sutradara, dan ketua UKM Teater Sua Surabaya dan mewawancarai mengenai psikodrama seni teater.

4. Dokumentasi

Dokumentasi adalah sumber data atau informasi yang dihasilkan yang kemudian dicatat atau direkam dan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan mengumpulkan data-data tertulis mengenai penelitian yang berupa catatan, buku agenda, dan lain-lain.⁵⁹ Data penelitian yang diperoleh dari dokumentasi tentang gambaran umum obyek penelitian yang meliputi psikodrama seni teater, proses, pelaksanaan, dan segala dokumen yang mendukung masalah penelitian ini, meliputi data keanggotan, buku agenda, rekam jejak, dan catatan kepengurusan.

F. Teknik Validitas Data

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat mempengaruhi pengumpulan data, yang bertujuan untuk berorientasi pada situasi dan memastikan konteks di dalam

⁵⁸Lexy J. Moleong, *Metodologi penelitian Kualitatif* (Bandung, PT remaja Rosdakarya, 2013), 186.

⁵⁹Nur Syam, *Metode Penelitian Ilmu Dakwah* (Solo : CV. Romadhoni, 1991), 109

penelitian telah dihayati dan dipahami lebih dalam. Oleh karena itu seharusnya perpanjangan keikutsertaan tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan waktu pada latar penelitian, dimana peneliti akan lebih banyak mempelajari kebudayaan, menguji kebenaran informasi yang diperkenalkan oleh distorsi, dan membangun kepercayaan subjek.⁶⁰

2. Triangulasi

a. Triangulasi Sumber

Peneliti melakukan triangulasi sumber pada badan pengurus harian, yang terdiri bupati, bendahara, sekretaris, pengurus lainnya, dan bupati demisioner UKM Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi selaku penasihat. Triangulasi sumber adalah teknik validitas data dengan jalan mengecek data yang didapatkan dari beberapa sumber untuk menguji kredibilitas data.

b. Triangulasi Teknik

Triangulasi teknik merupakan teknik validitas data dengan mengecek kepada sumber yang sama dengan teknik berbeda, misalnya dengan pengamatan, wawancara, kemudian pengecekan dokumentasi, untuk menguji data kredibilitas atau tidak. Apabila hasilnya berbeda, peneliti akan kembali melakukan diskusi untuk memastikan mana yang dianggap benar pada subyek penelitian atau pihak lain yang bersangkutan.

c. Triangulasi Waktu

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan

⁶⁰Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 328.

teknik wawancara di pagi hari pada saat nara sumber terlihat segar, belum banyak masalah, maka akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian validitas data dilakukan dengan melakukan pengecekan dalam waktu dan situasi yang berbeda. Jika hasil uji yang didapatkan berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sampai ditemukan data yang lebih pasti dan konkret.⁶¹

3. Ketekunan Pengamatan

Teknik pemeriksaan keabsahan data yang menyediakan kedalaman dengan mencari interpretasi, usaha membatasi berbagai pengaruh, apa yang dapat diperhitungkan dan tidak, dengan berbagai cara secara konsisten dalam kaitannya dengan proses analisis yang tentatif dan konstan, dengan maksud menemukan karakteristik dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari, kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.⁶²

4. Pemeriksaan Sejawat Melalui Diskusi

Teknik pemeriksaan ini dilakukan dengan cara mengekspos hasil yang diperoleh dalam bentuk diskusi analitik dengan rekan sejawat menurut persoalan-persoalan yang diberkaitan dengan teori substantif, metodologi, hukum dan peraturan, etika, dan lain-lain yang relevan yang menjadi acuan bagi klarifikasi penafsiran dan bertujuan membuat peneliti mempertahankan sikap jujur dan saling terbuka dan

⁶¹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012). 274.

⁶²Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 328.

memberikan kesempatan awal untuk menguji hipotesis kerja yang muncul dari pemikiran peneliti.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis kualitatif deskriptif peneliti gunakan untuk menguraikan data yang bersifat kualitatif dengan cara mendeskripsikan dan menafsirkan, melalui tahap-tahap :

1. Mengumpulkan data sebanyak-banyaknya dari berbagai sumber dengan teknik wawancara, observasi, skala psikologi, dan dokumentasi.
2. Mengkategorisasikan subjek
 - a) Kategori konsep diri positif

Peneliti mengelompokkan data tingkat konsep diri subjek penelitian secara umum dengan mengelompokkan tingkat konsep diri mahasiswa ke dalam lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Kategori ini disusun berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (*ordinal*), yang bertujuan menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan sribut yang diukur. Dalam penelitian ini, kontinum jenjang yang digunakan adalah sangat tinggi sampai sangat rendah. Analisis data penelitian ini menggunakan uji kategorisasi dengan memakai rumus sebagai berikut:

Tabel 3.4
Kategorisasi Konsep Diri

Rumus	Kategori
$\mu+1,5\sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu+0,5\sigma < X \leq \mu+1,5\sigma$	Tinggi
$\mu-0,5\sigma < X \leq \mu+0,5\sigma$	Sedang

$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5\sigma$	Sangat Rendah

Keterangan :

Skor maksimum teoritik : Skor tertinggi yang mungkin dicapai subjek dalam skala

Skor minimum teoritik : Skor terendah yang mungkin dicapai subjek dalam skala.

μ : Rata-rata teoritik dari skor item maksimum dan minimum

σ (standar deviasi) : Luas jarak rentang yang dibagi dalam 6 satuan deviasi standar.

Kategorisasi di atas dijadikan patokan/norma dalam pengelompokan tinggi rendahnya konsep diri positif mahasiswa. Selanjutnya kategorisasi tinggi rendahnya konsep diri positif subjek secara keseluruhan melalui perhitungan sebagai berikut:

Skor maksimum teoritik : $5 \times 100 = 500$

Skor minimum teoritik : $1 \times 100 = 68$

Luas jarak : $500 - 100 = 400$

Standar deviasi (σ/sd) : $400 : 6 = 66,7$

μ (mean teoritik) : $(500+100) : 2 = 300$

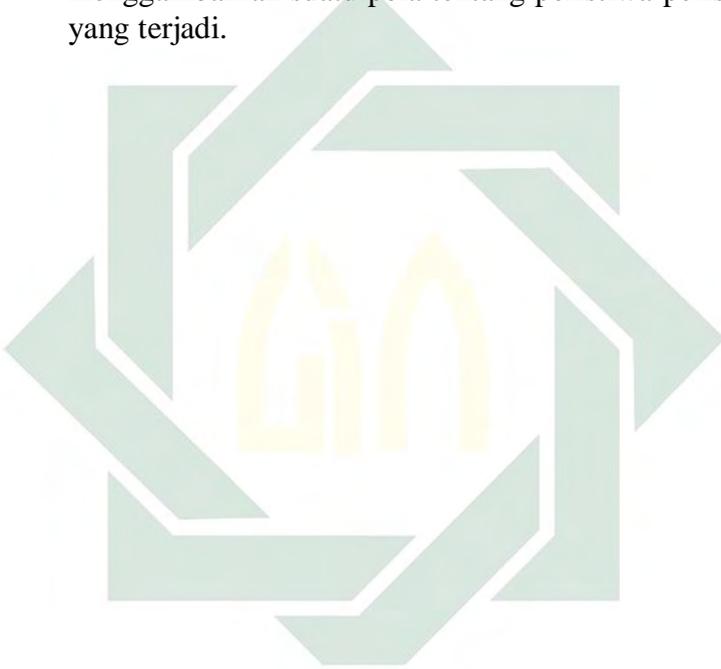
Tabel 3.5

Kategorisasi Tinggi Rendah berdasarkan rentang skor

Rumus	Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5\sigma < X$	400 - 500	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$	333 - 399	Tinggi
$\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$	266 - 332	Sedang
$\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$	199 - 265	Rendah

$X \leq \mu - 1,5\sigma$	≤ 198	Sangat Rendah
--------------------------	------------	---------------

3. Proses pemilihan transformasi data, atau data kasus yang muncul dari catatan lapangan.
4. Menginterpretasikan data
5. Kesimpulan, ini merupakan proses yang mampu menggambarkan suatu pola tentang peristiwa-peristiwa yang terjadi.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Sejarah dan Latar Belakang Teater Sua⁶³

Seiring berjalannya waktu, seni dan budaya semakin menunjukkan pengaruhnya terhadap kehidupan dunia. Perkembangan seni budaya berjalan seiring dengan perkembangan peradaban manusia, bahkan seni dan budaya telah menempatkan masyarakat pada status yang lebih tinggi. Banyak orang mengatakan bahwa peradaban manusia itu tercermin dari kebudayaan masyarakat itu sendiri. Artinya, seni dan budaya mempunyai peran penting dalam perkembangan peradaban dunia.

Teater yang merupakan sebuah karya seni dan telah menjadi sebuah ilmu yang dipelajari, diajarkan dan dianalisis, sementara itu teater sendiri harus tumbuh berkembang mengalir disetiap kreativitas seni budaya di sepanjang masa. Melihat begitu besarnya cakupan pembahasan teater dari berbagai seni budaya, yang harus diingat oleh setiap individu seniman teater adalah, setiap manusia diciptakan dengan potensi uniknya masing-masing.

