



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *MODELLING*
SIMBOLIK UNTUK MENINGKATKAN AKTUALISASI
DIRI SEORANG MAHASISWI UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA**

SKRIPSI

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

Oleh :

Husnuzia Najmatul Fajri

NIM. B93218138

Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Surabaya

2021

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrahim

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini, Saya :

Nama : Husnuzia Najmatul Fajri
NIM : B93218138
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Perumahan Pondok Kencana Blok K
nomor 27, Nganjuk

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi dengan judul “Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.” ini tidak pernah dikumpulkan atau diteliti oleh Lembaga Pendidikan Tinggi manapun dalam rangka mendapatkan gelar akademik.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan hasil dari plagiasi karya milik orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwasannya skripsi ini merupakan hasil plagiasi, saya akan bertanggung jawab dengan konsekuensi hukum yang ada.

Nganjuk, 10 Januari 2022

Yang telah menyatakan,



Husnuzia Najmatul Fajri
NIM. B93218138

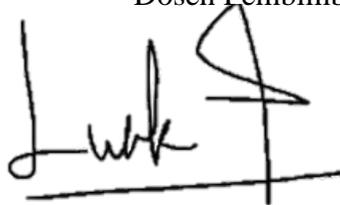
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Dengan ini menerangkan bahwa sesungguhnya skripsi dibawah ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan oleh Dosen Pembimbing :

Nama : Husnuzia Najmatul Fajri
NIM : B93218138
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Surabaya, 9 Januari 2022

Dosen Pembimbing



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

NIP. 197311212005011002

LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya

SKRIPSI

Disusun Oleh
Husnuzia Najmatul Fajri
B93218138

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu Pada Tanggal 14 Januari 2022

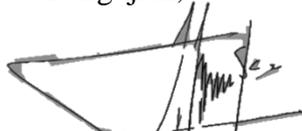
Tim Penguji

Penguji I,



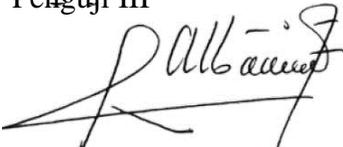
Dr. Lukman Fahmi, S. Ag., M. Pd
NIP. 197311212005011002

Penguji II,



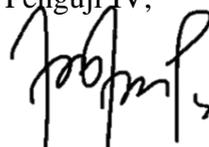
Drs. Suwatah, M. Si
NIP. 196412152014111002

Penguji III



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil.I
NIP. 196303031992032002

Penguji IV,



Mohammad Thohir, M. Ag
NIP. 197905171009011007

Surabaya, 14 Januari 2022

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@uinsby.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 : Husnuzia Najmatul Fajri
NIM : B93218138
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : husnuzia@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 Islam Dengan Teknik Modelling Simbolik Untuk Meningkatkan
Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi 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, 3 Februari 2022

Penulis

(Husnuzia Najmatul Fajri)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Husnuzia Najmatul Fari (B93218138), Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya? (2) Bagaimana hasil dari pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya?

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dan jenis penelitian studi kasus. Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif komparatif dengan cara membandingkan pelaksanaan konseling di lapangan dengan teori pada umumnya. Proses konseling ada 4 tahapan yaitu, identifikasi masalah, diagnose, prognosa, terapi/ treatment dan tahap terakhir evaluasi dan follow up. Pada tahap pemberian terapi peneliti memberikan 4 tahapan dari Teknik *modelling* simbolik secara teori yaitu, attention, retention, pembentukan perilaku dan motivasional.

Hasil akhir dari pelaksanaan konseling islam ini yaitu adanya perubahan tingkah laku pada konseli. Perubahan itu diantaranya seperti sudah bisa mengendalikan emosi negatifnya, mulai mau berinteraksi dengan tetangga, bisa membagi waktu antara belajar dengan kegiatan lainnya, tidak hanya fokus dalam belajar dan mulai terbuka di setiap pengalaman.

Kata kunci : Konseling Islam, Teknik *Modelling* Simbolik, Aktualisasi Diri

ABSTRACT

Husnuzia Najmatul Fajri (B93218138), Islamic Counseling Using Symbolic Modeling Techniques to Increase Self-Actualization of a Student at UIN Sunan Ampel Surabaya.

The focus of this research is (1) How is the process of implementing Islamic counseling using symbolic modeling techniques to increase self-actualization of a student at UIN Sunan Ampel Surabaya? (2) What are the results of the implementation of Islamic counseling using the symbolic modeling technique to increase the self-actualization of a student at UIN Sunan Ampel Surabaya?

This research uses qualitative research methods and case study research types. This study uses comparative descriptive data analysis by comparing the implementation of counseling in the field with general theory. The counseling process has 4 stages, namely, problem identification, diagnosis, prognosis, therapy/treatment and the last stage is evaluation and follow-up. At the stage of giving therapy, researchers provide 4 stages of symbolic modeling techniques in theory, namely, attention, retention, behavioral and motivational formation.

The end result of the implementation of Islamic counseling is a change in the behavior of the counselee. These changes include being able to control negative emotions, starting to want to interact with neighbors, being able to divide time between studying and other activities, not only focusing on learning and starting to be open to every experience.

Keywords: Islamic Counseling, Symbolic Modeling Techniques, Self-Actualization

مستخلص البحث

حسنظي نجمة الفجري (B93218138) ، إرشاد إسلامي باستخدام تقنيات النمذجة الرمزية لزيادة تحقيق الذات لدى طالب في جامعة ولاية سنان أمبل الإسلامية ، سوراايا.

يركز هذا البحث على (1) كيف يتم تنفيذ الإرشاد الإسلامي باستخدام تقنيات النمذجة الرمزية لزيادة تحقيق الذات لدى طالب في جامعة الدولة الإسلامية سنان أمبل سوراايا؟ (2) ما هي نتائج تطبيق الإرشاد الإسلامي باستخدام أسلوب النمذجة الرمزية لزيادة تحقيق الذات لدى طالب في جامعة الدولة الإسلامية سنان أمبل سوراايا؟

يستخدم هذا البحث طرق البحث النوعية وأنواع أبحاث دراسات الحالة. تستخدم هذه الدراسة تحليل البيانات الوصفي المقارن من خلال مقارنة تطبيق الإرشاد الميداني بالنظرية العامة. تتكون عملية الاستشارة من أربع مراحل ، وهي تحديد المشكلة والتشخيص والتشخيص والعلاج / العلاج والمرحلة الأخيرة هي التقييم والمتابعة. في مرحلة العلاج أعطت الباحثة أربع مراحل لتقنية النمذجة الرمزية من الناحية النظرية وهي الانتباه والاحتفاظ والتكوين السلوكي والتحفيزي.

النتيجة النهائية لتطبيق الإرشاد الإسلامي هي تغيير في سلوك المستشار. تشمل هذه التغييرات القدرة على التحكم في المشاعر السلبية ، والبدء في الرغبة في التفاعل مع الجيران ، والقدرة على تقسيم الوقت بين الدراسة والأنشطة الأخرى ، وليس التركيز فقط على التعلم والبدء في الانفتاح على كل تجربة.

الكلمات المفتاحية : الإرشاد الإسلامي ، تقنيات النمذجة الرمزية ، تحقيق الذات

PENGESAHAN TIM PENGUJI	III
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	IV
PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI	IV
ABSTRAK	VI
ABSTRACT.....	VIII
مستخلص البحث.....	IX
KATA PENGANTAR.....	X
DAFTAR ISI.....	XI
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Definisi Konsep.....	9
1. Konseling Islam.....	9
2. Teknik <i>Modelling</i> Simbolik.....	10
3. Aktualisasi Diri.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	14
A. Kajian Teoritik.....	14
1. Konseling Islam.....	14
a) Pengertian Konseling Islam.....	14
b) Tujuan Konseling Islam.....	15
c) Metode Konseling Islam.....	17
d) Tahapan Konseling Islam.....	19

2. Teknik <i>Modelling</i> Simbolik.....	20
a) Pengertian Teknik <i>Modelling</i> Simbolik.....	20
b) Manfaat Teknik <i>Modelling</i> Simbolik.....	22
c) Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Modelling</i> Simbolik.....	22
d) Tahapan-Tahapan Teknik <i>Modelling</i> Simbolik....	24
e) Penjelasan Role Model yang Digunakan.....	25
3. Aktualisasi Diri.....	27
a) Pengertian Aktualisasi Diri.....	27
b) Ciri-Ciri Orang yang Mengaktualisasikan Diri	29
c) Aspek Aktualisasi Diri.....	30
d) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktualisasi Diri	32
4. Teknik <i>Modelling</i> Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Mahasiswa Menurut Perspektif Islam ...	34
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	38
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	41
B. Lokasi Penelitian.....	42
C. Jenis dan Sumber Data.....	43
D. Tahap-Tahap Penelitian.....	46
E. Teknik Pengumpulan Data	48
F. Teknik Validitas Data.....	49
G. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN....	52
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	52

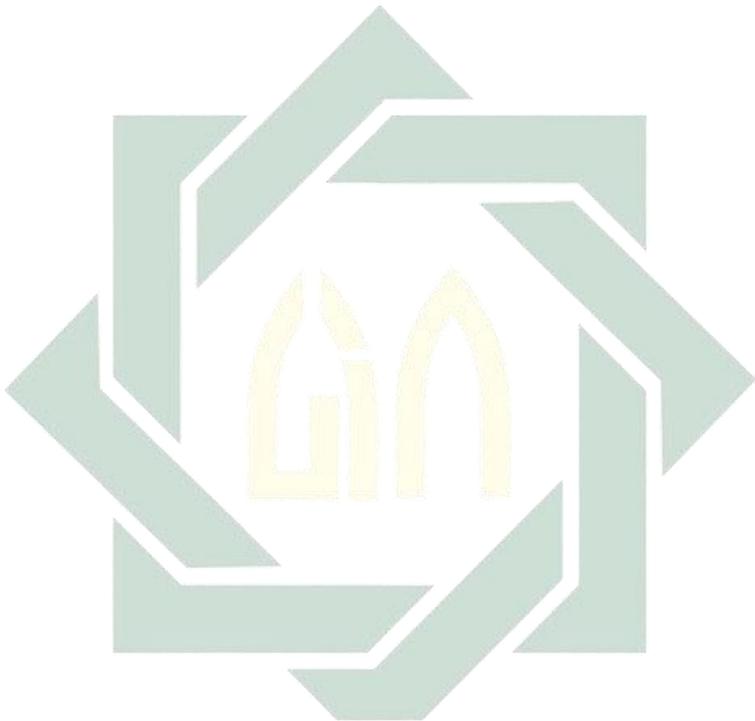
1. Deskripsi Konselor dan Konseli	52
2. Deskripsi Masalah	56
B. Penyajian Data	60
1. Uraian Proses Konseling Islam Dengan Teknik <i>Modelling</i> Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya	60
a) Identifikasi Maslah	60
b) Diagnose	67
c) Prognosa	67
d) Terapi/ Treatment	69
e) Evaluasi dan Follow Up.....	78
2. Uraian Hasil dari Proses Konseling Islam Dengan Teknik <i>Modelling</i> Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya	78
C. Pembahasan Hasil Penelitian dan Analisis Data	82
1. Perspektif Teori	82
2. Perspektif Islam	91
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	96
C. Keterbatasan Penelitian	97
DAFTAR PUSTAKA.....	98
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel

Halaman

4.1 Catatan Perilaku Konseli Sebelum Proses Konseling..... 58
4.2 Catatan Perilaku Konseli Sesudah Proses Konseling 80
4.3 Uraian kondisi di lapangan dengan teori yang digunakan 83
4.4 Perbedaan perilaku konseli sebelum dan sesudah diberikan konseling 87



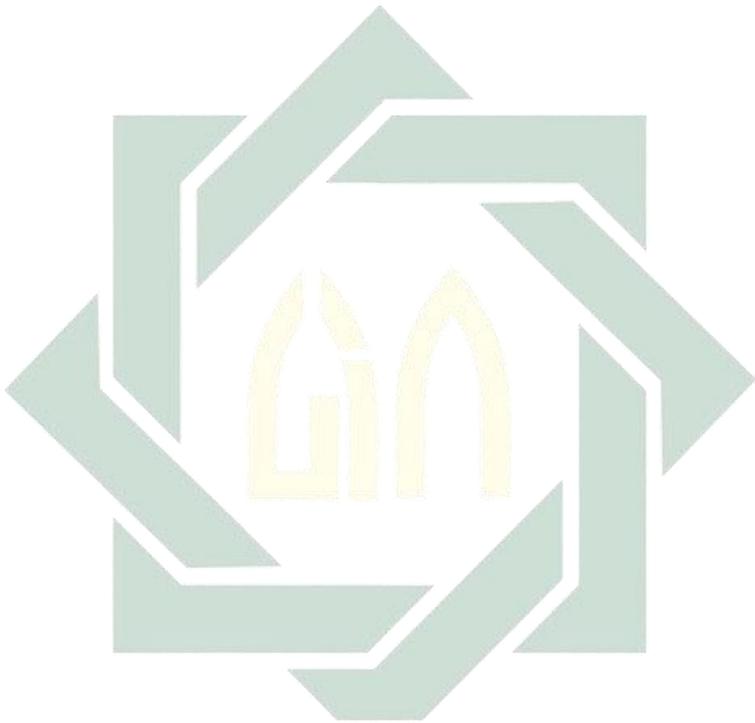
DAFTAR GAMBAR

Gambar

Halaman

XV

4.1 bukti alasan memilih role model69
4.2 proses pemberian terapi 78



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang paling sempurna dibandingkan dari makhluk ciptaan Allah lainnya. Penjelasan tersebut sesuai dengan firman Allah dalam Al- Qur'an.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : “Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya” (Qs. At- Tin : 4)¹

Manusia adalah ciptaan Allah yang paling unik karena antara manusia satu dengan lainnya tidak seratus persen memiliki kesamaan yang sama persis, khususnya pada kemampuan, bakat maupun potensi. Perbedaan-perbedaan tersebut akan berkembang menjadi identitas pada dirinya, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal.

Manusia adalah makhluk social yang sejatinya memerlukan pemenuhan kebutuhan pribadi. Kebutuhan yang dapat membawanya menjadi manusia yang mencapai aktualisasi dirinya.

Menurut Maslow dalam kehidupan manusia memiliki tingkatan-tingkatan kebutuhan, dimulai dari kebutuhan secara fisiologis, kebutuhan rasa aman, rasa memiliki dan juga mencintai, harga diri dan kebutuhan paling puncak yang

¹ Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>

dimiliki manusia adalah aktualisasi diri.² Dari tingkatan yang pertama atau kebutuhan pertama adalah kebutuhan secara fisiologis, dalam pemenuhannya manusia sering membutuhkan makan dan minum, berkembang, dll.

Pada tingkatan kedua ada kebutuhan rasa aman dari rasa ketakutan secara mental dan juga rasa aman dari bahaya. Biasanya dalam memenuhi kebutuhan ini manusia sering memenuhinya dengan cara menyewa satpam untuk menjaganya dari bahaya atau untuk menghindari perasaan sedih secara mental terkadang mereka memenuhinya dengan cara berwisata atau berrefreshing.

Kebutuhan selanjutnya, pada tingkatan ketiga ada kebutuhan akan adanya rasa memiliki dan mencintai. Kebutuhan ini ada setelah seseorang terpenuhi kebutuhan secara fisiologis dan juga rasa aman, mereka akan lebih termotivasi untuk berteman, ingin mempunyai pasangan hingga memiliki anak.

Setelah kebutuhan ketiga terpenuhi, maka kebutuhan berikutnya, pada tingkat keempat yaitu kebutuhan harga diri. Dalam hal ini kebutuhan harga diri menurut Maslow penghargaan diri dari orang lain sekiranya bersumber pada penghargaan diri pada diri sendiri. Seharusnya seseorang mendapatkan harga diri itu dari keahliannya sendiri, bukan berasal dari ketenaran eksternal yang tidak sanggup dikontrolnya, yang akhirnya menjadikan ketergantungan kepada orang lain.³

² Muhammad, Hasyim. *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2002), hal 70-71)

³ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang : Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2004), hal. 256

Setelah kebutuhan tingkat tiga terpenuhi, maka puncak dari kebutuhan ini adalah aktualisasi diri. Maslow sendiri mengatakan bahwasannya manusia akan berupaya dengan keras untuk memperoleh aktualisasi diri dari kemampuan seutuhnya.⁴ Apabila tingkat kebutuhan lainnya dapat terpenuhi sedangkan kebutuhan aktualisasi diri tidak tercapai, dan tidak mampu menggunakan dan mengembangkan kemampuan dalam dirinya secara utuh, maka seseorang akan merasakan perasaan gelisah dan tidak senang.⁵ Terdapat beberapa usaha mahasiswa untuk bisa mencapai tingkat kebutuhan aktualisasi diri ini, salah satunya dengan mengikuti organisasi, menjadi aktivis kampus, dan sebagainya.

Aktualisasi diri menurut Zuhairini adalah jika seseorang mampu berkembang dengan sempurna dan semaksimal mungkin, karena aktualisasi diri adalah bentuk kepribadian yang mempunyai karakteristik unik.⁶ Sedangkan menurut Supriyatna aktualisasi diri (*self-actualitation*) condong kepada arti yang cenderung mengembangkan kemampuan ataupun potensi dalam diri individu.⁷

Untuk mencapai aktualisasi diri setiap manusia harus melewati beberapa fase dalam hidupnya. Tetapi, bukan berarti manusia yang mampu mencapai aktualisasi dirinya adalah manusia yang sempurna. Ketika manusia ingin mencapai aktualisasi diri kebutuhan yang rendah harus

⁴ Ujam Jaenudin, *Teori-Teori Kepribadian*, (Bandung : CV Pustaka Setia, 2015) hal. 69.

⁵ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2007) hal. 160.

⁶ Zuhairini, *Filsafat Pendidikan Islam* (Jakarta: Bumi Aksara, 2000).