Sebuah karya seni merupakan hasil dari proses pembacaan terhadap situasi dan kondisi yang terjadi di tengah-tengah masyarakat. Berbagai kejadian sosial, ekonomi, politik yang terjadi merupakan fenomena yang patut untuk ditarik kepermukaan sebagai basis material, dimanifestasikan dalam sebuah proses karya kreatif yang mampu memberikan pencerahan sosial.

⁶³Dokumen Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

Namun akhir-akhir ini terjadi penurunan kuantitas dan kualitas sumberdaya manusia di bidang kesenian itu sendiri. Ketidaktahuan atau minimnya pengetahuan akan seni menjadi sebab kurangnya daya kreatifitas yang sering berujung pada hilangnya semangat dalam aplikasi berkesenian, dan hal itu menyebabkan degradasi dalam perkembangan kesenian itu sendiri yang notabenenya sebagai pembawa peradaban baru di muka bumi ini.

Diilhami oleh kesadaran akan pentingnya sebuah proses dalam berkesenian, UKM Teater SUA pun didirikan pada tanggal 22 September 1989 dengan nama SEDAP (Seniman Dakwah Persuasif). Dalam perjalanan selanjutnya, pada tanggal 23 September 1997 nama kelompok ini dirubah menjadi SUA (berjumpa, bertemu, Sunan Ampel). Pergantian nama ini diputuskan dengan pertimbangan adanya kelompok teater yang terlebih dahulu menggunakan nama yang sama, dan akhirnya nama SUA digunakan hingga sekarang.⁶⁴

2. Visi dan Misi

Visi : Mengembangkan seni dan budaya di lingkungan fakultas dakwah khususnya, serta pada bangsa Indonesia pada umumnya.

Misi : Memasyarakatkan teater, mencetak seniman dan seniwati yang bertanggung jawab pada Tuhan YME, manusia serta alam semesta.⁶⁵

⁶⁴Dokumen Laporan Pertanggung Jawaban (LPJ) Kepengurusan Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

⁶⁵AD/ART Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

3. Fungsi

UKM Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi berfungsi sebagai wadah berkumpulnya mahasiswa yang memiliki jiwa kesenian untuk pengembangan wawasan berkesenian, pengabdian almamater, dan masyarakat serta sebagai wadah penyalur peningkatan belajar kesenian anggota pada khususnya dan masyarakat pada umumnya.

4. Bentuk Kegiatan

Secara umum kegiatan UKM Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi dibagi menjadi 3 bagian yang berdasarkan atas pembagian divisi dan staf-staf teater SUA Surabaya. Adapun kegiatan-kegiatannya antara lain :

a) Pelatihan dan Pengembangan

Bentuk pelatihan terbagi dalam latihan harian, mingguan, bulanan, dan tahunan, serta latihan dalam rangka menyambut moment-moment tertentu untuk pementasan, diantaranya sbb :

- 1) Pelatihan Keaktoran dan Keteateran
- 2) Pelatihan Lighting
- 3) Pelatihan Artistik
- 4) Pelatihan Seni Rupa
- 5) Pelatihan Tari dan Musik
- 6) Latihan Bersama (antar teater dalam kampus maupun luar kampus)
- 7) Kajian Sastra dan Kepenulisan

b) Kekaryaannya

Kekaryaannya merupakan hasil karya kreatif anggota-anggota Teater Sua dan juga hasil dari pelatihan-pelatihan yang dilaksanakan, baik berupa sastra, seni rupa, tari, dan musik, dan juga karya pementasan. Adapun pementasan yang dilakukan sepanjang tahun oleh Teater SUA, antara lain :

- 1) Pentas *Show Force*
- 2) Pentas Keliling
- 3) Pentas *Study*
- 4) Pentas Padhang Bulan
- 5) Performance Art
- 6) Pentas Undangan atau *happening Art*
(berdasarkan momen-momet tertentu).

c) Cinematografi

Cinematografi merupakan sebuah inovasi baru bagi Teater SUA untuk memperdalam kreatifitasnya dibidang seni peran. Adanya Prodi Komunikasi di Fakultas Dakwah adalah bentuk motivasi Teater SUA dalam meprogramkan cinematografi.

Ada beberapa agenda yang dilaksanakan dalam program ini, diantaranya adalah :

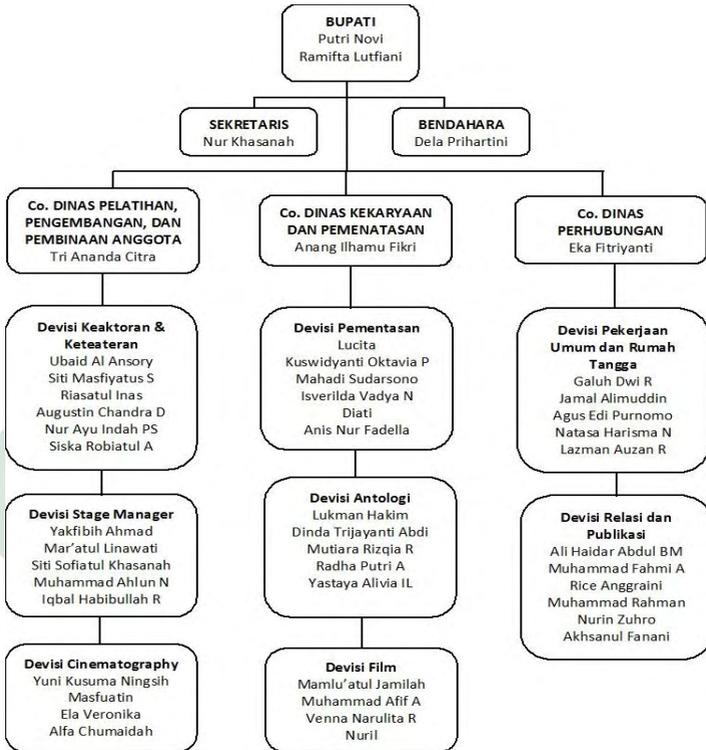
- 1) Pengembangan wacana tentang cinematografi
- 2) Workshop
- 3) Pameran Foto
- 4) Apresiasi Film
- 5) Proses Pembuatan Film⁶⁶

5. Struktur Pengurus Teater Sua Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Periode 2020

Susunan Pengurus UKM Teater SUA Surabaya Periode 2020-2021 :

⁶⁶Kegiatan tersebut secara global dan sudah di Dokumen Profil Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Gambar 4.1.
Struktur Kepengurusan Teater SUA



6. Anggota Aktif

Tabel 4.1
Jumlah Anggota Aktif Teater SUA

No.	Anggota Aktif (Angkatan)	Jumlah
1.	2014	3
2.	2015	5
3.	2016	10
4.	2017	18

5.	2018	8
6.	2019	22
Jumlah Total		66 orang

Sumber : Wawancara kepada Bupati dan Sekretaris Umum Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi

7. Inventaris

Naskah yang pernah dipentaskan oleh Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi terhitung mulai tahun 2014 sampai 2019 adalah sebagai berikut :

- a) Teka-Teki karya Nyunyus
- b) Kenang karya Hh. Imam
- c) Malam Jahannam karya Motinggo Busye
- d) Lena Tak Pulang karya Muram Batubara
- e) Come and Go karya Samuel Becket
- f) Sakit Tapi Tidak berdarah karya Murdin
- g) Vertikal-Horizontal karya Hh. Imam
- h) Puisi Kau Bagaimana atau Aku Harus Bagaimana karya Gusmus (di adaptasi menjadi Naskah Perform)
- i) Aeng karya Putu Wijaya.
- j) Tikus karya Ubaid
- k) Mak Cong karya Adib
- l) Dilarang Menyanyi di Kamar Mandi karya Gusmel
- m) Sayang Ada Orang Lain karya Utuy Tatang Sontani
- n) M karya Jalak
- o) Saksi Mata karya Seno Gumira Ajidarma (adaptasi dari kumpulan cerpen berjudul sama).
- p) Kudeta karya Joned Suryatmoko
- q) Tasek karya Yanda & Lucita
- r) Jalan Lain karya Putri Novi
- s) Baridin dan Ratminah (Naskah cerita rakyat Cirebon)
- t) Jupri & Juleha karya Sihabuddin
- u) Misteri Harta Karun karya Dolfry Indah Suri

v) Ciloko karya Jalak⁶⁷

8. Deskripsi Subyek Penelitian

Peneliti memilih sebanyak 5 (lima) orang informan anggota di UKM Teater SUA sebagai subyek penelitian, yaitu :

Tabel 4.2
Daftar Nama Informan

Nama	Jabatan
Masfu'atin	Anggota angkatan '19
Muhammad Rahman	Anggota angkatan '19
Isverilda	Anggota angkatan '19
Lazman Auzan Rasib	Anggota angkatan '19
Augustin Chandra	Anggota angkatan '19

Identifikasi diri subyek adalah sebagai berikut :

- a) Masfu'atin, menjadi anggota Teater SUA angkatan 2019. Saat ini menjabat sebagai pengurus Dinas Pelatihan Devisi Cinematography. Di dalam naskah berperan sebagai Warga Desa.

Nama Lengkap : Masfu'atin

Tempat Tanggal Lahir : Gresik, 5 Desember
2000

Tempat Asal : Gresik

Jurusan : Komunikasi dan
Penyiaran Islam

Jumlah Saudara/Anak Ke: 5/6

Tinggi badan : 157 cm

Berat Badan : 45 kg

⁶⁷Masih banyak naskah yang sudah dipentaskan selama tahun tersebut namun dalam bentuk kecil seperti perform art atau pentas undangan, yang tanpa menggunakan menejemen produksi yang besar. Peneliti menghimpun data naskah melalui wawancara kepada ketua umum Teater SUA Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

- b) Muhammad Rahman, menjadi anggota Teater SUA angkatan 2019. Saat ini menjabat sebagai pengurus Dinas Perhubungan Devisi Relasi dan Publikasi. Di dalam naskah berperan sebagai Wahyu.

Nama Lengkap : Muhammad Rahman

Tempat Tanggal Lahir : 30 Agustus 2000

Tempat Asal : Tenggilis Mejoyo
Surabaya

Jurusan : Ilmu Komunikasi

Jumlah Saudara/Anak Ke: 1/2

Tinggi badan : -

Berat Badan : 60kg

- c) Isverilda Vadya Novira, menjadi anggota Teater SUA angkatan 2019. Saat ini menjabat sebagai pengurus Dinas Kekayaan Devisi Pementasan. Di dalam naskah berperan sebagai Badarawuhi.

Nama Lengkap : Isverilda Vadya Novira

Tempat Tanggal Lahir : Gresik, 02 November
2000

Tempat Asal : Gresik

Jurusan : Bimbingan dan
Konseling Islam

Jumlah Saudara/Anak Ke: 2/1

Tinggi badan : 161 cm

Berat Badan : 50 kg

- d) Lazman Auzan Rasib angkatan 2019. Saat ini menjabat sebagai pengurus Dinas Perhubungan Devisi Pekerjaan Umum dan Rumah Tangga.

Nama Lengkap : Lazman Auzan Rasib

Tempat Tanggal Lahir :

Tempat Asal : Jakarta

Jurusan : Ilmu Komunikasi

Jumlah Saudara/Anak Ke:

Tinggi badan :

- Berat Badan :
- e) Augustin Chandra angkatan 2019. Saat ini menjabat sebagai pengurus Dinas Pelatihan Devisi Keaktoran Keteateran.
- Nama Lengkap : Augustin Chandra Dewi
- Tempat Tanggal Lahir : Sidoarjo, 15 Agustus 2001
- Tempat Asal : Sidoarjo
- Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
- Jumlah Saudara/Anak Ke: 3/1
- Tinggi badan : 150 cm
- Berat Badan : 41kg

B. Penyajian Data

Berdasarkan fokus penelitian dan rumusan masalah, berikut data-data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi mengenai proses konseling islam model psikodrama teater dalam membentuk konsep diri mahasiswa anggota Teater SUA Surabaya.

1. Data Pra-test Subjek

Sebelum memulai proses konseling, peneliti melakukan pengambilan data konsep diri subjek melalui angket *Tennesse Self Concept Scale* (TSCS) dan wawancara. Terhimpun data-data sebagai berikut :

Tabel 4.3
Hasil Pra-test TSCS

No	Nama	Hasil	Kategori
1	Masfu'atin	332	Sedang
2	Isverilda Vadya Novira	352	Tinggi
3	M. Rahman	344	Tinggi
4	Lazman Auzan Rasib	299	Sedang
5	Augustin Chandra	301	Sedang

Skor Rata-Rata	325,6
-----------------------	--------------

Hasil test ini diperkuat dengan wawancara dan observasi peneliti pada masing-masing subjek penelitian. Berdasarkan wawancara dan observasi tersebut, diperoleh hasil bahwa beberapa konseli masih belum mampu mengenal diri, kelebihan, kelemahan, kestabilan diri yang buruk, dan ketidakpercayaan diri atas kemampuan dan apa yang dimiliki. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri para subjek masih negatif.

2. Proses Konseling Islam dengan Model Psikodrama

a. Fase pemanasan (*warm up*)

Fase ini ditandai dengan sutradara atau direktur memastikan diri telah siap untuk memimpin grup dan anggotanya juga siap untuk dipimpin. Proses ini melibatkan kedua aktivitas verbal ataupun nonverbal yang dirancang menempatkan orang-orang dalam suatu frame pemikiran yang tepat untuk menjalankan psikodrama dan dalam saat yang bersamaan membangun rasa kepercayaan dan atmosfer spontanitas.

Setelah aktivitas-aktivitas ini, grup secara keseluruhan akan ikut serta dalam latihan berperan, metode menguasai pancaindera (*sensory awareness method*) atau penggambaran terpandu (*guided imagery*), dan teknik-teknik lainnya.

Penelitian dimulai dengan diskusi antara peneliti dan sutradara dari Teater SUA, yakni Putri Novi Ramifita L. Pelatihan dilakukan oleh sutradara, Tim Dinas Pelatihan Teater SUA, dan peneliti sebagai asisten sutradara sekaligus konselor yang bertindak dalam proses model konseling Psikodrama.

Pimpinan Produksi, Aktor atau Pemain, Naskah, Sutradara, dan Tim Artistik merupakan inti dari proses

produksi pementasan teater. Dalam pementasan, pimpinan produksi yang menaungi bagian non-artistik. Sedangkan sutradara adalah pihak yang menangani hal-hal yang berkaitan dengan artistik.

Seperti yang dipaparkan oleh Putri Novi, selaku anggota aktif Teater SUA angkatan 2017 sebagai sutradara dalam penelitian ini sekaligus Bupati Teater SUA yang menjabat pada periode 2020/2021.

“Jadi di teater itu ada yang namanya manajemen pementasan mbak. Ada tingkatan-tingkatan koordinasi tergantung jabatannya masing-masing. Untuk produksi ini kita pake sistem yang agak beda. Biasanya kan yang paling atas itu ada Pimpinan Produksi, disusul bawahnya ada sutra.dara dan *stage manager*. Tapi sekarang kita lebih rinci, jadi ada produsernya juga alias ketua acara, tetap ada pimpinan produksi itu yang ngatur bagian pementasannya.”⁶⁸

Keduanya dipilih melalui kesepakatan dalam forum yang sudah disiapkan oleh pengurus Teater Sua Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Peneliti yang dalam hal ini berperan sebagai astrada (asisten sutradara) melakukan pembentukan konsep dan program latihan dan mengintegrasikannya dengan proses latihan teater serta penyesuaiannya dengan tahapan-tahapan proses konseling islami dengan teknik psikodrama bersama dengan sutradara.

Program pelatihan teater pada umumnya paling tidak dijalankan selama enam minggu. Materi pengantar teater yang disajikan antara lain :

a) Sejarah teater.

⁶⁸ Wawancara dengan Putri Novi pada 25 Januari 2020.

- b) Penulisan naskah drama.
- c) Penulisan kritik teater.
- d) Meditasi dan Konsentrasi
- e) Seni peran, olah vokal, dan olah tubuh.
- f) Make up dan tata busana (*wardrobe*).
- g) Irama, tata suara, dan musik.
- h) Artistik teater (setting panggung dan properti) dan pencahayaan (*lighting*).
- i) Manajemen pementasan.
- j) Manajemen produksi.
- k) Penyutradaraan.
- l) Pendalaman dan pelatihan.

Setelah mendapatkan materi pengantar teater yang disajikan dalam Latam (Latihan Alam) 1 dan Pengukuhan, seluruh anggota Teater SUA berkumpul untuk menggagas pementasan dan mendiskusikan naskah pementasan. Peneliti juga turut terlibat dalam diskusi tersebut. Dengan model diskusi yang dilakukan bersama-sama oleh setiap elemen pementasan, setiap anggota dapat bebas berargumen terkait dengan pemilihan naskah dan perencanaan pementasan. Berdasarkan hasil keputusan, dipilihlah naskah Ciloko karya Imam Jalak sebagai naskah yang akan dipentaskan.

Pertimbangan peneliti yang dilakukan atas pemilihan naskah tersebut adalah karena adanya beberapa penokohan sebagai mahasiswa yang dalam hal ini sesuai dengan *setting* latar subjek saat ini, yaitu Widya, Ayu, Nur, Bima, Wahyu dan Anton, serta amanat pesan moral dalam naskah yang sesuai dengan tujuan dari proses konseling, yakni pembentukan konsep diri mahasiswa.

Naskah Ciloko karya Imam Jalak SUA diadaptasi dari cerita yang sempat *viral* dari media sosial berjudul

KKN Desa Penari, dimana menceritakan tentang mahasiswa-mahasiswa semester akhir yang tengah menjalani Kuliah Kerja Nyata (KKN) di sebuah desa yang tidak mereka ketahui. Mereka mendapatkan sebuah akibat buruk dari perilaku tidak baik yang mereka lakukan selama melakukan kegiatan KKN di desa yang bukan merupakan tempat tinggal mereka.

Dikutip dari cuplikan naskah ciloko yang berisi amanat dan pesan moral,

“Sengkolo iku tumeko marang wong kang ora duweni toto kromo. Menungso keblinger nikmate ndunyo tumindak olo ora rumongso. Agawe duso semeno-meno mergo rumongso rojone dunyo. Ingsun Badarawuhi penguoso alas nuswantoro ora terimo menungso agawe cidro ngowah-ngowahi adat ngelanggar tatanan deso. Wong kang nuruti nafsu beloko bakale ciloko!”