⁷ Supriyatna, Mamat, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi (Orientasi Dasar Pengembangan Konselor)*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2010) hal. 57.

terpenuhi terlebih dahulu, setidaknya tetap diperhatikan. Pada kehidupan yang sesungguhnya meski manusia memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang, tetapi tidak semua manusia bisa mencapai aktualisasi diri tersebut. Seperti konseli yang memiliki beberapa hambatan dalam mencapai aktualisasi dirinya.

Terkait dengan permasalahan aktualisasi diri yang terhambat, terdapat fenomena dimana ada seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya semester 5 yang tinggal di Dsn. Kencong Timur, Desa Kencong, Kab. Kediri, ia berusia 20 tahun. Dia sering kali merasa tidak percaya diri ketika presentasi di depan teman-temannya meskipun presentasi itu dilakukan secara online, ia selalu merasa apakah materi yang disampaikan sudah benar atau masih ada salahnya dengan artian dia ragu dengan apa yang telah dikerjakannya.⁸ Berdasarkan informasi yang diberikan temannya, ia sebenarnya memiliki jiwa kepemimpinan, hal ini ditunjukkan ketika dosen memilihnya menjadi salah satu ketua dalam tugas kelompok, konseli dapat memimpin kelompok itu dengan baik, hanya saja hal itu tertutup ketika ia hanya sebatas anggota di kelompok tersebut. Ketika ia hanya anggota dalam forum diskusi kelompok, ia sering kali diam dan ia takut menyampaikan secara langsung pendapatnya pada ketua kelompok, maka dari itu temannya dijadikannya perantara dalam menyampaikan pendapat tersebut. Ketika dia semester 3, beberapa temannya mengajak konseli untuk mengikuti suatu organisasi kampus, temannya mengajak konseli berorganisasi karena tau konseli bagus dalam hal berorganisasi meskipun konseli belum memiliki pengalaman berorganisasi tetapi temannya bisa merasakan bahwa konseli memiliki potensi dalam hal memimpin dan berorganisasi, hanya saja ketika temannya

⁸ Hasil wawancara dengan ibu konseli pada tanggal 30 September 2021

mengajak untuk daftar ia ragu, bingung dan takut menerima ajakan temannya tersebut. Konseli takut akan konsekuensi kedepannya bahwasannya ia tidak bisa membagi waktu antara belajar dan berorganisasi, ia juga takut apabila mengikuti organisasi nantinya nilai kuliahnya akan menurun. Pada akhirnya ia memutuskan untuk fokus kuliah dan tidak mau menerima ajakan temannya untuk mendaftar organisasi.⁹ Konseli juga sering kali marah ketika waktu belajarnya diganggu, ia bahkan sering berkata kasar kepada ibunya ketika ibunya meminta tolong untuk pergi berbelanja.

Hal ini terjadi karena konseli memiliki permasalahan tidak terpenuhinya kebutuhan penghargaan diri oleh orang lain, sehingga menghambat tercapainya aktualisasi diri. Penghargaan diri yang terhambat ini disebabkan oleh prestasinya selalu dibanding-bandingkan dengan sepupunya sedari SD, hal ini menimbulkan perubahan sikap pada konseli yaitu tidak percaya diri, selalu merasa dirinya tidak memiliki kemampuan, insecure dengan apa yang ia miliki, sulit mengambil keputusan karena dikendalikan oleh masa lalunya dan emosi yang dimiliki negatif.¹⁰

Ketika konseli memasuki semester 5, konseli mengatakan pada peneliti bahwasanya ia ingin mengikuti organisasi, ia ingin mendapatkan pengalaman lebih ketika kuliah. Ia juga menyampaikan bahwasanya menyesal tidak mengikuti ajakan temannya sewaktu semester 3. Dari ekspresi konseli bercerita menggambarkan bahwasanya ia sangat ingin bergabung pada salah satu organisasi di kampus, tetapi ia masih merasa bingung, bimbang dan takut

⁹ Hasil wawancara dengan teman konseli pada tanggal 27 September 2021

¹⁰ Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 1 Agustus 2021

akan konsekuensi yang diterima ketika ia memutuskan untuk bergabung pada organisasi kampus.¹¹

Berdasarkan fenomena diatas peneliti mencoba memadukan konseling islam dengan Teknik modelling simnmbojlik untuk membantu konseli dalam memenuhi kebutuhan penghargaan dirinya, sehingga aktualisasi pada dirinya dapat tercapai. Konseling islam merupakan salah satu pemecahan masalah yang bijaksana, karena dalam konseling islam lebih menitik beratkan pemecahan masalah itu dari aspek psikologi melalui Al- qur'an dan Al- Hadits. Konseling islam juga merupakan upaya membantu seseorang untuk belajar mengembangkan fitrahnya dan membawanya Kembali pada fitrah- iman, dengan cara mempelajarinya dan melaksanakan tuntunan Allah dan Rasul- Nya melalui Al- Qur'an dan Al- Hadits , agar fitrah pada seseorang tersebut berkembang dan berfungsi dengan baik.¹²

Modelling disini seperti salah satu metode Nabi Muhammad SAW dalam menyebarkan agama islam yang sering kali diajarkan lewat contoh perilaku (*uswatun khasanah*) seperti yang terdapat pada sebuah ayat di Al- Qur'an :

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

Artinya : “Sesungguhnya telah ada pada (diri Rasulullah itu *uswatun hasanah* (suri tauladan yang baik) bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan

¹¹ Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 20 Oktober 2021

¹² Anwar Suntoyo, *Bimbingan & Konseling Islam (Teori dan Praktik)*, (Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2003) h. 18

(kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah” (Qs. Al- Ahzab : 21)¹³

Teknik *Modelling* sendiri menurut Rumaini merupakan proses individu mengobservasi seorang model dan kemudian dikuatkan untuk dicontoh tingkah laku model tersebut. Anak akan memperhatikan model yang kemudian diberikan penguatan berupa reward ataupun semacamnya. Dari penguatan tersebut diiringi dengan mencontohkan tingkah laku sang model.¹⁴ Teknik *modelling* yang digunakan disini yaitu *modelling* simbolik, karena role model yang digunakan adalah media video.

Teknik *modelling* simbolis menurut Cervon dan Pervin adalah cara penyajian melalui pemberian contoh yang positif dengan role model melalui film, video/ gambar.¹⁵

Pada penelitian ini peneliti menggunakan role model seorang mahasiswa luar negeri dan influencer bernama Jerome Polin beserta teman-temannya di Waseda University melalui beberapa video-videonya di youtube channel Nihongo Mantappu. Peneliti telah menyesuaikan dengan apa yang disukai konseli yaitu menonton video youtube, maka dari itu peneliti memilih menggunakan Teknik *modelling* simbolik melalui video youtube. Peneliti juga merasa ini

¹³ Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat Al- Ahzab ayat 21-22*, diakses pada tanggal 14 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/09/tafsir-surat-al-ahzab-ayat-21-22.html>

¹⁴ Rumaini Ni Wayan, dkk, “Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014” Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, E- Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vo. 2, No. 1, tahun 2014.

¹⁵ Cervon, D & Pervin L.A, *Personality Theory and Research*, (Amazon : John Wiley and Sons, Inc, 2001) h. 472.

cukup efektif untuk membantu proses pencapaian aktualisasi diri pada konseli.

Berdasarkan paparan fenomena, latar belakang masalah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “**Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.**”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya?
2. Bagaimana hasil dari pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Untuk mengetahui hasil dari pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis
Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan landasan dalam mengatasi permasalahan seputar aktualisasi diri pada mahasiswa. Selain itu juga dapat memberikan masukan

baru terhadap pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

2. Secara praktis
 - a. Bagi konseli dapat digunakan sebagai proses dalam mengembangkan kemampuannya dengan ilmu-ilmu yang telah di peroleh selama kuliah.
 - b. Bagi peneliti memberikan kesempatan dan pengalaman untuk terjun secara langsung dalam proses tercapainya aktualisasi diri pada konseli yang dapat ditangani menggunakan konseling islam dan dipadukan dengan teknik *Modelling* simbolik melalui video youtube Nihongo Mantappu.

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Konseling islam merupakan suatu proses pemberian bantuan yang sistematis dan terarah kepada individu agar dapat mengembangkan potensi atau karakter keagamaannya secara optimal dengan memanfaatkan secara optimal nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Al Hadits, sehingga kehidupan individu tersebut dapat selaras sesuai tuntuan Al- Qur'an dan Al Hadits.¹⁶

Konseling islam juga merupakan upaya membantu seseorang untuk belajar mengembangkan fitrahnya dan membawanya Kembali pada fitrah-iman, dengan cara mempelajarinya dan melaksanakan tuntunan Allah dan Rasul- Nya melalui Al- Qur'an dan Al- Hadits , agar

¹⁶ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : Amzah, 2013) h. 23

fitriah pada seseorang tersebut berkembang dan berfungsi dengan baik.¹⁷

Dari berbagai pengertian diatas dapat disimpulkan bahwasannya konseling islam merupakan proses konseling/ membantu seseorang menyelesaikan masalah sesuai dengan ketentuan Allah dan Rasul- Nya yang berlandaskan Al- Qur'an dan Al- Hadits. Pada penelitian ini peneliti melakukan proses konseling menggunakan Teknik *modelling* simbolik yang didalamnya tetap berlandaskan Al- Qur'an.

2. Teknik *Modelling* Simbolik

Teknik *Modelling* adalah belajar melalui observasi dengan cara menambahi ataupun mengurangi tingkah laku yang diamati. Menurut Bandura yang dikutip oleh Nur Salim teknik *Modelling* adalah proses balajar dengan cara mengamati pola dan perubahan perilaku yang dihasilkan dari suatu objek ataupun individu yang dijadikan sebagai model.¹⁸ Prosedur meneladani ini menggunakan proses *Learning-by-observation*, dimana perilaku yang harus ditiru ketika perilaku satu atau beberapa karakter yang menjadi model/ teladan bertindak sebagai stimulus untuk berpikir dan bersikap seperti perilaku objek/ model yang sedang diamati.¹⁹

Teknik *modelling* simbolis menurut Cervon dan Pervin adalah cara penyajian melalui pemberian contoh yang positif dengan role model melalui film, video/

¹⁷ Anwar Suntoyo, *Bimbingan & Konseling Islam (Teori dan Praktik)*, (Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2003) h. 18

¹⁸ Nursalim Mochamad, *Strategi Konseling*, (Surabaya : Unesa University, 2005) h. 63

¹⁹ Edi Purwanto, *Modifikasi Perilaku (Alternatif Anak Berkebutuhan Khusus)*, (Jakarta : Pustaka Belajar), h. 129-130

gambar.²⁰ Sementara menurut Bandura dalam Heri Teknik *modelling* simbolik adalah dimana klien/ konseli melihat model yang telah dipilih dalam film, gambar ataupun cerita.²¹

Dari beberapa pengertian ahli diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *modelling* simbolik merupakan suatu proses dimana seseorang belajar atau meniru orang lain yang telah dipilih menjadi model yang nantinya perilaku dari model itu akan dicontoh ataupun ditiru melalui video, film, gambar ataupun cerita.

Dalam penelitian ini peneliti cenderung memberikan teknik *Modelling* simbolik menggunakan role model Jerome Pollin melalui video youtubena di channel Nihongo Mantappu,

3. Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri menurut Schultz adalah proses perkembangan tertinggi dan semua bakat yang manusia miliki digunakan untuk suatu hal yang bermanfaat, dan pemenuhan semua kualitas yang manusia miliki.²²

Aktualisasi diri dalam psikologi humanistic merupakan kecenderungan untuk berjuang menjadi apapun yang sanggup kita raih, motif yang mendorong kita untuk bisa mencapai potensi secara penuh dan dapat mengekspresikan kemampuan unik yang kita miliki.²³

Dari berbagai penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasannya aktualisasi diri adalah kemampuan untuk

²⁰ Cervon, D & Pervin L.A, *Personality Theory and Research*, (Amazon : John Wiley and Sons, Inc, 2001) h. 472.

²¹ Heri Rahyubi, *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, (Bandung : Nusa Media, 2012), h. 117.

²² Hartono, *Psikologi Konseling*, (Jakarta : Kencana, 2012) hal. 146

²³ Nevid, Jeffrey S, Spancer A. Rathus dan Beverly Greene, *Abnormal Pshychology in a Changing World*, terj. Tim Fakultas Psikologi UI dengan judul : Psikologi Abnormal, (Jakarta : Erlangga, 2005) hal. 294.

mengenal potensi unik yang kita miliki lalu dikembangkan dan menumbuhkannya menjadi apa saja yang kita inginkan. Hal ini juga bersangkutan dengan kondisi konseli yang hingga saat ini belum mengenali potensi, dan kemampuan yang dimiliki, ia sering merasa takut menyampaikan pendapat dan ragu ketika menentukan suatu pilihan.

F. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah penyusunan skripsi, maka peneliti akan menyusun sistematika dalam penulisannya sebagai berikut :

Bagian Awal

Pada bagian awal akan terdiri dari; judul penelitian yang terdapat pada cover, persetujuan dosen pembimbing, pengesahan tim penguji, motto beserta persembahan, pernyataan otentitas skripsi, abstrak, kata pengantar, dan terakhir daftar isi.

Bagian Inti

Pada bagian inti akan dibagi menjadi 5 bagian BAB, rinciannya sebagai berikut ;

a) Bab I :

Pada bab ini memiliki judul besar berupa pendahuluan yang didalamnya memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan terakhir yaitu sistematika pembahasan.

b) Bab II :

Pada bab ini memiliki judul besar berupa kajian teori yang didalamnya memuat kerangka teoritik, penelitian terdahulu dan hubungan teknik *modelling*. Pada kerangka teoritik mencakup penjelasan secara teori mengenai konseling islam, Teknik *Modelling* Simbolik dan aktualisasi diri.

c) Bab III :

Pada bab ini memiliki judul besar berupa metode penelitian yang didalamnya memuat pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas data, dan terakhir teknik analisis data.

d) Bab IV :

Pada bab ini memiliki judul besar berupa hasil dan pembahasan yang didalamnya memuat gambaran umum subjek penelitian, hasil penelitian, dan terakhir pembahasan hasil penelitian dalam perspektif teori maupun islam.

e) Bab V :

Pada bab ini memiliki judul besar berupa penutup yang didalamnya memuat kesimpulan dan saran.

Bagian Akhir

Pada bagian akhir ini berisi tentang daftar pustaka, serta lampiran-lampiran.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kajian Teoritik

1. Konseling Islam

a) Pengertian Konseling Islam

Menurut Samsul Munir konseling islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang sistematis dan terarah kepada individu agar dapat mengembangkan potensi atau karakter keagamaannya secara optimal dengan memanfaatkan secara optimal nilai-nilai yang terkandung dalam Al- Qur'an dan Al Hadits, sehingga kehidupan individu tersebut dapat selaras sesuai tuntutan Al- Qur'an dan Al Hadits.²⁴

Sedangkan menurut Ahmad Mubarak, konseling islam adalah seorang konselor mengintruksikan konseli untuk berbuat baik dan benar-benar dikerjakan oleh konseli, dalam hal ini berbuat baik sesuai dengan ajaran agama islam.²⁵

Dari berbagai pengertian diatas dapat disimpulkan bahwasannya konseling islam merupakan proses konseling/ membantu seseorang menyelesaikan masalah sesuai dengan ketentuan Allah dan Rasul- Nya yang berlandaskan Al- Qur'an dan Al- Hadits. Pada penelitian ini peneliti melakukan proses konseling menggunakan Teknik *modelling* simbolik yang didalamnya tetap berlandaskan Al- Qur'an.

²⁴ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : Amzah, 2013) h. 23

²⁵ Ahmad Mubarak, *Al- Irsyad An- Nafsiy Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta : Bina Rena Pariwara, 2000) h. 79

Adapun penyelesaian aktualisasi diri pada penelitian ini akan menggunakan konseling islam dengan cara memberikan bantuan penyelesaian masalah sesuai dengan ajaran Allah, dan tetap berlandaskan Al- Qur'an. Meskipun pada penelitian ini juga menggunakan Teknik *modelling* simbolik tetapi dalam proses konseling, peneliti tetap menggunakan sentuhan-sentuhan islami.

b) Tujuan Konseling Islam

Konseling islam membantu seseorang menangani suatu permasalahan yang sedang dihadapi, dan juga membantu seseorang mengembangkan potensi positif yang dimiliki orang tersebut.

Adapun tujuan konseling islam secara singkat akan dijelaskan sebagai berikut :

1) Tujuan Umum

Konselor membantu konseli untuk mengenali potensi yang ada dalam dirinya, bijak dalam mengambil suatu keputusan, dan dapat membedakan yang haq dan bathil.

2) Tujuan Khusus

- (a) Untuk membantu konseli dalam mengatasi suatu permasalahan
- (b) Untuk membantu konseli agar tidak memiliki masalah
- (c) Untuk membantu konseli mengembangkan situasi dan kondisi yang telah membaik, agar tetap normal, hingga tidak menjadi sumber

munculnya permasalahan bagi orang lain maupun dirinya sendiri.²⁶

Adapun menurut Syamsu Yusuf, tujuan konseling islam yaitu membantu seseorang supaya memiliki kesadaran, sikap, pemahaman ataupun perilaku sebagai berikut :

- 1) Mempunyai kesadaran atas dirinya sebagai makhluk dan hamba- Nya
- 2) Mempunyai kesadaran akan fungsi hidupnya di dunia sebagai khalifah Allah
- 3) Dapat menerima dan memahami keadaan dirinya secara sehat
- 4) Mempunyai kebiasaan hidup sehat dalam makan, minum, tidur hingga menggunakan waktu luang
- 5) Mempunyai komitmen pada diri sendiri untuk selalu mengamalkan ajaran agama sebaik-baiknya sesuai yang diperintahkan Allah
- 6) Mempunyai kebiasaan belajar maupun bekerja positif
- 7) Memahami setiap permasalahan dan dapat menghadapinya dengan sabar dan secara wajar
- 8) Memahami faktor yang dapat menimbulkan masalah ataupun stress
- 9) Dapat merubah persepsi menjadi persepsi yang sehat
- 10) Dapat mengambil hikmah dari musibah ataupun permasalahan yang sedang dialami/ yang telah terjadi

²⁶ Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta : PT. Bina Rena Pariwara, 2000) h. 9

11) Dapat mengontrol emosi dan selalu menerapkan introspeksi diri setiap harinya

Tujuan konseling islam pada penelitian ini adalah membantu konseli dalam mengatasi permasalahannya dan membantu konseli untuk bisa menerima dan memahami keadaan dirinya sendiri secara sehat, tidak ada lagi ketakutan berkomunikasi dengan orang baru, dan menerima kemampuan yang dimiliki sehingga dapat mengembangkan kemampuannya dan berguna bagi lingkungannya.

c) Metode Konseling Islam

Metode konseling islam menurut Thohari sebagai berikut :

1) Metode Langsung

(a) Metode individual, konselor pada metode ini melakukan komunikasi langsung dengan pihak yang dibimbing/ konseli secara individu. Ada beberapa Teknik yang digunakan dalam metode ini yaitu, percakapan pribadi, kunjungan rumah (*home visit*) dan kunjungan/ observasi.

(b) Metode kelompok, konselor melakukan komunikasi dengan klien/ konseli dalam bentuk kelompok, gabungan beberapa orang yang memiliki karakteristik permasalahan sama. Adapun Teknik yang digunakan dalam metode ini yaitu, diskusi kelompok, karya wisata, sosiodrama, psikodrama dan *group teaching*.

2) Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung ini adalah salah satu metode bimbingan dan konseling yang dilakukan melalui media, tidak tatap muka secara langsung, hal ini dapat dilakukan secara individual dan juga kelompok. Adapun media tidak langsung yang digunakan pada metode individual yaitu, surat menyurat, email, chat maupun telepon.

Sedangkan media tidak langsung yang digunakan pada metode kelompok yaitu, papan bimbingan, surat kabar, brosur, televisi, maupun video.²⁷

Metode konseling islam yang digunakan pada penelitian ini adalah metode individual secara langsung dan tidak langsung. Metode secara langsung berupa home visit, observasi di lingkungannya, dan percakapan pribadi dengan tempat yang bisa membuat konseli nyaman. Sedangkan metode tidak langsung hanya digunakan peneliti untuk proses tindak lanjut dan follow up kedepannya apabila konseli memiliki masalah lain, konseli dapat menghubungi melalui chat maupun telfon. Selain itu chat dan juga telfon digunakan peneliti untuk sarana dalam mengingatkan tugas dari proses konseling yang telah diberi.

²⁷ Thoha Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 1992) h. 5 dan 50

d) Tahapan Konseling Islam

Terdapat 5 tahap dalam proses konseling islam, berikut penjelasan singkat dari setiap tahapannya²⁸ :

1) Tahapan identifikasi masalah

Pada tahapan ini konselor mulai mengenali masalah beserta gejala yang nampak pada klien/konseli. Pada tahapan ini konselor dapat menulis semua permasalahan yang dialami klien/konselinya, dan nantinya konselor akan memilih masalah mana yang lebih utama untuk diselesaikan/ diatasi.

2) Tahapan diagnose

Tahapan ini bertujuan untuk menetapkan masalah yang berlandaskan latar belakangnya. Pada tahapan ini yang dilakukan adalah mengumpulkan data dengan cara mengobservasi konseli. Apabila data telah terkumpul semua konselor dapat menetapkan masalah beserta latar belakangnya.

3) Tahapan prognosa

Tahapan ini bertujuan untuk menetapkan terapi atau Teknik yang pas untuk membantu menyelesaikan masalah tersebut sesuai dengan hasil diagnose.

4) Tahapan terapi

Tahapan terapi merupakan proses pemberian terapi sesuai dengan yang ditetapkan pada tahapan sebelumnya.

²⁸ I. Djumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung : CV Ilmu, 1975) h. 104-106

5) Tahapan evaluasi dan follow up

Tahapan ini memiliki tujuan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana tahapan terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil yang diinginkan. Dalam tahapan follow up atau tindak lanjut akan dilihat perkembangan klien/ konseli dalam jangka waktu Panjang.

Tahapan konseling islam yang digunakan pada penelitian ini sesuai urutan diatas, hanya saja pada tahapan terapi peneliti akan memasukkan tahapan dari Teknik *modelling* simbolik yang didalamnya tidak lepas dengan sentuhan islami dan tetap menjadikan Al- Qur'an sebagai landasannya.

2. Teknik *Modelling* Simbolik

a) Pengertian Teknik *Modelling* Simbolik

Salah satu teknik yang ada dalam bagian terapi behavior adalah teknik *Modelling*, behavior sendiri adalah suatu pandangan ilmiah mengenai suatu tingkah laku manusia. Behavior memandang bahwasannya manusia sangat mekanistik, menganggap manusia seperti mesin, konsep dari mekanistik adalah stimulus respon yang seolah-olah mengatakan bahwa manusia akan bertingkah laku apabila mendapatkan stimulus.²⁹

Symbolic model technuqe menurut Komalasari, dkk adalah tokoh yang digunakan sebagai model pembelajaran yang disajikan/ dapat dilihat melalui

²⁹ Dede Rahmat Hidayat, *Psikologi Kepribadian*, (Bogor : Ghalia Indonesia, 2011) hal. 127

film, gambar maupun cerita.³⁰ Pendapat lain disampaikan oleh Alwisol mengenai pengertian *modelling* simbolik adalah penyajian model pembelajaran dengan menggunakan contoh tingkah laku yang disajikan dalam bentuk simbol berupa film dan juga televisi.³¹

Dari beberapa pengertian ahli diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *modelling* simbolik merupakan suatu proses dimana seseorang belajar atau meniru orang lain yang telah dipilih menjadi model yang nantinya perilaku dari model itu akan dicontoh ataupun ditiru melalui video, film, gambar ataupun cerita.

Dalam penelitian ini model yang dipakai dari beberapa video youtube, chanel yang dipilih yaitu chanel youtube Nihongo Mantappu. Alasan peneliti memilih video youtube sebagai model adalah, karena konseli suka menonton video-video youtube disela-sela kesibukan kuliahnya dan alasan peneliti memilih channel Nihongo Mantappu sebagai model adalah karena channel itu relate dengan anak muda saat ini, videonya dikemas dengan selera anak muda yang mudah dipahami, terlebih lagi Jerome Polin juga sebagai mahasiswa, jadi lebih match dengan konseli yang sama-sama sebagai mahasiswa.

³⁰ Komalasari, Wahyu & Karsih, *Teori dan Teknik* Konseling, (Jakarta : Indeks, 2011) h. 179

³¹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang : UMM Press, 2004, h. 367.

b) Manfaat Teknik *Modelling* Simbolik
Manfaat Teknik *modelling* simbolik menurut Sofyan Willis diantaranya yaitu³² :

- 1) Memperoleh keterampilan diri untuk beradaptasi dengan lingkungannya
- 2) Memberikan pengalaman belajar yang dapat dicontoh oleh konseli
- 3) Menghapus beberapa hasil belajar yang adaptif
- 4) Mendapatkan tingkah laku yang efektif
- 5) Mengatasi gangguan dalam keterampilan sosial, reaksi emosional dan juga pengendalian diri.

Sedangkan manfaat Teknik *modelling* simbolik menurut Bandura dalam Alwisol antara lain :

- 1) Untuk menghambat dan mngurangi ataupun menghilangkan hambatan perilaku yang ada dalam seseorang
- 2) Menjadi fasilitas respon, tingkah laku yang dijadikan model bisa berfungsi sebagai isyarat maupun pengingat

Sedangkan manfaat dari Teknik *modelling* simbolik pada penelitian ini adalah dapat membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang menyimpannya, dan memberikan keterampilan diri pada konseli untuk beradaptasi dengan lingkungannya terlebih pada lingkungan baru.

c) Kelebihan dan Kekurangan Teknik *Modelling* Simbolik
Menurut Komalasari kelebihan dari Teknik *Modelling* simbolik adalah praktis, menarik dan juga

³² Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung : Alfabeta, 2004) h. 31

lebih efisien. Sedangkan kekurangan dari Teknik *modelling* simbolik menurut komalasari antara lain³³:

- 1) Keberhasilan penggunaan Teknik *modelling* simbolik ini sebenarnya tergantung pada persepsi klien/ konseli terhadap model yang diberikan. Apabila klien/ konseli tidak sepenuhnya percaya pada model tersebut, maka yang terjadi adalah ia kurang atau bahkan tidak akan mencontoh tingkah laku dari model.
- 2) Apabila model yang digunakan kurang bisa memerankan tingkah laku yang diharapkan, maka tujuan tingkah laku yang didapat akan kurang tepat.
- 3) Klien/ konseli bisa jadi menganggap bahwa Teknik ini sebagai keputusan tingkah laku yang harus ia lakukan, sehingga klien/ konseli kurang bisa mengadaptasikan tingkah laku model versi dirinya sendiri.

Menurut peneliti kelebihan dalam penelitian ini dengan menggunakan Teknik *modelling* simbolik adalah praktis karena peneliti hanya perlu menyiapkan beberapa video dari youtube yang akan digunakan sebagai model. Kelebihan lainnya yaitu menarik karena dalam video-video youtube Nihongo Mantappu, Jerome sebagai youtuber yang mengelola chanel tersebut bisa mengemas video-video itu dengan lelucon meskipun isi dari video tersebut mengandung beberapa motivasi.

³³ Komalasari, *Ibid*, h. 179

Sedangkan kekurangan dalam penelitian ini adalah peneliti harus mengenalkan terlebih dahulu latar belakang dari model yang akan dipakai kepada konseli agar konseli bisa satu persepsi dan bisa sepenuhnya mencontoh perilaku/ tingkah laku dari model tersebut tanpa ada paksaan.

d) Tahapan-Tahapan Teknik *Modelling* Simbolik

Menurut Bandura tahapan pada teknik *modelling* terdapat 4 langkah, yaitu :³⁴

1) Proses Attentional

Pada dasarnya proses attentional merupakan sebuah proses memperhatikan model dengan cermat dan seksama. Ada beberapa hal yang dapat diperhatikan dengan baik, pertama yaitu kapasitas sensoris seseorang, karena stimulus modeling yang digunakan untuk mengajari seseorang yang tunanetra/ tunarungu akan memiliki beberapa hal yang berbeda dibandingkan dengan mengajari individu yang normal.

Kedua yaitu perhatian selektif seseorang dapat dipengaruhi oleh penguatan masa lalu. Penguatan masa lalu yang dialami seorang pengamat/ konseli dapat menciptakan tata-situasi persepsi dalam dirinya yang nantinya akan berpengaruh pada observasi selanjutnya.

Ketiga yaitu karakteristik orang yang dijadikan model akan mempengaruhi sejauh mana mereka akan diperhatikan.

³⁴ B.R. Hergenhahn, Matther H. Olson, *Theories of Learning*, (Jakarta : : Kencana, 2012) hal. 363.

2) Proses Retensional

Proses retensional merupakan informasi yang telah diperoleh dari hasil observasi diingat secara simbolis agar informasi itu dapat berguna. Setelah informasi disimpan secara kognitif, hal itu dapat diambil kembali, diulangi dan diperkuat beberapa waktu setelah proses konseling dilakukan.

3) Proses Pembentukan Perilaku

Proses inilah yang menentukan sejauh mana hal-hal yang telah dipelajari akan diterjemahkan kemudian dipraktikkan kedalam tindakan secara nyata. Agar seseorang dapat menerjemahkan informasi yang didapat lalu merubahnya menjadi tindakan atau tingak laku maka keadaan individu tersebut harus saling mendukung.

4) Proses Motivasional

Proses terakhir pada tahap ini adalah proses motivasional, motivasi diberikan kepada individu dengan berupa pujian untuk meningkatkan rasa percaya diri konseli dan memperkuat perilaku yang akan dibentuk.

e) Penjelasan Role Model yang Digunakan

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan Teknik *modelling* simbolik melalui video Youtube, beberapa video yang peneliti pilih berasal dari chanel YouTube Nihongo Mantappu.

Nihongo Mantappu adalah channel yang lahir dengan diawali keinginan untuk memberikan konten yang bermanfaat. Hingga pada akhirnya, setiap unggahannya kini menghadirkan informasi yang berguna, utamanya bagi generasi muda. Channel ini, dikembangkan oleh youtuber muda yaitu Jerome

Polin, peraih beasiswa Mitsui Bussan yang berkesempatan untuk melanjutkan studi di Waseda University di Jepang pada jurusan matematika terapan. Konten yang ditawarkan beragam, mulai dari konten edukasi bahasa Jepang, membahas soal matematika, challenge seru, sampai wisata Jepang semua tersedia lengkap. Berdasarkan komen yang membanjiri channel tersebut, rupanya banyak anak muda yang berhasil mempelajari bahasa Jepang secara otodidak sejak Jerome dengan giat mengunggah konten pelajaran bahasa Jepang bersama temannya, Kevin. Selain itu, ia kerap membagikan pengalamannya mulai dari perjuangan mendapat beasiswa, sampai pengalaman kehidupan sehari-hari sebagai mahasiswa di negeri asing. Perjuangannya begitu menginspirasi, dimana Jerome yang awalnya sama sekali tidak dapat berbahasa Jepang, kini bisa setara bahkan menyaingi penduduk asli Jepang. Tak jarang penonton mencurahkan kerinduannya untuk dapat merasakan kuliah di luar negeri pada kolom komentar. Selain motivasi, Jerome juga kerap membagikan konten hiburan, seperti challenge matematika, mencicipi berbagai makanan populer, dll. Rumus matematika dapat ia sampaikan dengan cara yang interaktif dan menarik, yang dapat memicu penonton untuk ikut serta menghitung dan menjawab kuis yang ada. Beberapa pertanyaan viral mengenai matematika pun ia selesaikan dengan mudah, sehingga penonton dapat terpuaskan rasa penasarannya. Tak hanya sendiri, Jerome juga kerap mengajak teman-temannya, seperti Waseda Boys (Otsuka, Yusuke, dan Tomo), Erika, Takuya, dan masih banyak lagi tamu-tamu lainnya.

Interaksi yang dihadirkan tidak pernah gagal membuat penonton gemas dan tertawa dengan tingkah jenaka Jerome dan teman-teman. Maka tidak heran apabila Jerome, dan kawan-kawannya mempunyai banyak penggemar di Indonesia, di mana suatu kali pernah diadakan fan meeting yang berhasil memenuhi seluruh ruangan dengan penggemar, bahkan banyak dari antara mereka yang rela duduk di lantai untuk menemui sang idola. Tidak dapat dipungkiri bahwa Jerome telah menjadi panutan untuk banyak generasi muda di Indonesia dalam menggapai mimpi, bahkan menjadi panutan bagi youtuber lainnya untuk menciptakan konten yang positif dan juga bermanfaat bagi penonton.³⁵

3. Aktualisasi Diri

a) Pengertian Aktualisasi Diri

Self actualization atau aktualisasi diri merupakan kebutuhan dan pencapaian tertinggi seorang manusia, anggapan yang mendasari hal tersebut adalah semua orang akan dapat mencapai potensi tertingginya pada semua bidang dan fungsinya. Apabila diberikan kebebasan untuk tumbuh, secara tidak langsung banyak hal yang akan menghambat aktualisasi diri tersebut. Aktualisasi diri menurut Maslow adalah proses suatu individu menjadi diri sendiri dan dapat mengembangkan sifat-sifat dan potensi yang dimiliki.³⁶

³⁵ Sijabat, J.P. *Mantappu Jiwa*, (Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2019).

³⁶ V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Teori Humanistic Psikologi Abnormal*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006), hal. 29-30.

Aktualisasi diri menurut Schultz adalah proses perkembangan tertinggi dan semua bakat yang manusia miliki digunakan untuk suatu hal yang bermanfaat, dan pemenuhan semua kualitas yang manusia miliki.³⁷

Aktualisasi diri dalam psikologi humanistic merupakan kecenderungan untuk berjuang menjadi apapun yang sanggup kita raih, motif yang mendorong kita untuk bisa mencapai potensi secara penuh dan dapat mengekspresikan kemampuan unik yang kita miliki.³⁸

Aktualisasi diri menurut Uno adalah suatu proses perjuangan berkesinambungan yang dinamis, yang memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan dan bakat yang kita miliki secara maksimal, dan berjuang dengan gigih sebaik mungkin untuk bisa memperbaiki diri secara menyeluruh atau totalitas.³⁹

Menurut Siswandi aktualisasi diri dasarnya adalah memberikan perhatian pada manusia. Hal itu dapat tercapai melalui implementasi kemampuan, potensi dan bakat yang dimiliki dengan cara bekerja sebaik-baiknya, hingga tercapai eksistensi yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan dalam diri.⁴⁰

Dari berbagai penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwasannya aktualisasi diri adalah

³⁷ Hartono, *Psikologi Konseling*, (Jakarta : Kencana, 2012) hal. 146

³⁸ Nevid, Jeffrey S, Spancer A. Rathus dan Beverly Greene, *Abnormal Pshychology in a Changing World*, terj. Tim Fakultas Psikologi UI dengan judul : Psikologi Abnormal, (Jakarta : Erlangga, 2005) hal. 294.

³⁹ Fitri, Nurul Hani, *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Kemampuan Aktualisasi DIRi Kelas X SMA Negeri 1 Binjai*. (UNM, 2014) hal. 294.