“Sengkala itu akan datang pada orang yang tidak mempunyai tata krama. Manusia terlena dengan nikmat dunia, tidak sadar ketika ia melakukan perbuatan tercela. Berbuat dosa sesuka hati karena merasa yang memiliki dunia. Aku Badarawuhi, penjaga alas nusantara ini tidak terima, manusia membuat kerusakan mengobrak-abrik adat dan melanggar peraturan desa. Orang yang hanya menuruti nafsunya akan celaka!”

Setelah naskah ditentukan, proses selanjutnya adalah *casting*. *Casting* adalah proses pemilihan aktor untuk menentukan aktor yang paling sesuai berdasarkan peran, karakter, kecocokan fisik, kepribadian, dan kemampuan melakonkan peran dengan baik melalui seleksi yang dilakukan oleh sutradara dan astrada.

Seperti yang dijelaskan oleh Putri selaku sutradara,

“Casting itu fungsinya buat milih aktor mbak. Ben sesuai karakter e antara tokoh seng dimainkan sama aktornya. Sebenarnya lek gak sesuai gak apa-apa sih, cuma ya nanti prosesnya lebih lama apalagi seng main anak-anak baru”⁶⁹

Dari proses *casting*, didapatkan aktor Masfu’atin sebagai warga desa, Isveril Vadya Novira sebagai Badarawuhi, Muhammad Rahman sebagai Wahyu, Lazman Auzan Rasib sebagai Anton, dan Augustin Chandra sebagai Penari 1.

Setelah struktur terbentuk, maka semua elemen harus beradaptasi dengan hal-hal yang berkaitan dengan proses produksi, mulai dari naskah, artistik, aktor, *crew*, jadwal latihan, tempat, dan bentuk komunikasi. Adaptasi inilah yang termasuk ke dalam fase *warm up* psikodrama. Augustin menjelaskan bahwa proses yang dijalannya sebagai aktor adalah ia harus beradaptasi dengan naskah, sutradara, dan properti, juga lawan main. Ia berusaha menyatukan diri, sering berkomunikasi dengan sutradara dan aktor lain, mencari referensi, memahami makna dan kata-kata, dan mencoba bagaimana cara berinteraksi dengan panggung dan penonton sebagai pencerita. Dengan melalui proses menghafalkan naskah, interaksi dengan lawan main, latihan, mental dan lainnya, ia mengembangkan diri sebagai aktor.

“Proses Ciloko... yang pasti yang pertama itu kan bedah naskah, terus casting, karena kita kan prosesnya satu bulan toh mbak. Lebih pendek dari umumnya, jadi harus cepet-cepet dan latihan itu seminggu penuh, gitu. Nah

⁶⁹ Wawancara dengan Putri Novi pada 20 Oktober 2019

karena tokohku itu banyak nari, jadi aku fokusnya ke tari, cara make panggungnya gimana, ngatur posisinya gimana, terus cara ngatur ekspresi. Kan ada bagian ‘teriak’nya itu, cara teriak gimana, kalau bisa teriaknya yang bener-bener kayak orang kesakitan, mengekspresikan emosi saat itu. Terus habis itu ngepasin sama musik. Temen-temen yang aktor juga ngepasin tiktok nya, dialog, adegan per adegan.”⁷⁰

Gambar 4.2
Latihan koreografi tari



⁷⁰ Wawancara dengan Augustin Chandra pada 27 Januari 2020

Begitu pula Rahman yang memaparkan secara lebih rinci proses latihan yang dilakukannya,

“Proses latihan... mungkin latihan-latihan dasar, pertama meditasi konsentrasi. Gunanya agar kita lebih berkonsentrasi. Kadang mlayu-mlayu muteri UIN ambek olah vokal, agar kita gak ngos-ngosan. Suaranya juga biar lebih strong. Terus olah tubuh. Tujuannya supaya otot kita lebih lemes, biar gak kaku dan gerak tubuh kita biar lebih bepower. Lalu latihan naskah, masuk panggung. Tujuannya ya biar gak blocking.”⁷¹

Diantara uraian proses latihan yang dilakukan oleh subjek (aktor) adalah :

Tabel 4.4
Program sesi latihan

Latihan	Kegiatan	Waktu
Pemeranan 1	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pemanasan 2) Kesadaran ruang 3) Pemanasan kaki 4) Konsentrasi 5) Konflik 6) <i>Creative Imagery</i> 7) Melatih stamina nafas, irama, dan komunikasi-kerja sama. 8) Perkenalan 9) Merangkai kata, mencipta tema, dan bekerja sama. 	3,5 jam

⁷¹ Wawancara dengan M. Rahman 5 Desember 2019

	10) Latihan menulis naskah dan mementaskannya.	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Relaksasi 2) Tenaga dan stamina 3) Rasa irama, konsentrasi-disiplin, kerja sama. 4) Imajinasi, kerja sama, daya ingat. 5) <i>The magic shop</i> 6) Latihan menulis dan mementaskan 	4 jam
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Nomor-nomor 2) Evaluasi, mengulang nomor-nomor 3) Presentasi 4) <i>Sculpting</i> 	4,5 jam
Pemeranan 2	<ol style="list-style-type: none"> 1) Pengantar tentang pengetahuan teater, sejarah, teater masa kini, dan diskusi 2) Perkenalan 3) Pelatihan satu : Senam kreatif, pernapasan, membaca, observasi 4) Pelatihan dua : Irama dan musik, konsentrasi dan fokus, imajinasi, emosi dan ekspresi, presentasi observasi 5) Pelatihan tiga : Improvisasi, imajinasi, irama, menulis naskah drama pendek. 	4,5 jam

	6) <i>Soliloquy</i>	
	1) Antisipasi, kreativitas, imajinasi 2) Monodrama 3) <i>Multiple Double Technique</i>	inisiatif, dan
		1,5 jam
Pemeranan 3	1) Pemanasan	
	2) Sadar ruang	
	3) Imajinasi	
	4) Konflik	atau
	kesepakatan	
	5) Kerja sama	
	6) Stamina napas, komunikasi, kerja sama.	irama,
	7) Perkenalan	
	8) Konsentrasi (melalui angka)	
	9) Merangkai kata, mencipta tema, mengembangkan daya imajinasi, melatih kerja sama, menggali perbendaharaan kata.	
	10) Mengasah daya musikalitas	
	11) Mencipta imajinasi	
	12) Olah rasa	
	13) Olah vokal dan konsentrasi	
14) Musikalisasi gerak dan bunyi		
		1 minggu

	15) Imajinasi, kerja sama, ketelitian, konsistensi, dan akurasi	
	16) Gerak dalam sunyi	
Pemeranan 4	Latihan naskah 1) <i>Role Reversals</i> 2) Cermin 3) <i>Modelling</i> 4) Pengulangan latihan dasar	30 hari

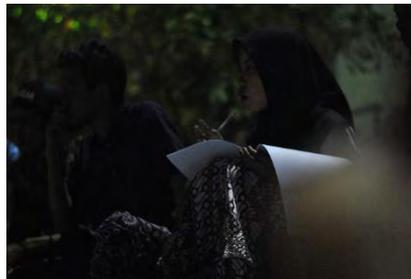
Tahapan selanjutnya adalah latihan dasar rutin dan latihan naskah. Aktor (subjek) melakukan latihan pengembangan karakter dan keaktoran yang meliputi :

- a) Melatih kelenturan otot-otot anggota tubuh
- b) Melatih pernapasan, bernapas dengan benar dan terkontrol berfungsi saat olah vokal dan pemupukan energi kreatif saat melakukan meditasi dan konsentrasi.
- c) Mengeja huruf hidup atau vokal.
- d) Melatih suara atau vokal, penguasaan alat ucap : mengeja, membaca, memahami, merasakan, mencipta.
- e) Membaca (*reading*) naskah, berfungsi untuk menempatkan pengucapan dan intonasi yang tepat sesuai dengan tujuan naskah.
- f) Mengasah daya penyampaian.
- g) Memahami pengertian dan perbedaan *suratan* dan *siratan*.
- h) Memperpeka daya penampilan (*appearance*).
- i) Mengetahui, mempelajari, dan memahami sejarah teater dan sejarah budaya.
- j) Menyerap pengetahuan umum.
- k) Presentasi, mengasah daya penyajian.

- l) Mengasah kemampuan menganalisis dan menyimpulkan.
- m) Mengetahui identitas tokoh yang akan diperankannya, meliputi usia, jenis kelamin, marital status, pendidikan, asal etnis-geografis, dan biografi.
- n) Mengetahui latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya, seperti cara bicara, logat, cara berpakaian, sikap, pandangan hidup, nilai moral/sosial budaya, dan segala atribut yang menyertainya.
- o) Mengetahui alasan dan tujuan keberadaan tokoh yang diperankan.
- p) Memperhatikan atau menyerap.
- q) Menganalisis dan menyimpulkan.
- r) Berbicara, mengutarakan perasaan, pikiran, dan pendapat.
- s) Konsentrasi dan fokus
- t) Observasi : lingkungan, suasana, waktu.
- u) Imajinasi : lingkungan, benda, suasana, waktu, peristiwa, kenangan.
- v) Penghayatan : bentuk, irama, ritme, tempo, rasa.
- w) Improvisasi : pemahaman, berkisah dengan cara yang berbeda.
- x) Pembangunan karakter peranan : analisis, peradeganan, jalinan, latar belakang, motivasi.

Gambar 4.3

Sesi *reading* dan bedah naskah



Dari sisi konseling Islami, peneliti yang juga sebagai konselor menyisipkan prinsip dan sisi-sisi keislaman ke dalam proses latihan, yakni ke dalam latihan meditasi, konsentrasi, fokus, dan pembangunan karakter. Pada akhir pementasan (saat sarasehan), peserta sarasehan juga turut mendiskusikan sisi religiusitas dari naskah dan pementasan secara keseluruhan. Yanda A. Muizzudin, bupati Teater SUA periode 2019/2020 yang saat itu masih menjabat juga turut melibatkan nilai-nilai keislaman dalam keseharian proses latihan.

“Mau gimanapun kita inikan orang Islam, arek UIN juga, apalagi di fakultas dakwah. Teater ini kan ada unsur-unsur dakwahnya juga toh mbak, cuma media penyampaiannya beda. Dalam pemilihan naskah pun kita juga kadang memperhatikan dari nilai-nilai atau pesan dakwahnya”⁷²

Proses latihan aktor dilakukan oleh sutradara dan astrada, dengan ditinjau oleh para *crew*, dan tak jarang juga beberapa senior (alumni Teater SUA). Di akhir latihan, seluruh elemen yang terlibat dalam latihan melakukan evaluasi. Satu per satu dari seluruh elemen pementasan, yakni sutradara, aktor, *crew*, dan peninjau masing-masing akan menyampaikan pendapat, saran, kritik, solusi, dan evaluasi dari keseluruhan proses latihan dari awal hingga akhir sesi latihan/pertemuan.

Isveril, aktor yang memerankan tokoh Badarawuhi turut pula menambahkan,

⁷² Wawancara dengan Yanda A. Muizzudin 17 Oktober 2019

“Kita itu kan disuruh observasi, observasi, observasi. Aku sudah menerapkan observasi itu diluar latihan, tapi pas nampilin didepan mereka (crew, aktor lain, senior, peninjau) itu kadang ragu, koyok ngene gak yo seng dimaksud sama sutradara, sama kru, sama yang lain?”⁷³

b. Fase tindakan (*action*)

Fase tindakan (*action*), bagian proses psikodrama ini melibatkan penampilan tokoh protagonis dengan masalah-masalahnya. Hal terpenting dalam fase ini adalah bahwa protagonist mengekspresikan emosi-emosi yang tertekan dan menemukan cara baru yang efektif untuk bertindak. Partisipan ditempatkan sebagai pemain pembantu yang bermain peranan atau menjadi benda yang signifikan lainnya dalam kehidupan tokoh protagonis sehingga ia mendapat bantuan untuk melewati situasi yang dibangun oleh sikap-sikap tambahan lainnya dan jawaban-jawaban behavioral.

Setelah proses latihan selama 1,5 bulan, empat (4) orang subjek melakukan pementasan berjudul Ciloko karya Jalak SUA bersama 9 aktor lain di Auditorium Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada 28 Oktober 2019 pukul 19.00 WIB. Pementasan berlangsung selama 95 menit dan disaksikan oleh 545 penonton umum.

⁷³ Wawancara dengan Isverilda Vadya pada 25 Januari 2020.

Gambar 4.4
Pementasan di Auditorium UIN Sunan Ampel
Surabaya



c. Fase integrasi (*integration*)

Fase ini juga disebut tahap diskusi dan penutupan (*closure*). Setelah tahap action, seorang tokoh protagonis menjadi bingung, lemah, dan membutuhkan dorongan. Untuk mendapatkan dorongan dan umpan balik (*feedback*) yang membangun tahap ini Sutradara harus memberi semangat kepada grupnya sebanyak mungkin. Umpan balik awalnya berfokus pada afektif, kemudian intelektual, dan aspek-aspek pertunjukan. Melewati akhir dari beberapa aspek-aspek kognitif yang telah dialami itu akan lebih berhasil untuk diekspresikan. Penyelesaian tahap ini menitik beratkan dalam memahami dan mengintegrasikan sehingga tokoh protagonis dapat berakting berbeda jika situasi-situasi yang sama terjadi.

Dalam tradisi pementasan teater, utamanya teater kampus, para pelaku teater melakukan kegiatan

sarasehan setiap kali pementasan selesai digelar. Sarasehan atau simposium adalah pertemuan atau diskusi yang diselenggarakan dimana orang-orang yang menghadiri akan mendengarkan pendapat (prasaran) para ahli mengenai suatu masalah dalam bidang tertentu.⁷⁴ Dalam penelitian ini, sarasehan dilakukan setelah pementasan selesai dan diikuti oleh 52 orang, yang terdiri dari seniman, pelaku teater, dan penonton umum. Diantara point-point yang dibahas pada sarasehan tersebut antara lain :

1. Proses penggarapan naskah
2. Proses latihan
3. Kinerja kru
4. Keaktoran
5. Amanat dan pesan moral

Gambar 4.5
Sesi Sarasehan



3. Hasil Konseling Islam dengan Model Psikodrama dalam Membentuk Konsep Diri Positif

Setelah dilakukannya proses konseling, peneliti melakukan kembali wawancara dan observasi untuk mendapatkan data dari hasil konseling. Dari data tersebut menunjukkan perubahan antara *pra* dan *post* konseling, yakni seluruh subjek mampu mencapai

⁷⁴<http://www.kbbi.web.id/sarasehan> (diakses pada 18 Februari 2020)

sekurang-kurangnya 3 indikator dari konsep diri positif, yakni pengenalan diri yang baik, penggambaran diri yang baik, dan bertanggung jawab, bersedia menerima kesalahan, serta siap belajar untuk lebih baik.

Seperti yang disampaikan oleh Masfu'atin mengenai penggambaran dirinya sesudah melakukan pementasan :

“Aku itu orangnya sederhana mbak. Dari penampilan juga simple, tapi tetep kelihatan swag, maksudnya tuh pengen kelihatan menonjol, pokoknya gak norak. Kalau dari sifat, aku orangnya agak pinplan. Terus apa ya... kalau belum kenal, cuek banget. Tapi kalau udah kenal ya rame, humoris banget. Aku kepoan banget mbak orangnya.”⁷⁵

Masfu'atin juga mampu mendeskripsikan dengan jelas mengenai kelebihan dan kelemahannya.

“Kalau dari kekurangan, aku suka baper sama hal sepele mbak. Kalau hal besar gitu suka ngebiarin. Kekurangan lagi, susah ngafalin, dari kayak temen baru, dll. Suka lupa, kalau dikasih tau sekarang biasanya nanti suka gak inget. Kalau kelebihan, aku gak mudah terpengaruh, gak mudah ditipu gitu lah pokoknya. Terus jarang sedih. Gampang baper iya, cuma biasanya dipikirin aja dan suka keinget terus, gak sampe sedih. Aku juga orangnya gak suka ribet, asal aku nyaman ya aku gak ribet kok. Terus aku juga cantik, hahaha.”⁷⁶

⁷⁵ Wawancara dengan Masfu'atin pada 10 Februari 2020

⁷⁶ Wawancara dengan Isveril 25 Januari 2020.

Berbeda dengan Rahman yang masih mengalami kesulitan saat mendeskripsikan diri, konselor harus sedikit ‘memancing’ agar Rahman mampu menggambarkan diri dengan informasi yang jelas,

“Saya itu orangnya, yawes gini lah mbak sampean tau sendiri. Saya itu gak suka hal-hal yang merepotkan. Senengane guyon, humoris, garai uwong. Ada kalanya aku percaya diri, aku percaya diri pol. Tapi kalau melakukan sesuatu kayak didepan orang lain gitu suka buyar. Tapi kalau lagi pentas, yang udah jelas setelah latihan dan proses, ya sudah pede-pede aja. Terus kelemahanku yo aku gak gampang nangkep omongannya orang. Sebenarnya bisa paham, cuma kalau disuruh menyampaikan kembali itu suka gak bisa nyusun kata-kata e.”⁷⁷

Namun Rahman memiliki sebuah prinsip yang kuat dan gambaran rencana untuk dirinya kedepan,

“Saya punya rencana harus lulus semester 7 mbak.”⁷⁸

Berdasarkan observasi dan wawancara, didapatkan rangkuman hasil pencapaian konsep dri positif subjek sebagai berikut :

⁷⁷ Wawancara dengan M. Rahman pada 5 Desember 2019

⁷⁸ Ibid.

Tabel 4.5
Indikator pencapaian kosep diri positif subjek

No.	Indikator	Pencapaian (Subjek)				
		A	B	C	D	E
1.	Pengenalan diri yang baik	√	√		√	√
2.	Penggambaran diri yang baik	√	√	√		√
3.	Percaya diri dan Optimistik	√	√		√	
4.	Mampu menyampaikan dan mengekspresikan penghargaan dengan baik		√	√	√	√
5.	Bertanggung jawab, bersedia menerima kesalahan, dan siap belajar	√	√	√	√	√
6.	Prinsip yang kuat	√		√		√

Ket :

- A : Masfu'atin
- B : Isverilda
- C : Rahman
- D : Lazman
- E : Augustin

Peneliti juga kembali melakukan test menggunakan angket yang sama seperti yang dilakukan pada *pratest*, yakni *Tennessee Self Concept Scale* pada subjek yang sama, dan mendapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.6
Hasil Post-tes TSCS

No	Nama	Hasil	Skor Kritik Diri	Kategori
1	Masfu'atin	336	68%	Tinggi
2	Isverilda Vadya Novira	393	70%	Tinggi
3	M. Rahman	381	60%	Tinggi
4	Lazman Auzan Rasib	323	74%	Sedang
5	Augustin Chandra	335	62%	Tinggi
Skor Rata-rata		353,6		

Tabel menunjukkan rerata skor pada *posttest* mengalami peningkatan sebanyak 28 poin jika dibandingkan dengan rerata skor *pretest*.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Perspektif Teori

Setelah penyajian hasil data penelitian, selanjutnya adalah melakukan analisis dan deskripsi hasil penelitian mendeskripsikan proses dan hasil Konseling Islam dengan Teknik Psikodrama Teater dalam membentuk Konsep Diri Positif Mahasiswa Anggota Teater SUA Surabaya.