⁴⁰ Betsy Amanda S & Reny Y, *Hubungan Antara Kebutuhan Aktualisasi Diri dengan Motivasi Kerja pada Wanita Karir*, (Jurnal Sosio Humaniora No. 2, pp. 134-136)

kemampuan untuk mengenali potensi unik yang kita miliki lalu dikembangkan dan menumbuhkannya menjadi apa saja yang kita inginkan. Hal ini juga bersangkutan dengan kondisi konseli yang hingga saat ini belum mengenali potensi, bakat maupun kemampuan yang dimiliki, ia sering merasa insecure dan minder atas kemampuan yang teman-temannya miliki.

Aktualisasi diri merupakan kebutuhan untuk merealisasikan berbagai potensi diri, adapun aktualisasi diri pada penelitian ini adalah fokus pada merealisasikan diri konseli supaya tidak lagi takut ketika berkomunikasi dengan orang baru, ragu-ragu dalam mengambil keputusan dan merasa minder akan kemampuannya, disini peneliti juga membantu konseli dalam mengenali kemampuan hingga dapat mengembangkannya.

b) Ciri-Ciri Orang yang Mengaktualisasikan Diri

Ciri-ciri orang yang mengaktualisasikan diri menurut Rogers sebagai berikut :⁴¹

- 1) Terbuka dan fleksibel pada setiap pengalaman yang pernah terjadi di hidupnya dan menerima semua pengalaman yang terjadi baik suka maupun duka.
- 2) Tidak bersikap protektif
- 3) Emosi yang dimiliki positif
- 4) Kepribadian yang dimiliki fleksibel dalam bertindak maupun mengambil keputusan
- 5) Merasa senang setiap pengalaman yang dialami

⁴¹ Schults Duane, *Psikologi Pertumbuhan : Model-Model Kepribadian Sehat*, (Yogyakarta : Kanisius, 1991) hal. 51

- 6) Mudah beradaptasi
- 7) Memiliki keterbukaan di setiap momen yang ada
- 8) Berani mengambil keputusan dan siap menerima resiko atas pertimbangan yang dilihat
- 9) Memilih dan mengambil tindakan secara bebas tanpa adanya paksaan dari pihak lain
- 10) Percaya diri, mandiri dan tidak dikendalikan dengan masa lalu
- 11) Spontan dan kreatif, membuat respon dengan sesuai dan tidak dibuat-buat.

Konseli belum memiliki ciri-ciri seperti yang disebutkan diatas. Setelah dilakukan proses konseling, peneliti berharap konseli memiliki ciri-ciri dari orang yang mampu mencapai aktualisasi diri, diantaranya yaitu, terbuka dan lebih fleksibel di setiap pengalaman yang pernah terjadi dalam hidupnya, emosi yang dimiliki cenderung positif, tidak lagi suka marah-marah ketika diganggu waktu belajarnya, mudah beradaptasi, berani mengambil keputusan dan percaya diri pada kemampuan yang dimiliki.

c) Aspek Aktualisasi Diri

Beberapa aspek atau sifat orang-orang yang mengaktualisasikan diri menurut Rogers sebagai berikut :⁴²

- 1) Keterbukaan pada pengalaman
Orang yang mengaktualisasikan diri dapat menerima pengalaman dengan fleksibel sehingga mampu menumbuhkan persepsi yang baru. Orang yang mampu terbuka pada pengalaman akan mempunyai persepsi positif dan akurat tentang pengalaman yang pernah dialami dan

⁴² Ibid, Hal. 51-55

- bagaimana perasaannya sendiri.⁴³ Keterbukaan merupakan hal yang penting dalam proses mengaktualisasikan diri.
- 2) Kehidupan eksistensial
Kehidupan eksistensial adalah kehidupan disini dan sekarang. Rogers berpendapat bahwasannya kita sebagai manusia seharusnya memandang sesuatu sebagaimana adanya, kenangan dan angan-angan bukanlah sesuatu yang kita alami disini dan sekarang. Hidup yang eksistensial merupakan adanya kemampuan dalam menyesuaikan diri sebagai respons di pengalaman selanjutnya.
 - 3) Kepercayaan terhadap diri sendiri
Percaya dan yakin pada diri sendiri adalah dimana seseorang mampu melakukan apa yang menurutnya baik.
 - 4) Perasaan bebas
Perasaan bebas disini artinya mengalami kebebasan dalam melakukan sesuatu tanpa adanya paksaan, tekanan maupun ancaman yang datang dari pihak manapun. Rogers berpendapat bahwa orang yang mengaktualisasikan diri bisa merasakan kebebasan dan mampu bertanggung jawab atas apa yang telah dipilihnya.
 - 5) Kreatifitas, spontanitas dan selera humor
Keterbukaan diri terhadap pengalaman dan kepercayaan pada diri sendiri nantinya akan mendorong seseorang memiliki kreatifitas dengan bertingkah laku apa adanya. Kreatifitas merupakan ungkapan bagaimana kita mengamati

⁴³Boeree, George, *Personality Theories*, (Yogyakarta : Prima Sophie, 2004)
Hal. 328

dan bereaksi terhadap hasil karya. Spontanitas adalah sikap sewajarnya/ tidak dibuat-buat. Humor adalah sikap seseorang yang bisa melihat sisi dirinya ataupun orang lain tersenyum bahkan hingga tertawa, tetapi bukan menertawakan kekurangan mereka.

Aspek-aspek aktualisasi menurut Rogers adalah sifat-sifat yang diharapkan untuk dimiliki seseorang yang sehat. Seseorang yang dapat mengaktualisasikan diri akan terlihat perkembangan hidup yang penuh dengan penerimaan, penerimaan pada diri sendiri maupun orang lain.

d) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktualisasi Diri

Orang yang telah tercapai aktualisasi dirinya akan sangat memahami bahwasannya ada hambatan lain di dalam maupun di luar keberadaan dirinya sendiri yang seharusnya mampu mengendalikan perilaku dan tindakannya untuk melakukan sesuatu. Adapun penjelasan faktor internal dan eksternal menurut Maslow akan dijelaskan sebagai berikut :⁴⁴

1) Internal (di dalam)

Faktor internal adalah bentuk hambatan yang berasal dari dalam diri seseorang. Beberapa faktor internal tersebut meliputi;

(a) Ketidaktahuan akan potensi dirinya

Potensi diri adalah kemampuan dasar yang dimiliki dan masih terpendam dalam diri manusia dan menunggu untuk diwujudkan menjadi sesuatu yang bermanfaat pada

⁴⁴ Koeswara, *Teori-Teori Kepribadian*, (Bandung : PT. Gresco, 1991), hal. 126.

kehidupan sendiri maupun dilingkungannya.⁴⁵

(b) Perasaan ragu dan takut akan potensi yang dimiliki, yang akhirnya potensi tersebut tidak dapat berkembang secara maksimal.

2) Eksternal (di luar)

Faktor eksternal adalah bentuk hambatan yang berasal dari luar diri seseorang. Beberapa faktor eksternal tersebut meliputi;

(a) Budaya masyarakat

Adanya perbedaan karakter seseorang dengan budaya masyarakat yang tidak mendukung dapat menjadikan upaya aktualisasi diri seseorang terhambat. Karena kenyataannya lingkungan masyarakat tidak sepenuhnya mendukung dan menunjang upaya pencapaian aktualisasi diri seseorang.

(b) Faktor lingkungan

Lingkungan masyarakat sangatlah berpengaruh pada upaya untuk mencapai aktualisasi diri.⁴⁶ Lingkungan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan dan pengembangan perilaku suatu individu, baik secara lingkungan fisik maupun sosio-psikologi.

(c) Pola asuh

Pengaruh keluarga dalam pencapaian aktualisasi diri sangat besar, banyak faktor di dalam keluarga yang berpengaruh dalam proses tumbuh kembang seorang anak. Jadi,

⁴⁵ Wiyono, Slamet, *Manajemen Potensi Diri* Edisi: Rev, (Jakarta : PT. Grasindo, 2004) hal. 37.

⁴⁶ Asmadi, Tengku, *Motivasi Alihan Pelajari*, (Jakarta : PTS. Litera Utama, 2008) hal. 178

pola asuh orang tua memiliki peranan penting dalam proses aktualisasi diri seseorang.⁴⁷

Untuk membantu keberhasilan dalam penelitian ini, peneliti membutuhkan beberapa support system dari orang-orang terdekat konseli, karena faktor lingkungan dapat berpengaruh dalam tercapainya aktualisasi diri pada konseli, selain itu peneliti akan selalu memberikan motivasi pada konseli untuk bisa berubah menjadi lebih baik, dengan adanya motivasi tersebut diharapkan konseli terdorong dari dalam dirinya sendiri untuk menyelesaikan masalah dan berubah menjadi lebih baik, karena selain faktor lingkungan, faktor internal juga memiliki peranan penting dalam proses tercapainya aktualisasi diri.

4. Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Mahasiswa Menurut Perspektif Islam

Manusia diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang paling sempurna dibandingkan dari makhluk ciptaan Allah lainnya. Penjelasan tersebut sesuai dengan firman Allah dalam Al- Qur'an.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : “Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya” (Qs. At-Tin : 4)⁴⁸

⁴⁷ Brown. F. J, *Educational Psychology*, 2nder. (New Jersey : Prentice Hall Engelwood, 1961) hal.76.

⁴⁸ Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>

Manusia adalah ciptaan Allah yang paling unik karena antara manusia satu dengan lainnya tidak seratus persen memiliki kesamaan yang sama persis, khususnya pada kemampuan, bakat maupun potensi. Perbedaan-perbedaan tersebut akan berkembang menjadi identitas pada dirinya, masyarakat dan lingkungan dimana ia tinggal.

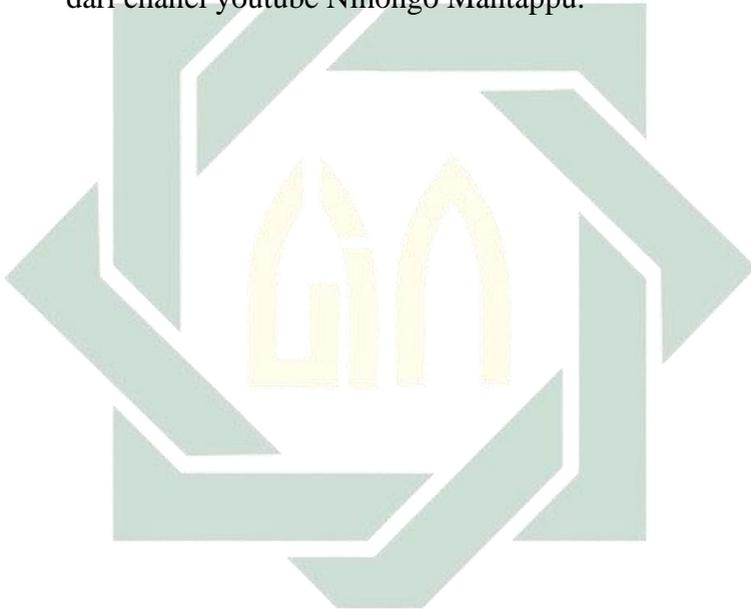
Hal ini selaras dengan penjelasan diatas bahwasannya manusia diciptakan sebagai makhluk yang paling sempurna diantara makhluk lainnya, maka dari itu kita sebagai manusia seharusnya bersyukur dengan kemampuan maupun potensi yang ada dalam diri, wujud dari bersyukur itu dengan cara terus mengembangkan kemampuan yang dimiliki agar dapat bermanfaat bagi dunia dan akhirat. Mengembangkan kemampuan disini disebut juga dengan aktualisasi diri. Aktualisasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengenali potensi unik yang ada dalam dirinya sehingga dapat dikembangkan dan berguna bagi lingkungannya. Dengan adanya permasalahan yang dialami konseli, peneliti akan membantu menyelesaikan permasalahan tersebut menggunakan konseling islam dengan Teknik *modelling* simbolik.

Teknik *modelling* sendiri adalah salah satu metode Nabi Muhammad SAW dalam menyebarkan agama islam yang sering kali diajarkan lewat contoh perilaku (*uswatun khasanah*) seperti yang terdapat pada sebuah ayat di Al- Qur'an :

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا
اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

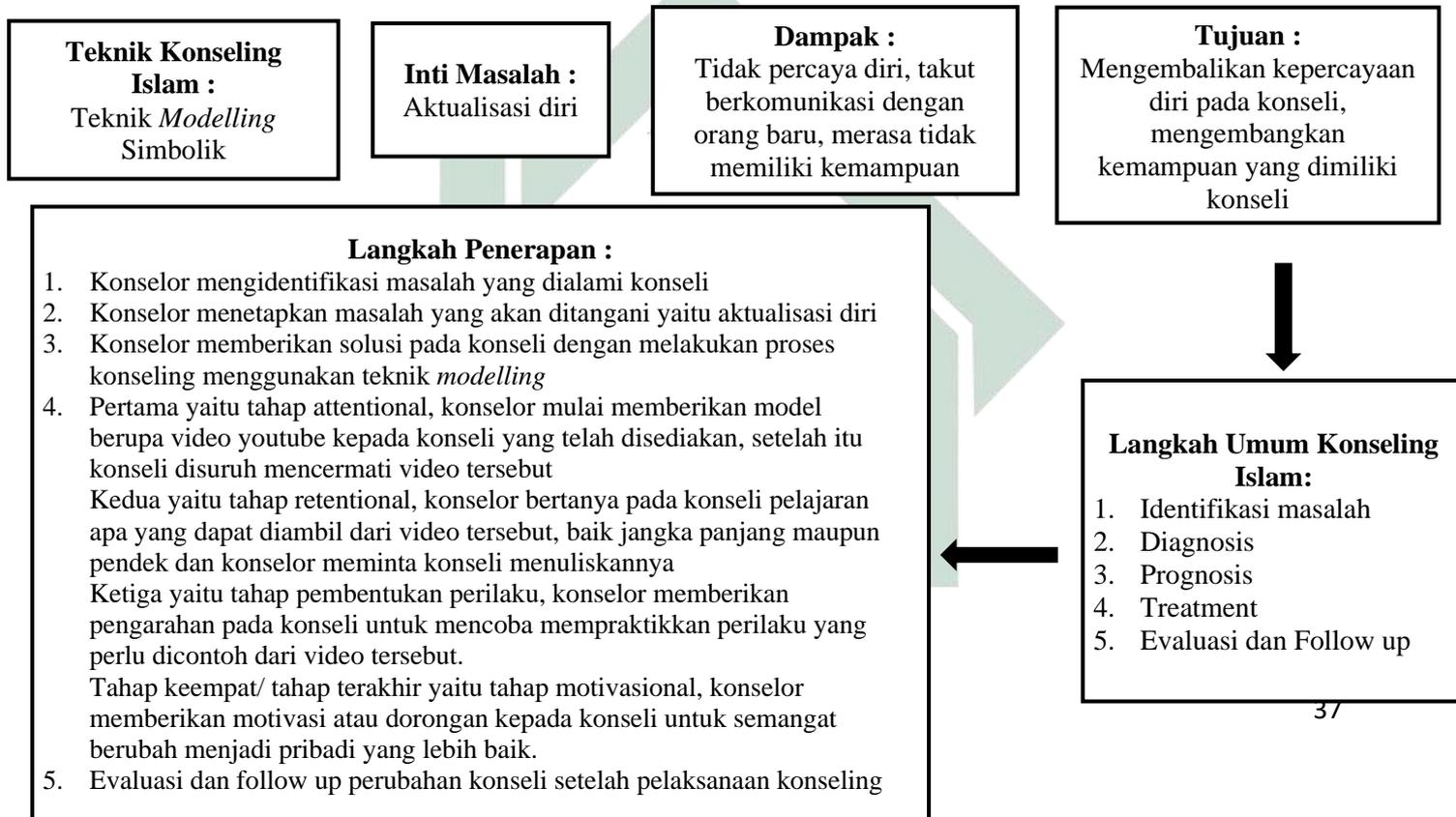
Artinya : “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu uswatun hasanah (suri tauladan yang baik) bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah” (Qs. Al- Ahzab : 21)⁴⁹

Pada penelitian ini Teknik *modelling* yang digunakan adalah Teknik *modelling* simbolik, dimana model pembelajarannya menggunakan media seperti video, film, dll. Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah video, video yang telah disiapkan peneliti diambil dari chanel youtube Nihongo Mantappu.



⁴⁹ Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat Al- Ahzab ayat 21-22*, diakses pada tanggal 14 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/09/tafsir-surat-al-ahzab-ayat-21-22.html>

Skema Konseling Islam menggunakan Teknik *Modelling* simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri



B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Skripsi dengan judul “Efektivitas Teknik Modeling Simbolik Dalam Bimbingan Karir Untuk Meningkatkan Perencanaan Karir Siswa di SMA Negeri 13 Pekanbaru” tahun 2021 yang ditulis oleh Al Ash’ari.

Persamaan :

letak persamaan pada kedua penelitian ini ada pada teknik yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan teknik *Modelling* simbolik.

Perbedaan :

perbedaan penelitian terdahulu dan sekarang yaitu, penelitian terdahulu menggunakan permasalahan karir, sedangkan pada penelitian sekarang menggunakan permasalahan aktualisasi diri. Penelitian terdahulu menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Perbedaan selanjutnya terdapat pada sasaran penelitian, penelitian terdahulu memiliki sasaran penelitian siswa SMA, sedangkan penelitian sekarang sasarannya adalah mahasiswa.

Hasil Penelitian :

Perencanaan karir siswa sebelum diberikan konseling secara rata-rata ada pada kategori rendah yaitu 47,50%, sedangkan setelah diberikan konseling menggunakan teknik modellig rata-rata perencanaan karir siswa mengalami peningkatan menjadi 63,79%

2. Skripsi dengan judul “Pengaruh Strategi Modeling Simbolik Dalam Bimbingan Kelompok Terhadap Pemahaman Spiritual Siswa SMP Negeri Suli Kecamatan Suli Barat” tahun 2019 yang ditulis oleh Warda Amanda.