Tabel 4.7
Deskripsi hasil penelitian

Hipotesis Penelitian	Hasil Penelitian		Interpretasi	Kesimpulan
	Data Pratest	Data Posttest		
Adanya pengaruh konseling Islami dengan Teknik Psikodrama Teater dalam Membentuk Konsep Diri Positif	Pencapaian rerata skor = 325,6	Pencapaian rerata skor = 353,6	Hipotesis Diterima	Ada pengaruh yang cukup signifikan konseling Islami dengan Teknik Psikodrama Teater dalam Membentuk Konsep Diri Positif

Model bimbingan kelompok yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah bimbingan konseling Islam yang memanfaatkan teknik psikodrama untuk mengembangkan konsep diri mahasiswa yang positif.

Dengan berakting dan memerankan naskah dengan tema tentang konsep diri, utamanya dalam *setting* latar mahasiswa, subjek mampu mendapatkan *insight* atau pandangan sehingga mampu menggali permasalahannya sendiri mengenai konsep diri. Psikodrama memberikan kesempatan pada konseli untuk memainkan peranan orang lain (baru) dengan

aman, bercermin, melihat ke dalam diri sendiri, serta memberikan perubahan yang positif.

Tahapan-tahapan pelatihan Teater dengan proses konseling Islami model Psikodrama yang dilakukan dalam penelitian ini sendiri adalah sebagai berikut :

- a) Fase *warm up*, meliputi proses latihan dimulai dari pembuatan konsep, perumusan bentuk latihan, pengenalan, *casting*, latihan dasar, latihan naskah, sampai ke proses gladi bersih sebelum pementasan.
- b) Fase *action*, meliputi kegiatan *setting* panggung yang dilakukan oleh kru sampai ke tahap pementasan yang dilakukan oleh para subyek penelitian setelah melalui serentetan proses latihan. Subyek memainkan perannya masing-masing menjadi karakter lain di luar dirinya untuk memperoleh pengalaman langsung dan pesan moral.
- c) Fase *Integration*, yakni meliputi kegiatan sarasehan, dimana subjek (dalam hal ini sebagai aktor), kru, dan penonton melakukan diskusi dan tanya jawab mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pementasan yang telah dipentaskan.

Teater adalah kombinasi dari berbagai bentuk seni (seni sastra, filsafat, seni rupa, film, seni tari, seni musik, seni suara, arsitektur. Bahkan dalam perkembangannya, ilmu teater wajib dilengkapi dengan dukungan dari berbagai pengetahuan misalnya Sosiologi dan Politik, Antropologi, Psikolog, Psikiatri, Sejarah, Geografi, Biologi, Fisika, dll. Teater dapat dipandang paling tidak melalui 4 cara, yakni teater sebagai hiburan, teater sebagai alat pendidikan, teater sebagai senjata sosial politik, dan teater sebagai sejarah.

Teknik Psikodrama dalam praktik seni teater ini merupakan konseling dengan cara berkelompok, namun juga berfokus pada katarsis maupun terapi secara

individual. Teater adalah suatu gerakan pribadi. Ada banyak hal yang mampu didapatkan oleh setiap individu dari teater yang bisa jadi tidak didapatkan melalui sektor lain, seperti komitmen, kerja sama, kepekaan demi hasil akhir yang prima, kepuasan pribadi atau batin, pengembangan karakter, daya imajinasi-kreatif-kritis, pengembangan diri, pembelajaran dari dan lewat pengalaman hidup, tanggung jawab, dan kedisiplinan.

Dalam proses penggarapannya, dimulai dari penggagasan naskah, *casting*, latihan dasar, latihan naskah, sampai ke tahap pementasan, yang dieksplorasi oleh teater adalah watak manusia, problem manusia, dan solusi dari problem-problem yang ada yang pada saat pementasan seluruhnya diserahkan penafsirannya kepada penonton. Berteleater melatih diri dan pengasahan dalam memaknai perilaku, bertindak disiplin, bertanggungjawab, jujur, kemampuan bekerjasama, rasa percaya diri, dan pengenalan konsep diri secara bertahap dengan kegiatan yang menyenangkan.

Dipaparkan oleh Rahman,

“Satu, lebih percaya diri. Terus menggali bakat kita yang terpendam. Setelah itu sejak masuk teater, dari pementasan saya diajari jangan melihat orang dari luarnya saja. Soalnya seniman itu biasanya kan wes koyok amburadul gitu mbak. Terus dapet pengetahuan bahwasanya teater dan realita itu lain. Soalnya kan di teater iku onok penekanan-penekanan seng garai pesan e nyampek ke penonton.”⁷⁹

Teater juga merupakan ‘gerakan sosial’. Teater sering dipergunakan untuk sebuah gerakan pendidikan

⁷⁹ Wawancara dengan M. Rahman pada 5 Desember 2019.

atau didaktik. Teater juga mampu berfungsi sebagai ekspresi dan mengusung tujuan yang bersumber dari cerminan kondisi dan dampak nilai-nilai sosial.

Seperti yang disebutkan di latar belakang, teater telah meliputi semua aspek yang termausk dalam kategori pengenalan konsep diri. Faktor implikasi dari latihan teater yakni pengenalan karakter diri dan seni kerja sama adalah bentuk dari pengenalan konsep diri.

Teater menempuh jalur yang cukup efektif dalam hal membentuk konsep diri. Hal ini karena teater memiliki beberapa metode yang dapat diaplikasikan di kehidupan nyata. Seseorang yang aktif berlatih teater akan menemukan konsep diri dan kepekaan terhadap keadaan dirinya. Teater adalah bagaimana seorang individu dapat menumbuhkan semangat untuk melakukan sesuatu dengan baik, percaya diri, disiplin, kerja sama, dan tanggung jawab; menghargai orang lain dengan mempelajari perwatakan tokoh dalam naskah lakon; kemampuan menganalisa, baik tersurat maupun tersirat; keberanian bertanya, menjawab, berpendapat atau menyatakan sesuatu dengan jelas dan rinci.

Sebuah lakon di dalamnya terkandung berbagai hal yang saling melengkapi, antara lain struktur, alur yang mencipta irama, lalu karakter dan perkembangannya. Emosi dan ekspresi termasuk di dalam wahana perkembangan karakter. Naskah lakon juga mengusung peristiwa, konflik, dan perkembangannya.

Tubuh dan jiwa adalah alat yang digunakan oleh aktor, yang harus terus menerus diasah dan dilatih agar mampu menghadapi, menggali, dan memainkan peran. Seorang aktor harus melatih tubuhnya sedemikian rupa agar penonton yakin dengan apa yang diperkannya.

Dikutip dari penjelasan Rahman mengenai karakter tokoh bernama Wahyu yang dimainkannya,

“Rasa kepercayaan dan kepedulian antar teman, kentel banget. Meskipun wahyu iku nyelulu tapi dia masih punya tata krama. Contoh, dia bertamu tapi gak pernah aneh-aneh. Wahyu iku kan guyon ya. Terus aku pernah nemu kata-kata, hidup iku sederhana, jika kalian sedih tersenyumlah, jika kalian bahagia tertawalah, gitu.”⁸⁰

Seorang aktor dilatih untuk mengembangkan beberapa hal penting sebagai berikut :

a) Konsentrasi

Konsentrasi berfungsi untuk memusatkan pikiran hanya kepada apa yang akan dilakukan di atas panggung, mempertajam daya ingat, dan menghilangkan grogi. Seorang aktor harus berkonsentrasi pada hafalan naskah dialog, arahan sutradara saat latihan, tari (koreografi), nyanyian, alur permainan, penonton, dan gerakan atau blocking. Konsentrasi adalah upaya awal untuk menjadi peran. Aktor harus menghafal naskah, menjadikannya sebagai bagian dari dirinya, lalu menyampaikannya kepada penonton secara baik, benar, dan meyakinkan. Jika tidak, aktor akan terkesan menghafal, tidak natural, dan terlihat kaku.

b) Imajinasi

Di dalam teater, imajinasi adalah nyata. Imajinasi berfungsi ketika aktor akan memerankan sesuatu yang belum pernah dilakukan.

c) Observasi

⁸⁰ Wawancara dengan M. Rahman pada 5 Desember 2019.