Persamaan :

Letak persamaan pada kedua penelitian ini ada pada teknik yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan teknik *Modelling* simbolik.

Perbedaan :

Letak perbedaan penelitian terdahulu dan sekarang yaitu, penelitian terdahulu permasalahan yang diselesaikan adalah spiritual siswa, sedangkan pada penelitian sekarang menggunakan permasalahan aktualisasi diri. Penelitian terdahulu menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Perbedaan selanjutnya terdapat pada sasaran penelitian, penelitian terdahulu memiliki sasaran penelitian siswa SMP, sedangkan penelitian sekarang sasarannya adalah mahasiswa.

Hasil Penelitian :

Terdapat pengaruh yang signifikan antara spiritual siswa sebelum dan sesudah diterapkannya modelling simbolik dalam bimbingan kelompok siswa kelas VII SMPN 2 Suli secara berturut-turut ada pada kategori ideal dan nilai ideal masing-masing sebesar 57,70 dan 76,37.

3. Skripsi dengan judul “Teknik *Modelling* Sebagai Upaya Penanganan Untuk Mengurangi Perilaku Adiktif Smartphone Pada Anak Di Kelurahan Teritip, Kota Balikpapan, Kalimantan Timur” tahun 2018 yang ditulis oleh Ahmad Munir.

Persamaan :

Letak persamaan pada kedua penelitian ini ada pada teknik yang digunakan dan metode penelitian yang dipakai. Sama -sama menggunakan teknik *Modelling*

dan sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif.

Perbedaan :

Letak perbedaan penelitian terdahulu dan sekarang yaitu, penelitian terdahulu menggunakan permasalahan perilaku adiktif, sedangkan pada penelitian sekarang menggunakan permasalahan aktualisasi diri. Perbedaan selanjutnya terdapat pada sasaran penelitian, penelitian terdahulu memiliki sasaran penelitian siswa SMP, sedangkan penelitian sekarang sasarannya adalah mahasiswa.

Hasil Penelitian :

Konseli mulai bisa mengontrol hawa nafsunya dalam menggunakan ponsel. Perlahan konseli dapat mengurangi kebiasaan bermain ponsel terlalu lama yang menimbulkan perilaku adiktif tersebut. Hal ini adalah hasil dari ia mencontoh dan mengikuti arahan dari model. Perubahan ini mendapatkan respon positif pada orang-orang terdekatnya. Perubahan perilaku konseli setelah mendapatkan konseling yaitu lebih santun, giat belajar, tepat waktu dalam beribadah dan suka membantu pekerjaan ibunya di rumah, ibu konseli merasa senang atas perubahan tersebut.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, peneliti menggunakan pendekatan ini karena data yang dihasilkan akan berupa kata-kata tertulis ataupun dari lisan orang-orang di lingkungan sekitar dan perilaku yang diamati dan penelitian ini mengarah pada latar belakang suatu individu secara holistic.⁵⁰ Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami subjek penelitian.⁵¹

Pendekatan kualitatif menurut Hadari Nawawi dan Martini Hadari adalah suatu rangkaian kegiatan menjangkau informasi dari kondisi kehidupan suatu subjek dan akan dihubungkan dengan pemecahan masalah, baik secara teoritis maupun praktis.⁵²

Dari beberapa penjelasan mengenai penelitian kualitatif menurut para ahli, dapat dipahami bahwasannya penelitian kualitatif digunakan untuk memahami suatu fakta dalam suatu keadaan ataupun situasi latar dengan cara mendeskripsikannya menggunakan serangkaian kata-kata.

Alasan penulis memilih menggunakan pendekatan kualitatif, karena berdasarkan tujuan penelitian yang ingin mendapatkan gambaran langsung proses pelaksanaan konseling islam dengan Teknik *modelling* simbolik untuk

⁵⁰ Lexi J. Moeleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2014) hal. 4.

⁵¹ Lexi J. Moeloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2006) hal. 6.

⁵² Hadari Nawawi dan Martini Hadari, *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*, (Yogyakarta : Gajah Mada University Press, 1995), hal. 209.

meningkatkan aktualisasi diri pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

Dimana untuk mendapatkan hasil dari penelitian, penulis mendapatkan data-data yang diperlukan dari temuan langsung di lapangan yang kemudian data-data tersebut dituliskan dan dideskripsikan/ digambarkan dalam serangkaian kata-kata.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis studi kasus. Studi kasus adalah salah satu metode penelitian ilmu-ilmu social. Studi kasus secara umum cenderung menggunakan pertanyaan seputar bagaimana (how) atau kenapa (why). Apabila peneliti hanya mempunyai kesempatan kecil untuk mengontrol suatu peristiwa yang akan diamati dan apabila fokus dari penelitian tersebut ada pada kejadian masa sekarang dalam kehidupan nyata.⁵³

Studi kasus menurut Walgito adalah suatu metode yang digunakan untuk menyelidiki ataupun mempelajari suatu kejadian secara perseorangan. Pada studi kasus diperlukan banyak informasi fungsinya untuk mendapatkan data-data yang cukup luas mengenai objek yang diteliti. Metode ini adalah kelengkapan dari data yang telah diperoleh dengan metode lain.⁵⁴

Peneliti menggunakan studi kasus sebagai landasan teori ataupun acuan ketika peneliti sedang menggali sesuatu hal yang berkaitan dengan objek penelitian.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian bertempat di Jl. H. Samur Dusun Kencong Timur, Desa Kencong, RT. 30 RW. 6, Kencong,

⁵³ Robert K. Yin, *Studi Kasus Desain dan Metode*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2008) hal.1.

⁵⁴ Walgito. *Bimbingan dan Konseling Studi & Karir*, (Yogyakarta : Andi, 2010) hal. 92.

Kepung, Kab. Kediri, Jawa Timur (Rumah Konseli). Untuk lokasi penelitian memilih rumah konseli karena peneliti memerlukan beberapa data dari orang terdekatnya, juga demi memenuhi kenyamanan konseli, sehingga konseli dapat mengungkapkan semua permasalahan yang terjadi padanya tanpa ada paksaan.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Pada penelitian ini jenis data yang digunakan bersifat non statistic, maksudnya adalah data yang diperoleh nantinya akan berbentuk narasi. Adapun jenis data yang digunakan pada penelitian ini ada 2, yaitu data primer dan data sekunder :

a) Data primer

Menurut Sugiyono data primer adalah data yang diperoleh dari sumber data primer, atau data yang diperoleh secara langsung dari orang yang bersangkutan.⁵⁵ Data primer merupakan data utama/asli yang didapatkan peneliti dengan cara mengumpulkan data secara langsung di lapangan.⁵⁶

Data primer yang diperoleh peneliti dari sumber data primer/ konseli yaitu, latar belakang ia merasa minder akan kemampuan yang dimiliki, tertutup, takut berkomunikasi dengan orang baru, tidak percaya diri dan takut dalam menentukan pilihan.⁵⁷

⁵⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2011) hal. 139.

⁵⁶ M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*, (Jakarta : Ghalia Indonesia, 2002) hal. 82.

⁵⁷ Hasil wawancara dengan konseli mulai tanggal 1 Agustus – 4 November 2021

Selain dari konseli, data primer pada penelitian ini juga di dapatkan dari sumber data primer ibu konseli. Data yang diperoleh dari ibu konseli yaitu, ia bercerita bahwasannya dulu konseli tidak mendapatkan kasih sayang langsung dari kedua orang tuanya, ibunya bekerja diluar negeri sedangkan ayahnya tinggal di rumah orang tuanya (mbah konseli dari ayah), dan konseli di rawat oleh nenek konseli dari ibunya. Ketika konseli masih kecil dan ibunya sedang pulang ke Indonesia, ibunya sering kali mendengar perkataan dari saudara-saudaranya seperti “zak (nama samaran), mbak mela lo entuk ranking maneh, sampean kok gak tau entuk ranking to, marai dolan terus lo sampean. Mbok yo dadi bocah sing pinter ben penak golek sekolahe” kata-kata itu seakan-akan menggambarkan bahwasannya konseli tidak pintar, ibunya sesekali menegur saudaranya untuk tidak lagi berkata seperti itu, tetapi setiap kali ibunya pulang ke Indonesia konseli selalu bercerita bahwasannya ia masih sering diolok-olok tidak pintar. Konseli dulunya adalah anak yang ceria dan suka bercerita pada siapapun, tetapi semenjak MTs hingga sekarang konseli menjadi lebih pendiam.⁵⁸

b) Data sekunder

Data sekunder merupakan data yang telah tersedia dan diperoleh/ dikumpulkan oleh peneliti dari beberapa sumber yang ada untuk melengkapi data primer.⁵⁹ Dari data primer peneliti menggali lebih dalam lagi mengenai kondisi konseli di orang-

⁵⁸ Hasil wawancara dengan ibu konseli pada tanggal 30 September 2021

⁵⁹ M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*, (Jakarta : Ghalia Indonesia, 2002) hal. 82.

orang terdekatnya yang dijadikan peneliti sebagai sumber data sekunder.

Adapun data sekunder yang diperoleh peneliti dari teman kelas konseli di kuliah yaitu, komunikasi konseli dengan teman-temannya hanya sebatas jika perlu, apabila tidak perlu dia tidak akan berkomunikasi. Selain itu ketika konseli presentasi di kelas ia merasa tidak percaya diri, hal itu terlihat dari gaya konseli ketika menyampaikan materi. Konseli ketika kerja kelompok juga lebih banyak diam, tetapi ketika ia ditunjuk sebagai ketua kelompok, konseli dapat memimpin kelompok itu dengan baik.⁶⁰

Selain teman kelas konseli di sekolah sebagai sumber data sekunder, sumber data sekunder lainnya yaitu tetangga konseli. Dari tetangga konseli, data yang di dapat adalah ketika di rumah konseli jarang sekali keluar rumah, jarang berkomunikasi dengan tetangganya, hal itu sangat berbeda ketika ia masih kecil, ketika konseli masih kecil ia adalah anak yang sangat ceria, suka main ke rumah tetangganya dan bermain dengan teman-teman di lingkungannya sepulang sekolah.⁶¹

Selain tetangga dan teman kelas konseli di kuliah, data sekunder lain diperoleh dari teman SD konseli. Data yang didapat dari teman SDnya yaitu, dulu sewaktu SD ia masih seperti anak SD pada umumnya, bermain dengan teman-temannya. Hanya saja dulu konseli pernah bercerita pada temannya ini bahwasannya konseli sering dibilang tidak pintar oleh saudara-saudaranya.⁶²

⁶⁰ Hasil wawancara dengan teman konseli pada tanggal 27 September 2021

⁶¹ Hasil wawancara dengan tetangga konseli pada tanggal 30 September 2021

⁶² Hasil wawancara dengan teman SD konseli pada tanggal 9 Oktober 2021

2. Sumber Data

Sumber data ialah subjek darimana data penelitian diperoleh.⁶³ Sumber data sendiri merupakan salah satu unsur yang penting dalam sebuah penelitian. Peneliti menggunakan 2 sumber data yaitu, sumber data primer dan sumber data sekunder.

a) Sumber data primer

Sumber data primer adalah sumber utama dimana peneliti mendapatkan data.⁶⁴ Pada penelitian ini sumber data primer yang dipilih peneliti adalah konseli dan ibu, sebagai orang terdekat konseli.

b) Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber kedua atau berbagai sumber di sekitar objek penelitian untuk mendapatkan data sekunder yang nantinya berguna untuk melengkapi data primer.⁶⁵ Pada penelitian ini sumber data sekunder yang dipilih peneliti adalah tetangga konseli, teman kuliah dan teman SD konseli.

D. Tahap-Tahap Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat 3 tahapan penelitian, yaitu :

1. Tahap Pra- lapangan

Tahap ini digunakan untuk mulai menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, mengurus perizinan, menilai keadaan di lapangan, memilih dan memanfaatkan informasi yang telah

⁶³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : Rineka Cipta, 1980), h. 8

⁶⁴ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Baandung : CV. Alfabeta, 2009), h. 62-63

⁶⁵ Burhan Bugin, *Metode Penelitian Sosial : Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*, (Surabaya : Universitas Airlangga, 2001) hal. 128.

diperoleh, dan menyiapkan perlengkapan untuk digunakan di lapangan.

Pada tahap ini peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa pihak yang mengetahui informasi terkait konseli dari sumber data yang telah ditentukan, kemudian peneliti melakukan observasi terkait kesesuaian data di lapangan dan selanjutnya peneliti dapat menentukan judul agar valid.

2. Tahap pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan terdapat beberapa tahapan sebagai berikut :

- a) Melakukan wawancara dengan konseli, ibu, saudara sepupu konseli, tetangga dan teman terdekat konseli.
- b) Melakukan proses konseling menggunakan teknik *Modelling* simbolik melalui video youtube Nihonggo Mantappu untuk membantu konseli dalam mencapai aktualisasi diri.
- c) Observasi konseli sebelum dilakukan proses konseling, pada saat dilakukan konseling dan setelah dilakukan proses konseling.

3. Tahap analisis

Analisis data merupakan upaya yang dilakukan dalam mengorganisasikan data, memilih beberapa data menjadi suatu data yang bisa dikelola, menggabungkannya, mencari, menemukan pola-pola penting dan memutuskan apa yang bisa diceritakan pada orang lain.⁶⁶

Pada tahap analisis peneliti akan menjawab semua pertanyaan yang ditulis dalam rumusan masalah dan membuat kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dipahami.

⁶⁶ *Ibid*, hal. 248.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, teknik pengumpulan data sangat berguna dalam proses memperoleh data. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi adalah proses mengamati peristiwa secara langsung oleh peneliti. Observasi merupakan pengamatan dan bentuk penelitian yang sistematis terhadap gejala yang sedang diteliti.

Teknik observasi pada umumnya digunakan untuk mengamati adanya perubahan fenomena social yang berkembang dan selanjutnya dapat dilakukan penilaian pada perubahan tersebut.⁶⁷

Pada penelitian ini observasi digunakan untuk melihat secara langsung kegiatan konseli setiap harinya, dan mengobservasi terkait perilaku konseli yang mengindikasikan aktualisasi diri rendah. Selain itu peneliti juga mengobservasi lingkungan konseli tinggal.

2. Wawancara

Wawancara adalah salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara komunikasi dua arah bersama sumber data/informan melalui dialog Tanya jawab secara lisan, baik secara langsung maupun tidak langsung.⁶⁸

Adapun jenis wawancara yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara terstruktur dimana dalam proses wawancara peneliti menuliskan pedoman wawancara/ bahan untuk wawancara terlebih dahulu

⁶⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2011) hal. 145.

⁶⁸ Djumhur & M. Suryo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung : CV. Ilmu, 1975) hal. 50.

sebelum dilakukan wawancara, dan juga menggunakan wawancara tidak terstruktur dimana dalam proses wawancara peneliti tidak menuliskan pedoman wawancara. Peneliti akan mewawancarai terkait latar belakang konseli, dan seputar permasalahan rendahnya tingkat aktualisasi diri pada konseli.

3. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (life histories), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya, foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.⁶⁹

Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan data yang menjadi pendukung dalam proses konseling.

F. Teknik Validitas Data

Dalam penelitian kualitatif tidak terjamin pelaksanaan penelitian akan mendapatkan hasil yang sesuai dan optimal, besar kemungkinan kesalahan pada peneliti juga dapat terjadi. Peneliti akan menganalisa data secara langsung di lapangan dengan tujuan untuk menghindari kesalahan pada data-data tersebut. Maka, untuk mendapatkan hasil yang sesuai dan optimal peneliti perlu melakukan uji kevalidan data/ keabsahan data. Dalam melakukan pemeriksaan/ uji kevalidan data, peneliti menggunakan beberapa teknik sebagai berikut :

⁶⁹ Sugiyono, op.cit., hal. 240.

1. Ketekunan pengamatan peneliti

Melakukan ketekunan yang artinya melakukan suatu pengamatan atau mengamati secara lebih cermat, dengan cara itu maka kepastian data, urutan peristiwa akan dapat dicatat secara sistematis. Memperdalam pengamatan peneliti terhadap hal-hal yang sedang diteliti yaitu mengenai selama proses konseling.

2. Observasi yang mendalam

Menemukan ciri dan unsur dalam situasi yang relevan dengan permasalahan ataupun isu yang sedang dicari, lalu memusatkan pada hal-hal tersebut secara rinci.

3. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang diperoleh dari subjek penelitian baik dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Triangulasi menurut Sugiyono adalah teknik pengumpulan data yang sifatnya menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data yang ada.⁷⁰

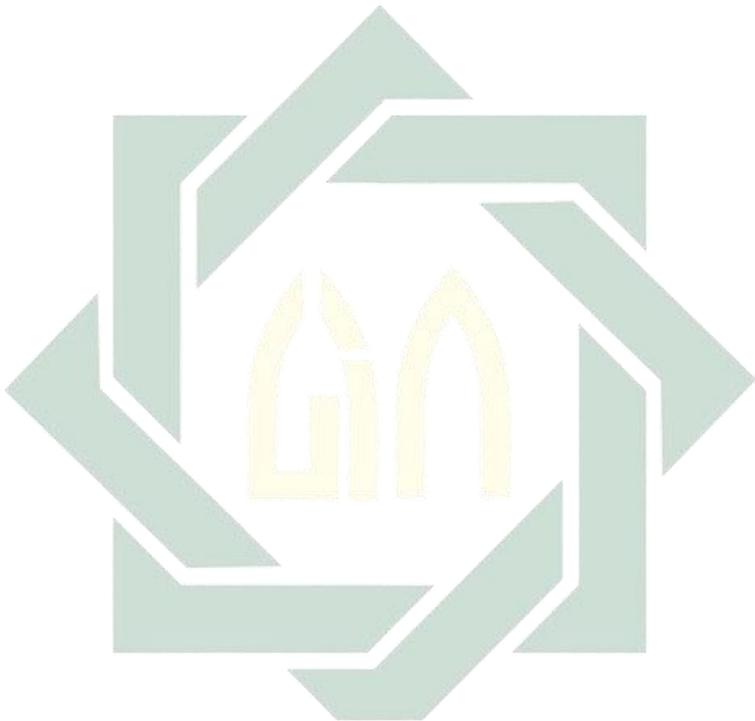
Dalam penelitian ini, peneliti menguji keabsahan data dengan cara memfokuskan penggalian data melalui pihak-pihak yang terkait dengan konseli seperti teman dekat, orangtua maupun saudara. Hal ini dilakukan guna mengetahui dengan jelas latar belakang dari kehidupan konseli.

G. Teknik Analisis Data

Data-data yang telah diperoleh dari sumber data melalui teknik pengumpulan data, selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif komparatif. Dalam penelitian ini setelah data terkumpul maka kemudian akan

⁷⁰ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2011) hal. 241.

dianalisis, dengan cara membandingkan pelaksanaan konseling di lapangan dengan teori pada umumnya, maka dari situlah peneliti mengetahui tingkat keberhasilan penelitian.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Deskripsi Konselor dan Konseli

a. Deskripsi Konseli

1) Biodata Konseli

Biodata konseli pada penelitian ini sebagai berikut :

Nama Konseli	: Zakiyah (Samaran)
Jenis Kelamin	: Perempuan
Tanggal Lahir	: 19 Januari 2001
Usia	: 21 Tahun
Alamat	: Kencong, Kediri
Profesi	: Mahasiswa
Jurusan Kuliah	: Pendidikan IPA

2) Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli merupakan anak tunggal, ketika ia TK ibunya memutuskan untuk bekerja di luar negeri, sedangkan ayahnya bekerja sebagai pengrajin kayu di salah satu toko furniture di Kediri. Sejak ibunya bekerja di luar negeri konseli tinggal bersama neneknya, ayahnya tidak tinggal serumah dengan konseli.

Ketika konseli berusia 12 tahun ayahnya meninggal dunia, hal itu membuat konseli merasa sangat kehilangan meskipun ia jarang bertemu dengan ayahnya. 2 tahun setelah ayahnya meninggal, konseli harus Kembali merasakan kehilangan, karena neneknya juga meninggal dunia, neneknya yang selama ini sangat menyayanginya dan konseli sudah menganggapnya seperti ibu kandungnya. Setelah

neneknya meninggal dunia ia diasuh oleh adik dari neneknya yang kebetulan tinggal di samping rumah tersebut (rumah yang selama ini ditinggali konseli dan almarhumah neneknya).

Ketika konseli lulus MAN, ibunya memutuskan untuk pulang ke Indonesia dan tidak Kembali melanjutkan bekerja di luar negeri. Satu tahun yang lalu, tepatnya pada tahun 2020 ibu konseli menikah lagi dengan duda beranak dua. Sepulangnya dari luar negeri, ibu konseli memanjakan konseli dan memenuhi semua kebutuhan konseli terutama saat kuliah online. Hal ini dilakukan dengan alasan ingin mengganti kasih sayang yang belum sepenuhnya diberikan dari kecil pada konseli.

3) Latar Belakang Pendidikan Konseli

Konseli sekarang duduk di bangku kuliah semester 5, ia mengambil jurusan Pendidikan IPA di UIN Sunan Ampel Surabaya. Dari hasil raport sejak SD konseli tergolong anak dengan prestasi menengah kebawah, hal itulah yang menjadikan konseli selalu di banding - bandingkan prestasinya dengan sepupunya.

Ketika memasuki SMP ia mulai membuktikan bahwasannya bisa diterima di SMP Negeri di Pare agar tidak di banding-bandingkan lagi, tetapi ternyata usahanya untuk bisa masuk SMP Negeri favorit di Pare tidak membuahkan hasil seperti yang diinginkan, ia tidak diterima disana, hal ini semakin membuat konseli menjadi bahan banding-bandingan saudaranya. Akhirnya konseli memutuskan untuk bersekolah di MTsN terdekat. Karena konseli lulusan MTsN ia memutuskan untuk

melanjutkan SMA di MAN terdekat. Mulai dari MTs itulah konseli memiliki tekad yang besar untuk bisa membuktikan pada saudara-saudaranya bahwasannya ia dapat mengungguli sepuhnya yang sering dibangga-banggakan di keluarga besarnya.

4) Latar Belakang Ekonomi Konseli

Dari segi ekonomi keluarga konseli termasuk keluarga yang berkecukupan, ayah sambungnya bekerja sebagai pekerja di toko furniture, sedangkan ibunya bekerja sebagai asisten rumah tangga. Meskipun rumah yang ditinggali konseli bukan rumah kedua orang tuanya sendiri, tetapi semua kebutuhan rumah dan kebutuhan konseli selalu terpenuhi. Keluarga konseli termasuk keluarga berada, sehingga semua keinginan konseli selalu di penuhi oleh kedua orang tuanya.

5) Latar Belakang Agama Konseli

Dalam hal agama konseli dikategorikan sebagai anak yang alim, setiap subuh, maghrib dan isya' konseli tidak pernah absen sholat berjamaah di musholla samping rumahnya. Setelah sholat konseli juga langsung membaca Al- Qur'an di kamarnya. Hal ini sudah menjadi kebiasaan konseli sedari kecil.

6) Latar Belakang Sosial Konseli

Konseli memiliki kepribadian introvert, ia jarang sekali keluar rumah dan berinteraksi dengan tetangganya. Konseli lebih senang menghabiskan waktunya di dalam rumah. Meskipun ia sangat tertutup dengan lingkungannya, ia masih berhubungan baik dengan teman semasa MAN dan MTs nya.

Konseli juga jarang sekali menceritakan masalah kuliahnya ke ibunya.

Konseli hanya berinteraksi dengan tetangganya ketika disuruh ibunya belanja, dan hanya mau ngobrol ketika ditanyai.

7) Latar Belakang Kepribadian Konseli

Konseli sebenarnya termasuk anak yang baik, hanya saja sekarang lebih susah mengendalikan amarahnya, dia lebih sensitive perasaannya. Konseli jarang sekali keluar rumah kecuali ketika melakukan sholat jamaah di musholla, ketika ibunya berbelanja saja dia tidak mau ikut, ia lebih suka berada di kamar dan menonton tv di rumah. Konseli keluar rumah hanya ketika diajak main dengan teman semasa MAN nya.

b. Deskripsi Konselor

Konselor disini adalah seseorang yang akan membantu konseli dan juga sebagai penasehat dalam proses konseling yang memiliki tujuan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi konseli dan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki konseli. Pada penelitian ini yang menjadi konselor adalah peneliti sendiri. Konselor akan menjadi pendamping untuk membantu konseli dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Adapun identitas konselor sebagai berikut :

Nama	: Husnuzia Najmatul Fajri
Jenis kelamin	: Perempuan
TTL	: Surabaya, 09 Januari 2000
Usia	: 22 Tahun

Pendidikan : Mahasiswi UIN Sunan
Ampel Surabaya
Jurusan Kuliah : BKI
Alamat Tinggal : Perumahan Pondok
Kencana Blok K nomor
27 Nganjuk

2. Deskripsi Masalah

Latar belakang masalah yang dialami konseli adalah tidak terpenuhinya penghargaan diri sehingga menghambat tercapainya aktualisasi diri, hal itulah yang menyebabkan konseli tidak percaya diri, selalu merasa dirinya tidak memiliki kemampuan padahal sebenarnya orang lain bisa merasakan kemampuan yang konseli miliki, insecure dengan apa yang dimiliki dan emosi yang tidak stabil (suka marah-marah).

Hal ini bermula ketika konseli duduk di bangku SD prestasi konseli sering dibanding-bandingkan dengan seputunya, awalnya ia bersikap biasa saja tidak mau mendengarkan apa yang orang bilang mengenai prestasi dirinya dan seputunya yang berbeda jauh. Namun hal itu terjadi secara terus menerus sampai ia duduk di bangku SMP/ MTs, karena itulah ia merasakan tekanan tersendiri dalam dirinya, ia mulai merasa dirinya tidak memiliki kemampuan apapun yang dapat dibanggakan dan tidak percaya diri dengan keputusan yang akan diambil. Ia merasa capek mendengarkan omongan-omongan itu dan ia bertekad harus bisa lebih unggul dari seputunya dalam segi prestasi, karena tekad itulah konseli menjadi tertutup dan jarang berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Tekad yang terlalu besar itu juga menjadikan konseli susah mengontrol emosinya, ketika ia fokus belajar dan ada yang mengajaknya ngobrol ia langsung menunjukkan

emosinya seperti “jangan ganggu aku”. Sejak saat itu ia menjadi pribadi yang tertutup, kurang dalam bergaul dan jarang berkomunikasi dengan orang lain sampai sekarang.⁷¹

Berdasarkan informasi yang diberikan temannya, ia sebenarnya memiliki jiwa kepemimpinan, hal ini ditunjukkan ketika dosen memilihnya menjadi salah satu ketua dalam tugas kelompok, konseli dapat memimpin kelompok itu dengan baik, hanya saja hal itu tertutup ketika ia hanya sebatas anggota di kelompok tersebut. Ketika ia hanya anggota dalam forum diskusi kelompok, ia sering kali diam dan ia takut menyampaikan secara langsung pendapatnya pada ketua kelompok, maka dari itu temannya dijadikannya perantara dalam menyampaikan pendapat tersebut. Ketika dia semester 3, beberapa temannya mengajak konseli untuk mengikuti suatu organisasi kampus, temannya mengajak konseli berorganisasi karena tau konseli bagus dalam hal berorganisasi meskipun konseli belum memiliki pengalaman berorganisasi tetapi temannya bisa merasakan bahwa konseli memiliki potensi dalam hal memimpin dan berorganisasi, hanya saja ketika temannya mengajak untuk daftar ia ragu menerima ajakan temannya tersebut. Konseli takut tidak bisa membagi waktu antara belajar dan berorganisasi, ia juga takut apabila mengikuti organisasi nantinya nilai kuliahnya akan menurun. Pada akhirnya ia memutuskan untuk fokus kuliah dan tidak mau menerima ajakan temannya untuk aktif berorganisasi.⁷²

Ketika konseli memasuki semester 5, konseli mengatakan pada peneliti bahwasanya ia ingin

⁷¹ Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 1 Agustus 2021

⁷² Hasil wawancara dengan teman konseli pada tanggal 27 September 2021

mengikuti organisasi, ia ingin mendapatkan pengalaman lebih ketika kuliah. Ia juga menyampaikan bahwasanya menyesal tidak mengikuti ajakan temannya sewaktu semester 3. Dari ekspresi konseli bercerita menggambarkan bahwasanya ia sangat ingin bergabung pada salah satu organisasi di kampus, tetapi ia masih merasa takut apabila ikut organisasi apakah nilai kuliahnya bisa tetap stabil seperti ketika ia tidak mengikuti organisasi.⁷³

Berikut merupakan tabel dari perilaku konseli sebelum dilakukan proses konseling.

Tabel 4.1
Catatan Perilaku Konseli
Sebelum Proses Konseling

No	Hari/ Tanggal	Perilaku	Sumber
1	Senin, 13 September 2021	Konseli seharian di kamar, keluar kamar hanya untuk makan dan mandi	Observasi langsung
2	Jum'at, 17 September 2021	Konseli membentak ibunya karena konseli sedang mengerjakan tugas kuliah disuruh mengantar makanan ke tempat ayahnya kerja.	Wawancara dengan ibu konseli
3	Senin, 20 September 2021	Konseli terlihat gugup saat presentasi.	Wawancara dengan konseli dan

⁷³ Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 20 Oktober 2021

			teman kelasnya
4	Selasa, 21 September 2021	Konseli hanya diam saja ketika ada diskusi kelompok.	Wawancara teman kelas konseli
5	Kamis, 23 September 2021	Konseli marah-marah karena ketika presentasi dilihat oleh adik sepupunya	Wawancara dengan ibu konseli
6	Minggu, 26 September 2021	Konseli terpaksa ikut rewang (bantu-bantu) di tetangganya karena mau ada pengajian bulanan ditempat tetangganya	Observasi langsung
7	Kamis, 30 September 2021	Konseli menolak diajak pergi ke tempat sepupunya yang dari kecil dijadikan bahan perbandingan prestasi dengan konseli	Wawancara dengan ibu konseli
8	Senin, 4 Oktober 2021	Konseli galau melihat brosur pendaftaran organisasi	Cerita konseli
9	Kamis, 7 Oktober 2021	Konseli mengurung diri di kamarnya dan belajar hingga pagi karena banyak nilai post testnya yang jelek, nilainya jelek disebabkan pada	Wawancara dengan ibu konseli

		tanggal 26 september ia tidak belajar.	
--	--	---	--

B. Penyajian Data

1. Uraian Proses Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya

Pada tahap penyajian data disini peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang hasil datanya berupa deskriptif, maksudnya adalah mendeskripsikan atau menguraikan apapun yang terjadi di lapangan terkait objek yang diteliti menjadi sebuah kalimat atau paragraph. Data yang diperoleh di lapangan akan dideskripsikan dengan fokus-fokus penelitian berupa, dampak dari tidak dihargai oleh orang lain dalam kehidupan konseli dari awal hingga sebelum dilakukan treatment dan pengaruh yang dihasilkan setelah konseli mendapatkan treatment dari peneliti.

Adapun pelaksanaan konseling islam dengan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri pada konseli berdasarkan tahapan-tahapan dari konseling islam sendiri. Tahapan proses konseling yang dilakukan penulis sebagai berikut :

a) Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah adalah proses awal dalam pelaksanaan konseling. Pada tahapan ini konselor akan menggali secara mendalam mengenai permasalahan yang terjadi pada konseli. Sebelum menggali secara mendalam permasalahan/

mengidentifikasi masalah konseli, konselor harus menciptakan trust atau kepercayaan pada diri konseli, selain trust konselor juga perlu menciptakan suasana yang nyaman agar konseli mau menceritakan semua yang terjadi pada dirinya dan konselor tidak akan memaksa konseli untuk menceritakan masalah yang sedang dialaminya. Berikut data yang diperoleh penulis dari beberapa sumber :

1) Data langsung dari konseli

Pertama kali bertemu konseli, konseli terlihat seperti anak pendiam pada umumnya yang tidak banyak bicara. Bahkan beberapakali konselor bertanya pada konseli, ia hanya menjawabnya dengan singkat, konseli juga tidak mau menatap lawan bicaranya ketika berkomunikasi. Menjawab beberapa pertanyaan saja konseli terlihat sangat tidak nyaman apalagi menceritakan masalahnya pada konselor, tetapi seiring berjalannya waktu pada akhirnya konseli mau terbuka dan menceritakan masalahnya pada konselor.

Konseli bercerita bahwasannya dia dituntut oleh lingkungan keluarganya untuk bisa lebih “pintar” dalam segala hal dan itu dilihat dari nilai yang didapat konseli. Konseli merasa tertekan dengan semua itu, hal itulah yang menjadikan konseli menanamkan mindset bahwasannya “aku harus bisa lebih unggul dari mbak Mela (sepupunya) biar semua saudara mengakui kalau aku lebih pintar dari mbak Mela”

karena mindset itu ia menjadi pribadi yang sangat tertutup dan hanya fokus belajar agar tidak dikalahkan lagi dengan sepuhnya. Konseli merasa kesal apabila ketika belajar ia diganggu oleh orang-orang.

Di akhir percakapan konselor dengan konseli, konseli mengatakan bahwasannya ia ingin menerima tawaran temannya bergabung dengan organisasi di kuliahnya, tetapi ia takut tidak bisa mempertahankan nilai kuliahnya, ia takut apabila mengikuti organisasi niainya menurun dan ia dibanding - bandingkan lagi dengan saudaranya.

2) Data dari ibu konseli

Selain melakukan penggalian data dari konseli, konselor juga melakukan penggalian dari orang terdekat konseli yaitu ibu konseli. Konselor melakukan wawancara pada ibu konseli untuk menggali informasi terkait kepribadian konseli, kebiasaan konseli di rumah, dan semua informasi terkait permasalahan konseli.

Ibu konseli bercerita bahwasannya dulu konseli tidak mendapatkan kasih sayang langsung dari kedua orang tuanya, ibunya bekerja diluar negeri sedangkan ayahnya tinggal di rumah orang tuanya (mbah konseli dari ayah), dan konseli di rawat oleh nenek konseli dari ibunya. Ketika konseli masih kecil dan ibunya sedang

pulang ke Indonesia, ibunya sering kali mendengar perkataan dari saudara-saudaranya seperti “zak (nama samaran), mbak mela lo entuk ranking maneh, sampean kok gak tau entuk ranking to, marai dolan terus lo sampean. Mbok yo dadi bocah sing pinter ben penak golek sekolahe” kata-kata itu seakan - akan menggambarkan bahwasannya konseli tidak pintar, ibunya sesekali menegur saudaranya untuk tidak lagi berkata seperti itu, tetapi setiap kali ibunya pulang ke Indonesia konseli selalu bercerita bahwasannya ia masih sering diolok-olok tidak pintar. Konseli dulunya adalah anak yang ceria dan suka bercerita pada siapapun, tetapi semenjak MTs hingga sekarang konseli menjadi lebih pendiam. Konseli juga suka marah-marah ketika diminta ibunya pergi belanja disaat ia belajar maupun mengerjakan tugas. Ibunya juga mengatakan bahwasannya konseli jarang sekali keluar rumah.

Ibunya juga bercerita bahwasannya konseli sering kali bingung dan bimbang akan memutuskan sesuatu hal, misalnya seperti memutuskan untuk melanjutkan sekolah, mendaftar organisasi, ikut karang taruna, ikut lomba LKTI, dll.