Pengamatan atau observasi berfungsi untuk menjadikan memori untuk dibangkitkan kembali dalam melengkapi pemeranan. Hal-hal yang harus diamati seorang aktor, meliputi aspek ekonomi, aspek sosial, dan aspek budaya. Pengamatan dapat dilakukan secara langsung maupun melalui kajian-kajian teoritis dan referensi.

d) Kerjasama

Dalam melakukan program konseling, terdapat dua model yang disebut *grooming* dan *networking*. *Grooming* yang menekankan pembelajaran *one-on-one* dengan tujuan dan manfaatnya ditujukan semata-mata pada konseli, sedangkan *model networking* memungkinkan pembelajaran dilakukan dengan sebuah kelompok untuk terjadinya proses belajar yang timbal balik. Solusi untuk menggunakan dua model diatas adalah dengan membuat desain program yang menggabungkan keduanya.⁸¹

Secara spesifik, kelompok psikodrama dan kelompok bantuan diri didesain dengan struktur dan dinamika. Karenanya pendekatan ini bekerja dengan orang lain (difokuskan pada kelompok). Praktek pendekatan ini tidak digali dari teori-teori konseling individual, tetapi pada saat yang sama, harus pula dibuktikan bahwa psikodrama termasuk tahapan kelompok maupun individual dan beberapa bentuk bantuan diri dilaksanakan baik atas dasar individual maupun kelompok. Teori-teori yang digunakan dalam kelompok psikodrama dan bantuan diri umumnya menekankan pada interaksi interpersonal.

⁸¹ Ellen F. Policastro, *The Joys of Mentoring*, ProQuest Science Journal, (2005), 79.

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhan, memberikan dorongan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah dirinya selaras dengan minatnya sendiri. Konseli didorong untuk melakukan tindakan selaras dengan kemampuannya semaksimal mungkin melalui perilaku perwujudan diri.

Dalam sebuah kelompok, seorang anggota tidak hanya dituntut untuk mempunyai keterampilan dalam komunikasi kelompok atau organisasi, tetapi juga dalam kerja sama dan keterampilan komunikasi interpersonal, terutama dengan lawan main dan alat-alat panggung. Hal ini bermanfaat untuk mendekatkan emosi setiap anggota.

e) Pesan Non Verbal

Di dalam sebuah proses komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh setiap anggota Teater SUA, juga menggunakan komunikasi verbal dan nonverbal.

Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan Kipper (2018), bahwa meskipun menggunakan komunikasi verbal, namun berbicara melalui gerakan tubuh adalah yang utama. Dalam sebuah pertunjukan seni teater, pesan nonverbal mempunyai andil yang sangat penting dan selalu identik. Latihan yang dilakukan oleh anggota Teater SUA biasanya menekankan pada penggunaan bahasa dan ekspresi wajah. Karena dua hal ini sangatlah penting dalam menyampaikan isi cerita.

Beberapa pesan nonverbal yang digunakan anggota UKM Teater SUA saat melakukan pementasan adalah :

- 1) Menyampaikan isi cerita kepada penonton dengan menggunakan bahasa tubuh dan ekspresi wajah.
- 2) Menggunakan intonasi yang baik dan jelas dalam mengucapkan dialog.
- 3) Memperhatikan kostum dan segala properti yang digunakan dipanggung.
- 4) Memahami bahasa tubuh antar sesama anggota saat berinteraksi atau tampil dalam sebuah pertunjukkan. Misalnya, saat ada salah satu anggota yang salah dalam dialog maupun adegan, anggota lain dapat menutupinya.

Pesan nonverbal yang juga selalu digunakan adalah parabahasa. Apalagi anggota UKM Teater SUA juga mendapatkan pelatihan-pelatihan keaktoran yang berhubungan dengan parabahasa, baik itu intonasi, olah vokal, dan bagaimana cara berbicara dengan lawan bicara yang baik di atas panggung. Setiap pemain harus dapat mengucapkan dialog dengan baik dan jelas. Intonasi dan penekanan terhadap setiap dialog yang digunakan membantu setiap pemain dalam menjalankan sebuah alur cerita

- f) Mengoptimalkan momentum

Setiap adegan memiliki momen-momen yang penting. Aktor dituntut untuk memahami dan mengingat-ingat tujuan dari pemeranan karakter tokoh yang diperankannya, sehingga dia tahu persis apa yang akan dilakukannya dan tetap dalam kontrol. Tujuan itu harus disampaikan kepada penonton.

g) Disiplin

Tidak hanya aktor, seluruh elemen dari Teater dituntut untuk ketepatan waktu. Seluruh pendukung pementasan wajib mematuhi jadwal yang ditentukan.

Data tabel hasil pada penyajian data dan analisis menunjukkan rerata skor pada *posttest* mengalami peningkatan sebanyak 28 poin jika dibandingkan dengan rerata skor *pretest* dan data indikator yang beberapa terpenuhi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa teater dapat digunakan sebagai sebuah metode untuk membentuk konsep diri positif mahasiswa. Faktor lain yang mempengaruhi terjadi seperti yang tertulis dalam bab 2.

Selain faktor metode latihan, faktor lain selain faktor lingkungan, keluarga, dan diri sendiri juga turut mempengaruhi adanya perbedaan perolehan skor dan perkembangan indikator konsep diri positif pada setiap subjek peneliti, meliputi :

a) Intensitas Latihan

Menurut penuturan dari Sutradara, intensitas latihan cukup mempengaruhi hasil dari bagaimana aktor berhasil atau tidak dalam mementaskan naskah. Berikut yang disampaikan oleh Putri,

“Kita itu kan prosesnya juga mepet sebulan mbak. Lah kadang seminggu iku onok seng gak teko e. Latihan iku gak cuma berpengaruh ke dirinya sendiri, tapi berpengaruh ke aktor lain. Aktor gak lengkap pas latihan iku feel nya bisa-bisa gak dapet. Apalagi mereka masih maba (mahasiswa baru).”⁸²

⁸² Wanwawancara dengan Putri Novi pada 25 Januari 2020.

Penelitian lain yang hampir serupa juga menyebutkan, bahwa intensitas latihan teater berpengaruh sebanyak 69,8% terhadap pembentukan konsep diri mahasiswa, sedangkan 28,4 % sisanya berasal dari faktor lain.⁸³

b) Durasi sesi

Durasi proses latihan juga memiliki pengaruh penting dalam sesi konseling dengan teknik Psikodrama Teater ini. Augustin menyampaikan bahwa pada umumnya, proses Teater di Teater SUA sendiri berjalan minimal 2-3 bulan sebelum pementasan.

“Sebenarnya seru sih mbak. Cuma ya gitu, karena sebulan kan, jadi kayak gupuh gitu. Gak bisa menikmati.”⁸⁴

c) Ketidaksesuaian tokoh

Meskipun telah melalui proses *casting*, tak jarang aktor merasa tidak sesuai dengan peran yang didapatkannya pada beberapa faktor, seperti yang dipaparkan oleh Isveril,

“Prosesnya gak jauh beda sih mbak sama waktu dulu aku Teater pas SMA. Tapi prosesnya yang naskah *Ciloko* ini lebih banyak menengangkannya mbak, terus apa ya... soalnya karakternya menurutku gak sesuai sama aku. Dialognya juga pake bahasa jawa, lah iku

⁸³ M. Abdul Basyir, *Pengaruh Intensitas Latihan Seni Teater Terhadap Konsep Diri Crew Teater Metafisis Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang* (Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2017), 72.

⁸⁴ Wawancara dengan Augustin Chandra pada 27 Januari 2020.

membuatku sulit. Tapi aku senang, soalnya aku berhasil.”⁸⁵

2. Perspektif Islam

Dari sisi teori Islam, Aziz berpendapat bahwa konsep diri merupakan satu hal yang wajib dimiliki oleh setiap manusia khususnya umat Islam. Dengan konsep diri yang baik maka individu akan mengenal dirinya dengan baik. Jika individu mengenal dirinya dengan baik maka ia akan mengenal Tuhannya pula.⁸⁶ Firman Allah Surat Al-A'raaf : 172 yakni :

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

Artinya :

“Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku Ini Tuhanmu?" mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap Ini (keesaan Tuhan)”

Sejak awal manusia sesungguhnya telah memiliki konsep diri yang ideal, yakni mengakui bahwa segala sesuatu adalah milik Allah dan ia wajib menyembah kepada-Nya. Konsep diri tersebut merupakan konsep diri yang ideal karena dengan hal tersebut manusia akan

⁸⁵ Wawancara dengan Isverilda Vadya pada 25 Januari.

⁸⁶ Aziz A. *Psikologi Agama, Kepribadian Muslim Pancasila*. (Bandung : Sinar Baru, 1991), 70.

selalu berhati-hati dan dengan segala usahanya ia akan tujuan hanya untuk beribadah kepada Allah.

Firman Allah surat Al Azhab 36 :

وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا لِمُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَنْ يَكُونَ لَهُمُ
الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ ۗ وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلًّا مُبِينًا

“Dan tidaklah patut bagi laki-laki yang mukmin dan tidak (pula) bagi perempuan yang mukmin, apabila Allah dan Rasul-Nya telah menetapkan suatu ketetapan, akan ada bagi mereka pilihan (yang lain) tentang urusan mereka. dan barangsiapa mendurhakai Allah dan rasul-Nya Maka sungguhlah dia telah sesat, sesat yang nyata.”

Ayat tersebut menerangkan bahwa islam memerintahkan agar manusia tidak menyimpang dari ajaran islam karena konsep diri yang dimiliki individu akan mengarahkannya kepada tujuan individu tersebut.

Karakteristik konsep diri dalam islam adalah⁸⁷ :

- a. Bertawakal dalam setiap usaha dan cobaan
- b. Tidak cemas terhadap hal-hal yang telah berlalu
- c. Selalu optimis dalam segala hal

⁸⁷Ustman Najati. *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. (Jakarta : PT. Mustaqim, 2003), 52.

BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil penelitian ini berdasarkan rumusan masalah adalah sebagai berikut :

1. Proses konseling Islami dengan model psikodrama pada teater dalam membentuk konsep diri mahasiswa anggota UKM Teater Sua Surabaya yakni sebagai berikut :
 - a. Fase *warm up*, meliputi proses latihan dimulai dari pembuatan konsep, perumusan bentuk latihan, pengenalan, *casting*, latihan dasar (dengan teknik Psikodrama *creative imagery, the magic shop, sculpting, soliloquy, role reversal, monodrama, multiple double technique*), latihan naskah, sampai ke proses gladi bersih sebelum pementasan.
 - b. Fase *action*, meliputi kegiatan *setting* panggung yang dilakukan oleh kru sampai ke tahap pementasan yang dilakukan oleh para subyek penelitian setelah melalui serentetan proses latihan.
 - c. Fase *Integration*, yakni meliputi kegiatan sarasehan, dimana subjek (dalam hal ini sebagai aktor), kru, dan penonton melakukan diskusi dan tanya jawab mengenai hal-hal yang berkaitan dengan pementasan yang telah dipentaskan dan menemukan *insight* dari pementasan yang telah dilakukan.
2. Konseling Islami dengan teknik psikodrama pada teater efektif bagi pembentukan konsep diri positif mahasiswa anggota UKM Teater Sua Surabaya. Hal ini dapat dilihat dari skor rerata perolehan konsep diri pada saat *posttest* lebih tinggi daripada skor rerata perolehan

saat *pratest*, dengan perbandingan perolehan skor sebanyak 28.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis penelitian, terdapat beberapa hal yang perlu dibenahi dalam konseling Islami dengan teknik Psikodrama Teater dalam membentuk konsep diri positif mahasiswa, antara lain :

1. Diperlukan metode-metode yang baru dalam proses latihan, mengikuti perkembangan zaman dan munculnya naskah dan karakter yang lebih variatif..
2. Kontrak sesi harus dibuat agar tidak terjadi miss komunikasi antara peneliti dan pihak terkait dan menghindari kejadian subjek tidak hadir dalam sesi.
3. Aspek yang diukur tidak hanya sebatas proses latihan, karena teater memiliki berbagai macam substansi ilmu kesenian yang kompleks.
4. Proses kontruksi di dunia pementasan drama tidak hanya dilakukan di dalam pementasan saja, namun dapat diambil nilai-nilai yang baik untuk dibawa di realitas kehidupan sesungguhnya.
5. Peneliti mengharap kritik dan saran dari pembaca karena penelitian ini masih banyak kekurangan.

C. Keterbatasan Penelitian

Terdapat beberapa keterbatasan penelitian sebagai berikut :

1. Keterbatasan untuk waktu penelitian yang dirasa sangat singkat sekali.
2. Keterbatasan untuk mengkondisikan beberapa responden, karena memiliki kesibukan masing-masing.
3. Pengisian kuisioner yang terkadang tidak menunjukkan pada keadaan sesungguhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, H., Soejono, *Metode Penelitian Suatu Pemikiran dan Penerapan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Agustiani, H. *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*, Bandung : Refika Aditama, 2006.
- Ahmadi, Abu. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta : PT. Rineka Cipta, 1991.
- Akhyar, Saiful. *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren*, Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2015.
- Alyna, R., *Pengaruh Pelatihan Manajemen Diri Terhadap Sikap Prokrastinasi Akademik*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2004.
- Aziz, A. *Psikologi Agama, Kepribadian Muslim Pancasila*, Bandung : Sinar Baru, 1991.
- Azizi, K., *Hubungan Konsep Diri dengan Rasa Percaya Diri Mahasiswa STAIN Salatiga Program Studi Pendidikan Agama Islam Tahun Akademik 2014/2015*, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN), 2014.
- Az-Zahrani, M., *Konseling Terapi*, Jakarta: Gema Insani Press, 2005.
- Basyir, M.A., *Pengaruh Intensitas Latihan Seni Teater Terhadap Konsep Diri Crew Teater Metafisik Fakultas*

Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, UIN Walisongo Semarang, 2017.

Burns, R.B., *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*, Alih Bahasa : Eddy, Jakarta: Arcan.

Chaplin, J. P. *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2009.

Corey, G. *Theory and Practice of Group Counseling*. Eight Edition, US: Brooks/Cole, 2012.

Dariyo, A., *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama (Psikologi Atitama)*, Bandung: Refika Aditama, 2007.

F. J. Monks, A.M.P. Knoers dan S. R. Hadinoto, *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2002.

Faisal, S., *Format-format Penelitian Sosial*, Jakarta: Rajawali Press, 1992.

Ghufron, M.N., dan Risnawita, R.S., *Teori-teori Psikologi*, Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2010.

Given, L.M., *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods*, Thousand Oaks: Sage, 2008.

Gladding, S.T., *Group Work : A Counseling Speciality*, Second Ed. New Jersey : Prentice-Hall, 1995.

Hurlock, B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 1980.

- Hurlock. B, *Psikologi Perkembangan Anak*. Jilid 2, Jakarta: Erlangga, 2005.
- Husman, Husaini, *Metode Penelitian Sosial*, Jakarta : Bumi Aksara, 1996.
- Ibn Mandzhur, *Lisanu Al arab*, Lebanon: Darul Ma'arif, tt.
- Iskandar, *Metodologi Penelitian Kualitatif Aplikasi Untuk Penelitian Pendidikan, Hukum Ekonomi Dan Manajemen, Sosial, Humaniora, Politik, Agama Dan Filsafat*, Jakarta : Gaung Persada Press, 2009.
- Kellerman, P.F., *Outcome Research in Classical Psychodrama, Small Group Behaviour*, Vol. 18, No.4, 1987.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Cet. 4, Malang: UMM Press, 2003.
- Lubis, L., *Bimbingan Konseling Islami*, Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007.
- Lubis, S.A., *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren*, Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2015.
- Lubis, S.A., *Konseling Islami: Kyai Dan Pesantren*, Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007.
- Moleong, L.J., *Metodologi penelitian Kualitatif*, Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Moreno, J.L., *The Essential Moreno: Writing On Psychodrama, Group Method and Spontaneity*, USA: Springer Publishing Company, Inc, 1987.

- Mubarok, A., *Al-Irsyad An-Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000.
- Namora & Hasnida, *Konseling Kelompok*, Jakarta: Kencana, 2016.
- Nata, A., *Sejarah Pendidikan Islam*, Cet. Ke-II, Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2014.
- Nawawi, H., *Metode Penelitian Deskriptif*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nazir, M., *Metode Penelitian*, Cetakan 6, Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia, 2011.
- Prawitasari, J.E, *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro & Makro*, Jakarta : Penerbit Erlangga, 2011.
- Prayitno dan Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan*.
- Rahmat, J., *Psikologi Komunikasi*, Bandung : Remaja Rosdakarya, 2007.
- Robert. A.B., & Byrne, D., *Psikologi Sosial*, Jilid I, Jakarta: Erlangga, 2003.
- Slameto, *Belajar Dari Faktor-faktor Yang Mempengaruhi*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1987.
- Sobur, A., *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, Bandung: Pustaka Setia, 2003.
- Somov, G., *A Psychodrama Group for Substance Use Relapse Prevention Training*, The Arts in Psychotherapy, 2008.

- Stuart & Sundeen, *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. ed 4., St Louis : The CV Mosby year book, 1991.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: CV. Alfabeta, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- Syam, N., *Metode Penelitian Ilmu Dakwah*, Solo : CV. Romadhoni, 1991.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J., *Landasan Bimbingan Konseling*, Bandung: PT Refika Aditama, 2006.
- Syukir Asmuni, *Dasar-dasar Strategi Dakwah Islam* (Surabaya: Al-Ikhlash, 1983), 179.
- Tarmidzi. *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), 23.
- Tatiek Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan dan Konseling* (Malang: Universitas Negeri Malang, 2006), 107.
- Eka, Tatik, *Konsep Diri Anak Jalanan : Studi Kasus Anak Jalanan di Rumah Singgah Al-Fadhali Rampal Celaket, Klojen Malang* (Skripsi Tidak Diterbitkan), Fakultas Psikologi, Universitas Islam Indonesia Sudan (UIIS), Malang, 2003, 30.
- Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Pres, 1992), 5.
- Tiffany L. Clark, Davis-Gage, *Treating Trauma: Using Psychodrama in Groups*, VISTAS Online, American

Counseling Association, Article 59, 2010, 1, diakses pada Januari 2020 dari <http://counseling.org>

Ustman Najati. *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. (Jakarta : PT. Mustaqim, 2003), 52.

Warson Al-Munawwir, *Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Krapyak), 1540.

Yahya Jaya, *Bimbingan Konseling Agama Islam*, (Padang: Angkasa Raya, 2000), 100.

<http://www.kbbi.web.id/sarasehan>, diakses pada 18 Februari 2020.