3) Data dari teman kelas konseli di kuliah

Selain melakukan penggalan data dari konseli dan ibu konseli, konselor juga melakukan penggalan dari orang terdekat

konseli lainnya yaitu teman kelas konseli di kuliah. Konselor melakukan wawancara pada teman kuliah konseli untuk menggali informasi terkait kebiasaan konseli di kelas ketika kuliah, baik ketika kuliah online maupun offline, dan semua informasi terkait permasalahan konseli.

Teman konseli kuliah ini adalah teman SMA konselor, teman konseli inilah yang mengenalkan konselor pada konseli. Teman konseli ini adalah salah satu teman yang dekat dengan konseli. Teman kuliah konseli ini bercerita bahwasannya konseli ketika di kelas jarang berkomunikasi dengan teman-temannya bahkan ketika kuliah online konseli juga jarang sekali menanyakan tentang tugas ke teman-temannya melalui chat whatsapp. Konseli hanya berkomunikasi ketika perlu saja, apabila tidak begitu mendesak dan perlu ia tidak akan berkomunikasi dengan teman-temannya.

Selain itu ketika konseli presentasi di kelas ia terlihat tidak percaya diri, hal itu dapat dilihat dari gaya konseli ketika menyampaikan materi. Ketika kerja kelompok Konseli juga lebih banyak diam, tetapi ketika ia ditunjuk sebagai ketua kelompok, konseli dapat memimpin kelompok itu dengan baik.

4) Data dari tetangga konseli

Selain melakukan penggalian data dari konseli, ibu konseli dan teman kelas kuliah konseli, konselor juga melakukan

penggalian dari orang lain yang mengenal konseli yaitu tetangganya. Konselor melakukan wawancara pada tetangga konseli karena data yang di dapat dari ibu konseli bahwasannya konseli jarang sekali keluar rumah, maka dari itu konselor ingin menggali informasi lebih dalam mengenai konseli dari sudut pandang tetangganya.

Dari hasil wawancara konselor dengan tetangga konseli didapatkan data bahwasannya ketika di rumah konseli jarang sekali keluar rumah, jarang berkomunikasi dengan tetangganya, hal itu sangat berbeda ketika ia masih kecil, ketika konseli masih kecil ia adalah anak yang sangat ceria, suka main ke rumah tetangganya dan bermain dengan teman-teman di lingkungannya sepulang sekolah. Ketika kecil konseli juga sering menginap di rumah tetangganya karena ingin tidur bersama temannya.

5) Data dari teman SD konseli

Penggalian data terakhir konselor yaitu pada teman SD konseli. Teman SD konseli ini adalah salah satu teman yang sangat dekat dengan konseli, konseli juga sering menginap di rumahnya.

Data yang didapat dari teman SDnya yaitu, dulu sewaktu SD ia masih seperti anak SD pada umumnya, bermain dengan teman-temannya. Hanya saja dulu konseli pernah bercerita pada temannya ini bahwasannya konseli sering dibilang tidak pintar oleh saudara-saudaranya. Padahal

dari segi prestasi konseli di sekolah ketika SD sudah termasuk bagus dari teman-teman lainnya, tetapi jika dibandingkan dengan nilai sepupunya itu memang jauh, karena sepupunya mendapatkan ranking 1 sedangkan konseli hanya mendapatkan ranking 12.

6) Observasi peneliti

konseli terlihat takut ketika berkomunikasi dengan orang yang baru dikenal maupun sudah lama mengenal konseli hal itu terlihat ketika pertama kali peneliti mengajak konseli mengobrol. Selain itu peneliti juga sering melihat konseli marah-marah dan berkata kasar pada ibu maupun ayah sambungnya, hal itu terjadi ketika konseli sedang belajar dan ibunya meminta tolong padanya untuk berbelanja, konseli merasa ibunya telah mengganggu waktu belajarnya. Selain itu ketika peneliti mengajak konseli untuk menginap di rumah teman peneliti, konseli merasa sangat tidak nyaman dan ingin cepat-cepat pulang kerumahnya.

7) Kesimpulan dari hasil wawancara

Dari uraian hasil wawancara beberapa orang, terkumpul informasi mengenai konseli dan permasalahannya dari konseli, ibu konseli, teman kelas kuliah, tetangga dan teman sewaktu SD konseli. Dari hasil wawancara tersebut konselor mengetahui faktor yang menyebabkan konseli rendah tingkat aktualisasi dirinya. Konseli hanya

fokus belajar tetapi tidak enjoy ketika melakukannya,

Penyebab konseli tidak dapat mengenali dan mengembangkan kemampuannya adalah :

1. Dimasa lalu konseli dituntut untuk mendapatkan nilai yang bagus
2. Kurangnya pembelaan dari orang yang di sayang ketika dijadikan bahan perbandingan dengan sepupunya
3. Dalam pikiran konseli hanya terpikir untuk bisa lebih unggul dari sepupunya, dari segi nilai
4. Konseli stagnan karena terjebak masa lalu

b) Diagnose

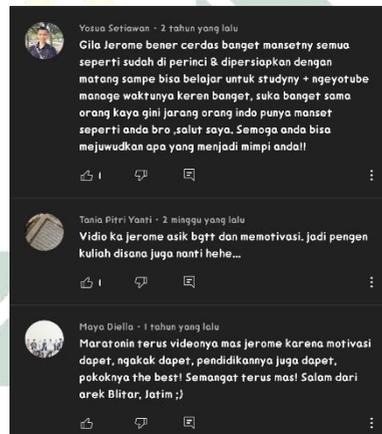
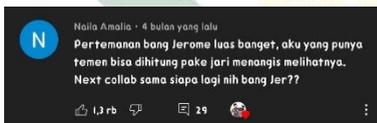
Berdasarkan hasil identifikasi masalah, konselor mendiagnosa/menetapkan bahwa konseli:

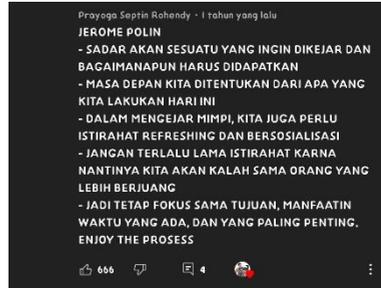
1. Tertutup (interaksi dengan orang lain)
2. Tertutup pada pengalaman
3. Emosi yang dimiliki negative
4. Ia tidak siap menerima resiko atas keputusan yang dia ambil
5. Tidak percaya diri
6. Dikendalikan dengan masa lalunya

c) Prognosa

Berdasarkan identifikasi masalah dan diagnose, maka konselor menetapkan Teknik *modelling* simbolik untuk membantu konseli dalam mencapai aktualisasi diri dengan menggunakan role model dari channel youtube Nihongo Mantappu.

Alasan konselor menetapkan treatment menggunakan Teknik *modelling* simbolik dengan metode video youtube untuk membantu konseli dalam meningkatkan aktualisasi dirinya adalah karena konseli suka menonton youtube disela-sela waktu senggangnya disaat tidak belajar, dan alasan konselor menetapkan role modelnya dari channel Nihongo Mantappu karena Jerome Polin sebagai content creator dari channel Nihongo Mantappu adalah seorang mahasiswa jadi lebih match dengan konseli, selain itu video-video Nihongo Mantappu juga banyak menyampaikan pesan tersirat hal ini terbukti dari beberapa komentar orang yang menonton video-video tersebut.





Gambar 4.1 Bukti Alasan Memilih Role Model

Berikut link channel dari Nihongo Mantappu <http://www.youtube.com/c/nihongomantappu>

Sebelum masuk ke tahap pemberian terapi, konselor memperkenalkan terlebih dahulu kepada konseli channel Nihongo Mantappu yang akan dijadikan role model nantinya.

d) Terapi/ Treatment

Terapi/ treatment merupakan proses dimana konselor mendampingi dan memberikan bantuan kepada konseli untuk menangani masalahnya. Pada tahapan ini konselor menggunakan tahapan-tahapan dari Teknik *modelling* simbolik, sebelum masuk pada tahapan-tahapan terapi menggunakan Teknik *modelling* konselor menjelaskan beberapa hal mengenai Teknik tersebut, setelah itu konselor baru masuk pada tahapan Teknik *modelling* simbolik sesuai teori, tahapannya yaitu:

1) Tahapan Attentional

Pada tahapan ini konselor memberikan video yang telah dipilih kepada konseli lalu konseli disuruh untuk memperhatikan model dalam video tersebut dengan cermat dan seksama.

Pada tanggal 9 Oktober 2021 pukul 09.00 konselor pertama kali memberikan video ke konseli. Ada dua video yang diberikan pada konseli, video pertama berisi tentang vlog keseharian Jerome Polin ditahun terakhirnya, disela-sela kesibukannya belajar dia masih bisa bekerja, <https://youtu.be/QY5z9iMm31c> . Video kedua berisi tentang Jerome Polin mengumpulkan teman-temannya yang selama ini pernah diajak collaborasi, tujuan mengumpulkan yaitu agar mereka bisa saling mengenal dan bisa saling berinteraksi sambil makan bersama, <https://youtu.be/uq12LQF2fdU> . Konseli menonton didampingi konselor di ruang tamu.

Pada tanggal 16 Oktober 2021 pukul 08.00 konselor memberikan dua video, video pertama yang berisi tentang Jerome Polin battle menggambar dengan salah satu artis tiktok yang memiliki kelebihan menggambar, <https://youtu.be/NDWvluEDZIE>. Video kedua berisi tentang cerita hidup Jerome Polin, <https://youtu.be/JSMxjiUZO40> Konseli menonton didampingi konselor di kamar tidur konseli.

Pada tanggal 23 Oktober 2021 pukul 10.00 konselor Kembali memberikan video pada konseli. Video itu berisi tentang Jerome Polin memberikan surprise pada temannya yang selama ini sudah baik dan

mau membantu dia ketika membutuhkan, <https://youtu.be/tfzn8W4hxVU>. Konseli menonton didampingi konseli di salah satu tempat rekreasi di Kediri.

Pada tanggal 30 Oktober 2021 pukul 13.00 konselor memberikan 2 video terakhir yang telah disiapkan untuk konseli. Video pertama berisi tentang mimpi dan perjalanan Jerome Polin meraih beasiswa di Jepang, <https://youtu.be/X4jDSWRRzU>. Video yang kedua berisi perilaku percaya diri Tomo dan Yusuke (teman dari Jerome) dalam berkomunikasi bahasa Indonesia meskipun masih banyak yang salah mereka tetap percaya diri berbicara dengan Jerome Menggunakan bahasa Indonesia, <https://youtu.be/x4ay2zCBxZ8> . Konseli menonton dua video itu bersama konselor di ruang TV.

2) Tahapan Retentional

Pada tahapan ini konselor menanyakan kepada konseli pelajaran apa saja yang dapat diambil dari video tersebut, mulai dari tingkah laku sampai perkataan yang disampaikan model dalam video tersebut. Pada tahapan ini konselor tidak hanya menanyakan pada konseli, tetapi konselor juga meminta konseli untuk menuliskan hal tersebut pada form yang telah disediakan konselor.

Setelah konseli menonton video dengan konselor pada tanggal 9 Oktober 2021.

Konselor menanyakan beberapa pertanyaan pada konseli, sebagai berikut :

Konselor : Dari video pertama yang sudah kamu lihat perkataan apa yang menurutmu bagus untuk bisa merubah perilaku mu?

Konseli : “nambah skill itu nggak akan sia-sia, pasti bakal berguna nantinya”
“sebenarnya kalau kita punya kreatifitas untuk mengubah skill kita menjadi sebuah karya itu akan menjadi sesuatu yang berguna.”

Konselor : apa maksud dari kata-kata itu?

Konseli : jadi kita nggak ada salahnya untuk terus menambah skill, karena menambah skill itu nggak akan jadi sia-sia karena suatu saat skill itu bisa berguna untuk orang disekitar kita. Hebat itu nggak harus dilihat dari nilai yang bagus, tetapi ketika kita bermanfaat bagi orang lain dengan kemampuan yang kita miliki itu jauh lebih bagus.

Konselor : bagus, lalu perbuatan apa yang bisa kamu tiru atau kamu pelajari?

Konseli : dia santai dalam melakukan semua pekerjaannya mbak, nggak ada rasa terpaksa, jadi kesannya dia menikmati apa yang sedang dilakukan. Terus dia bisa membagi waktu antara belajar dengan kegiatan lainnya, jadi nilai tetap bagus menambah pengalaman juga jalan. Balance gitu mbak

Konselor

Konseli : oke, Sekarang masuk ke video kedua, perkataan apa yang menurutmu bagus dan bisa merubah perilaku mu?

Konselor : kalau dari perkataan nggak ada yang bisa tak kutip mbak, karena video itu Cuma seneng-seneng

Konseli : okey, kalau gitu perilaku apa yang bisa kamu ambil pelajaran dan bisa kamu contoh?

Konselor : di video ini Jerome hebat sih bisa ngumpulin semua temen-temennya yang pernah diajak collab, meskipun dia dari Indonesia tapi dia bisa berkomunikasi dan punya banyak teman orang jepang disana.

Konseli : perilaku apa yang mau kamu rubah dari dirimu setelah menonton video-video itu?

Konselor : aku harus mau menambah skill, terus kalau mau ikut organisasi harus pinter-pinter bagi waktu, sama sebenarnya interaksi dengan orang itu bisa dijadikan refreshing ketika penat belajar mbak

: oke sip, siap di praktikkan ya

Pada tanggal 16 Oktober 2021 Setelah konseli menonton video dengan konselor. Konselor menanyakan beberapa pertanyaan pada konseli, sebagai berikut :

Konselor : Dari video pertama yang sudah kamu lihat perkataan apa yang menurutmu bagus untuk bisa merubah perilaku mu?

Konseli : “manusia itu memang ada kelebihan dan kekurangannya” “kita perlu

mengetahui apa yang menjadi kelebihan kita dan fokus pada hal itu”

Konselor : apa maksud dari kata-kata itu?

Konseli : jadi setiap manusia itu pasti punya kekurangan dan kelebihannya, nggak bisa disamakan antara satu dengan lainnya. Nah kita itu perlu mengenali apa kelebihan kita, kalau sudah kenal kita bisa fokus sama kelebihan itu.

Konselor : oke sip, kalau perbuatannya?

Konseli : Jerome itu suka ngelawak gitu lo mbak, dia melakukan sesuatu hal itu dinikmati, meskipun dia nggak jago gambar dia masih pede gitu mbak nunjukin gambarannya.

Konselor : terus kalau dari video kedua, perkataan apa yang menurutmu bagus dan bisa merubah mindset mu?

Konseli : “kalau kita gagal 9x kita harus bisa bangkit 10x, kita akan benar-bener menjadi gagal kalau misalkan kita menyerah. Jadi, selama kita belum menyerah kita belum gagal. Kesempatan itu ada banyak, tergantung kitanya mau mencoba atau tidak”

Konselor : apa maksud dari perkataan itu?

Konseli : jadi kita jangan mudah menyerah atas kegagalan yang pernah terjadi, ketika gagal seharusnya lebih semangat lagi, buktikan bahwa kita bisa mengambil kesempatan keberhasilan itu, tergantung kitanya mau mengambil kesempatan itu atau tidak.

Konselor : lalu perbuatan apa yang bisa kamu tiru?

Konseli : public speakingnya bagus, dia sangat percaya diri ngomong di video mbak.

Konselor : perilaku apa yang mau kamu rubah dari dirimu setelah menonton video-video itu?

Konseli : berusaha mencapai target dan keinginan ku sesuai kemampuan ku mbak sama mau menggali, mengenali kelebihan yang aku miliki mbak

Konselor : sip, nanti siap dipraktikkan yaa

3) Tahapan Pembentukan Perilaku

Pada tahapan ini konselor memberikan pengarahan pada konseli untuk mencoba mempraktikkan perilaku yang telah dipelajari dari model.

Pada tahap pembentukan perilaku di tanggal 9 oktober 202. Kebetulan saat itu sedang ada acara tahlilan di samping rumah konseli dan konseli ada tugas yang harus dikumpulkan malam harinya, pada saat itu juga konselor meminta konseli membagi waktunya dengan cara Menyusun jadwal seharian ini apa saja yang harus dilakukan agar tetap bisa mengumpulkan tugas tepat waktu dan bisa membantu tetangganya untuk persiapan acara tahlilan tersebut. Setelah itu konselor menyuruh konseli untuk pergi ke rumah tetangganya untuk ikut bantu-bantu.

Konselor : zakiyah, habis ini langsung ke tempatnya bu inem buat bantu-bantu di rumahnya ya,

sekalian Latihan interaksi untuk kamu refreshing sebelum mengerjakan tugas

Konseli : sekarang mbak?

Konselor : iya lah masak minggu depan sih

Di tanggal 16 Oktober 2021, setelah menonton video yang telah diberikan konselor, konselor meminta pada konseli untuk segera mendaftarkan diri mengikuti organisasi ataupun karang taruna di desanya. Konselor juga meminta konseli untuk membuat target kedepannya setelah mengikuti organisasi.

4) Tahapan Motivasional

Tahapan ini adalah tahap terakhir pada proses pemberian Teknik *modelling* simbolik. Konselor memberikan dorongan ataupun motivasi kepada konseli untuk semangat bisa tetap mendapatkan nilai yang bagus dan memiliki banyak pengalaman kegiatan di luar perkuliahan sehingga dapat mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya.

Ketika proses pembentukan perilaku, ditengah-tengah konseli akan melakukan perilaku tersebut, tiba-tiba ia mengatakan pada konselor “mbak tapi aku takut ikut bantu-bantu disana nanti banyak yang ngejekin aku. Ngomongin aku nggak lebih pintar daripada mbak mela? Gimana?” konseli terlihat takut ketika diminta

konselor untuk pergi bantu-bantu di rumah tetangganya. Lalu konselor memberikan dukungan “halah nggak popo zak, kan mbak nuzi nderek rono, bareng-bareng kok, nggak dewan. Mbak nuzi ngerti zakiyah iso melawan ketakutanne” setelah memberikan dukungan/ motivasi akhirnya konseli mau pergi ke rumah tetangganya untuk bantu-bantu persiapan tahlilan nanti malam.

Konselor memberikan terapi ini selama satu bulan, dan dijadwalkan setiap hari minggu, jadi terapi diberikan sebanyak 4 kali. Tahapan ini mulai dilakukan pada tanggal 9 – 31 Oktober 2021.



Tahapan Attentional



Tahapan Retentional



Tahapan Pembentukan Perilaku



Tahapan Motivasional

Gambar 4.2 proses pemberian terapi

e) Evaluasi dan Follow Up

Tahapan ini memiliki tujuan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana tahapan terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil yang diinginkan. Pada tahapan ini konselor akan mengetahui tingkat keberhasilan dari pemberian terapi menggunakan Teknik *modelling* simbolik pada konseli.

Untuk proses follow up konselor menindak lanjuti perkembangan konseli setelah diberi terapi selama satu bulan. Konselor juga mengevaluasi hasil dari proses konseling, apakah tujuan dari proses konseling telah tercapai atau belum.

2. Uraian Hasil dari Proses Konseling Islam Dengan Teknik *Modelling* Simbolik Untuk Meningkatkan Aktualisasi Diri Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya

Setelah dilakukan proses konseling selama satu bulan dengan rincian 4x pertemuan tatap muka yang dilakukan setiap hari minggu. Dari hasil observasi dan wawancara konselor setelah dilakukan proses konseling pada tetangga konseli, konselor menyimpulkan bahwasannya konseli sedikit demi sedikit menunjukkan progress perubahan yang signifikan, ia sudah mulai berinteraksi dengan tetangga-tetangganya, bahkan sesekali ia ikut bergabung dengan tetangganya yang sedang bersantai ria dan membicarakan satu topik tertentu, sekalipun disitu konseli lebih banyak diam tetapi konseli sudah mau Kembali bergabung dengan tetangganya.

Selain itu perubahan perilaku konseli sangat jelas terlihat dari kegiatannya sehari-hari, yaitu dia sudah tidak marah-marah lagi ketika ibunya menyuruh pergi belanja sedangkan ia masih belajar. Bahkan setelah dilakukan pemberian terapi, konseli sudah bisa membagi waktu belajarnya dengan kegiatan rumah lainnya seperti mencuci bajunya sendiri, selama ini baju konseli dicucikan ibunya karena ia hanya fokus belajar di kamar. Hal ini terbukti dari hasil observasi langsung konselor setelah dilakukannya proses konseling pada konseli.

Meskipun konseli sudah tidak terlalu fokus dalam belajar, tetapi ketika kuliah konseli masih bisa menjawab semua pertanyaan lisan yang dosennya berikan dan nilai-nilai post test konseli tetap bagus meskipun konseli melakukan banyak kegiatan selain belajar. Selain itu ketika dikelas kuliah diadakan diskusi berkelompok dan konseli menjadi anggota, ia sudah mulai tidak takut untuk menyampaikan pendapatnya di depan teman-temannya. Hal ini terbukti dari pemaparan teman kelas konseli.

Konseli juga memberitahu konselor bahwasannya ia sudah memutuskan mengikuti beberapa organisasi yang sedang open recruitment untuk menambah pengalaman selama kuliah, ia tidak mau menyesal dikemudian hari hanya karena tidak memiliki pengalaman berorganisasi.

Berikut merupakan tabel dari perilaku konseli setelah dilakukan proses konseling.

Tabel 4.2
Catatan Perilaku Konseli
Sesudah Proses Konseling

No	Hari/ Tanggal	Perilaku	Sumber
1	Senin, 1 November 2021	Konseli pergi berbelanja dengan senang hati meskipun pagi ini ia ada ujian pre test.	Ibu konseli
2	Rabu, 3 November 2021	Konseli berani menyampaikan pendapat langsung ketika diskusi kelompok	Teman kelas kuliah konseli
3	Sabtu, 6 November 2021	Konseli dengan senang hati ikut bantu-bantu tetangganya yang hajatan meskipun tugas kuliahnya menumpuk.	Observasi langsung
4	Minggu, 7 November 2021	Konseli bisa mengendalikan amarahnya ketika ada sepupunya yang masih kecil mengganguya ketika mengerjakan tugas.	Observasi langsung
5	Senin, 8 November 2021	Konseli lancar dalam mempresentasikan tugas yang telah dikerjakan kemarin, meskipun masih ada	Konseli bercerita pada konselor

		gugupnya tetapi konseli bisa mengendalikan kegugupan itu.	
6	Minggu, 14 November 2021	Konseli membantu mengasuh adik sepupunya ketika tantenya pergi ada urusan.	Observasi langsung
7	Selasa, 16 November 2021	Konseli mendaftar organisasi, ORMADA (organisasi mahasiswa daerah)	Konseli memberitahukan konselor
8	Jum'at, 19 November 2021	Konseli mau mengikuti malam keakraban menerima anggota baru yang diadakan oleh organisasi yang kemarin ia daftar	Observasi langsung
9	Sabtu, 20 November 2021	Konseli mulai bisa berinteraksi dengan sesama anggota organisasi baru, meskipun anggotanya kebanyakan adik tingkat konseli.	Teman kelas konseli
11	Minggu, 21 November 2021	Konseli enjoy selama mengikuti acara malam keakraban organisasi, ia merasa senang bisa kenal banyak teman baru	Cerita konseli dan teman kelas konseli
12	Senin, 22 November 2021	Konseli membantu teman kelasnya yang masih bingung dengan	Konseli bercerita

		apa yang dijelaskan dosennya.	
--	--	-------------------------------	--

Konselor mengamati konseli setelah diberikan terapi hingga awal bulan Desember, tetapi konselor menuliskan pada tabel hanya sampai tanggal 22 November, hari demi hari konseli menunjukkan progress perubahan yang signifikan.

C. Pembahasan Hasil Penelitian dan Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis data berupa deskriptif komparatif. Analisis data deskriptif komparatif adalah Teknik untuk menganalisa kondisi di lapangan dengan teori yang digunakan, dan menganalisa perbandingan perilaku konseli sebelum dilakukan konseling dan sesudah dilakukan konseling. Dari situlah konselor membuat perbandingan dengan cara menguraikan/mendeskrripsikan dan juga melalui tabel.

1. Perspektif Teori

Terdapat 5 tahapan dalam proses konseling islam yang telah dilakukan konselor untuk membantu menyelesaikan masalah yang dialami konseli. 5 tahapan itu diantaranya yang pertama adalah identifikasi masalah, dilanjut dengan diagnose, selanjutnya prognosa, pemberian terapi dan tahapan terakhir yaitu evaluasi dan follow up. Pada analisis penelitian ini konselor akan mendeskripsikan dengan bentuk tabel perbandingan antara data di lapangan dengan data secara teoritik, tabelnya sebagai berikut :

Tabel 4.3**Uraian kondisi di lapangan dengan teori yang digunakan**

No	Data Secara Teori	Data di Lapangan
1	Identifikasi masalah merupakan proses pertama kali konselor melakukan konseling.	<p>Pada tahap ini konselor melakukan observasi secara langsung dan juga wawancara dengan beberapa orang terdekat konseli guna mendapatkan beberapa informasi mengenai konseli. Wawancara yang dilakukan konselor untuk mendapatkan data primer yaitu dari konseli sendiri dan ibu dari konseli. Sedangkan wawancara yang dilakukan untuk mendapatkan data sekunder yaitu teman kelas kuliah konseli, tetangga dan juga teman SD konseli.</p> <p>Berdasarkan hasil dari identifikasi masalah konselor mendapatkan informasi/ data bahwasannya konseli mudah emosi (emosi negative) dan tidak bisa mengontrol, tidak bisa mengambil keputusan sendiri, meskipun ketika ia menjadi ketua kelompok dapat memimpin anggotanya dengan baik, tetapi untuk mengambil keputusan pada dirinya sendiri justru ia tidak bisa, tidak mudah beradaptasi di lingkungan baru, kurang percaya diri, dan tidak banyak memiliki pengalaman di luar sekolah/ kuliah.</p>
2	Diagnose merupakan tahapan	Berdasarkan hasil identifikasi masalah, konselor mendiagnosa/

	konselor dalam menetapkan permasalahan yang dialami konseli.	menetapkan masalah utama konseli ialah tidak tercapainya aktualisasi diri sehingga mengakibatkan dirinya belum bisa mengenali kemampuan yang dimiliki.
3	Prognosa merupakan tahapan dimana konselor menetapkan terapi/ Teknik yang pas dan tepat digunakan untuk membantu menyelesaikan masalah konseli sesuai dengan hasil diagnose	<p>Berdasarkan identifikasi masalah dan diagnose, maka konselor menetapkan Teknik <i>modelling</i> simbolik untuk membantu konseli dalam mencapai aktualisasi diri dengan menggunakan role model dari channel youtube Nihongo Mantappu.</p> <p>Sebelum masuk ke tahap pemberian terapi, konselor memperkenalkan terlebih dahulu kepada konseli channel Nihongo Mantappu yang akan dijadikan role model nantinya.</p>
4	Terapi/ treatment merupakan tahapan dimana konselor memberikan terapi kepada konseli sesuai dengan yang telah ditetapkan pada tahapan prognosa	<p>Pada tahapan ini konselor menggunakan 4 tahapan sesuai dengan tahapan pada Teknik <i>modelling</i> simbolik yaitu, tahap attentional, retentional, pembentukan perilaku dan terakhir motivasional. Pada penelitian ini konselor menggabungkan konseling islam dengan Teknik <i>modelling</i> simbolik, jadi ketika proses konseling berlangsung konselor tetap menggunakan Al- Qur'an sebagai landasan berperilaku.</p> <p>Pada tahapan attentional konselor memberikan video yang telah dipilih kepada konseli lalu konseli disuruh untuk memperhatikan model dalam</p>

		<p>video tersebut dengan cermat dan seksama.</p> <p>Tahapan selanjutnya adalah tahapan retentional, konselor menanyakan kepada konseli pelajaran apa saja yang dapat diambil dari video tersebut, mulai dari tingkah laku sampai perkataan yang disampaikan model dalam video tersebut. Pada tahapan ini konselor tidak hanya menanyakan pada konseli, tetapi konselor juga meminta konseli untuk menuliskan hal tersebut pada form yang telah disediakan konselor.</p> <p>Pada tahapan pembentukan perilaku konselor memberikan pengarahan pada konseli untuk mencoba mempraktikkan perilaku yang telah dipelajari dari model.</p> <p>Tahap terakhir pada proses pemberian Teknik <i>modelling</i> simbolik adalah motivasional. Konselor memberikan dorongan ataupun motivasi kepada konseli untuk semangat bisa tetap mendapatkan nilai yang bagus dan memiliki banyak pengalaman kegiatan di luar perkuliahan sehingga dapat mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya.</p>
5	Evaluasi dan follow up, pada tahapan ini konselor melakukan evaluasi terhadap	<p>Pada tahap evaluasi konselor melakukan evaluasi terhadap hasil konseling yang telah dilakukan, bahwasanya konseli perlahan mampu</p>

	hasil konseling yang telah dilakukan.	membuka dirinya, mau diajak mengenali kemampuan yang dimiliki, dan Kembali bisa berinteraksi dengan orang baru.
--	---------------------------------------	---

Terapi yang digunakan pada penelitian ini adalah konseling islam dengan menggunakan Teknik *modelling* simbolik. Teknik *modelling* simbolik dengan menggunakan media video youtube ini dinilai cukup efektif digunakan konseli untuk membantu menyelesaikan permasalahannya. Hal ini terbukti sebelum dilakukan proses konseling, konseli cenderung tertutup dan jarang berinteraksi dengan orang lain, meskipun konseli tertutup dan jarang berinteraksi dengan orang ia memiliki jiwa kepemimpinan yang bagus, konseli bisa menjadi pemimpin yang tegas di dalam suatu kelompok, setiap harinya konseli hanya sibuk belajar di dalam kamarnya, dan sering kali ia tidak bisa mengendalikan amarahnya saat belajarnya diganggu oleh orang lain.

Setelah dilakukan proses konseling, hasil perubahan yang ditunjukkan konseli sangat terlihat jelas. Konseli sudah mau berinteraksi dengan orang lain, konseli juga sudah mulai bisa mengendalikan amarahnya ketika ibunya menyuruh pergi berbelanja ketika ia sedang belajar. Perubahan lainnya yaitu konseli sudah mulai bisa membagi waktu antara belajar dengan tanggung jawab konseli di rumah, seperti mencuci baju dan menyapu halaman. Meskipun konseli sudah tidak terlalu fokus dengan belajar, tetapi nilai-nilai post test konseli tetap bagus, hanya saja sesekali menurun dan konseli menyikapinya dengan wajar, tidak lagi marah-marah menyalahkan orang lain.

Konseli juga memberitahukan pada konselor bahwasannya ia memutuskan untuk menerima tawaran temannya untuk bergabung organisasi, konseli ingin menambah pengalaman selama kuliah.

Tabel 4.4

Perbedaan perilaku konseli sebelum dan sesudah diberikan konseling

No	Perilaku Konseli	Sebelum			Sesudah		
		SD	JD	TD	SD	JD	TD
1	Tertutup (jarang berinteraksi dengan orang lain)	v				v	
2	Tertutup pada pengalaman	v					v
3	Tidak siap menerima resiko atas keputusan yang diambil	v				v	
4	Emosi yang dimiliki negatif	v				v	
5	Tidak percaya diri	v				v	
6	Dikendalikan dengan masa lalunya	v				v	

Berdasarkan uraian tabel diatas menunjukkan bahwasannya perilaku konseli sebelum dan sesudah diberikan konseling sangat terlihat jelas perubahannya. Deskripsi penjelasan dari tabel diatas sebagai berikut. Sebelum dilakukan proses konseling, pada kategori tertutup, dengan artian ia jarang berinteraksi dengan orang lain (baik dikenal maupun tidak dikenal) peneliti mengkategorikan sering dilakukan hal ini dapat dibuktikan pada tabel 4.1 di tanggal 13, 21 September 2021, konseli seharian berada di kamar dan ia hanya diam ketika ada diskusi kelompok. Setelah dilakukan proses konseling kategori tertutup peneliti mengkategorikan jarang dilakukan hal itu dapat dibuktikan dari tabel 4.2 pada tanggal 20 dan 22 November 2021, konseli mulai mau berinteraksi dengan sesama anggota organisasi dan konseli sudah mulai mau berinteraksi membantu teman kelasnya yang bingung akan pelajaran. Terlihat jelas perbedaan sebelum dan sesudah diberikan konseling mulai yang dia hanya dikamar kini dia bisa ikut bergabung mengobrol dengan orang lain.

Selain itu pada kategori tertutup pada pengalaman, sebelum diberikan konseling peneliti mengkategorikan SD (sering dilakukan) hal itu bisa dibuktikan dengan hasil wawancara tetangga dan juga temannya bahwasannya konseli sering menolak ajakan mereka mengenai mencari pengalaman baru di organisasi kuliah maupun di karang taruna desanya sedangkan pada saat setelah dilakukan proses konseling peneliti mengkategorikan TD (Tidak Dilakukan) karena konseli sudah mau menerima tawaran temannya dan tetangganya itu untuk menambah pengalaman, hal ini juga bisa dilihat pada tabel 4.2 di tanggal 16 November

2021 konseli memutuskan untuk mendaftar organisasi kampus.

Pada kategori tidak siap menerima resiko atas keputusan yang diambil diatas, sebelum dilakukan proses konseling peneliti mengkategorikan perilaku tersebut sering dilakukan, hal itu terlihat pada saat konseli merasa bingung, bimbang dan takut untuk menerima tawaran pendaftaran organisasi temannya, ia terlihat tidak siap menerima konsekuensi ketika mengikuti organisasi nantinya. Sedangkan setelah dilakukan proses konseling, peneliti mengkategorikan menjadi jarang dilakukan, karena konseli sudah mulai bisa berani mendaftarkan diri mengikuti organisasi, ia sudah siap menerima nantinya konsekuensi apa yang akan diterima ketika mengikuti organisasi termasuk nilai yang akan menurun, selain itu juga bisa dilihat dari tabel 4.2 tanggal 1 dan 6 November 2021 bahwasannya konseli mau diminta tolongi ibunya berbelanja meskipun dipagi hari nanti ada ujian pre test di kelasnya, dengan maksud konseli siap menerima resiko ketika dipagi hari tidak belajar karena ibunya meminta tolong untuk pergi berbelanja, pada tanggal 6 konseli dengan senang hati tanpa adanya paksaan ikut membantu tetangganya yang akan mengadakan hajatan padahal keesokan paginya ada tugas yang harus dikumpulkan, ia memutuskan untuk ikut pergi membantu tetangganya dan siap menerima resiko hal yang telah diputuskan itu.

Pada kategori emosi yang dimiliki negative, sebelum dilakukan proses konseling peneliti mengkategorikan sering dilakukan, hal itu dapat dibuktikan dengan perilaku konseli pada tabel 4.1 di tanggal 17 dan 23 September 2021 konseli membentak ibunya karena diminta tolongi untuk mengantar makanan ketempat kerja ayahnya dan ia marah-marah ke adik sepupunya

karena ketika presentasi adik sepupunya melihat konseli. Sedangkan setelah dilakukan proses konseling, peneliti mengkategorikan jarang dilakukan karena perilaku konseli setelah mendapatkan konseling sudah bisa mengontrol emosi negatifnya jadi, perlahan emosi negative itu dirubah menjadi emosi positif. Hal itu dapat dibuktikan pada tabel 4.2 di tanggal 1 dan 7 November 2021 konseli tidak marah lagi ketika diminta tolongi ibunya untuk pergi berbelanja meskipun pagi itu dia ada ujian pre test dan ia bisa mengendalikan amarahnya ketika adik sepupunya lagi-lagi mengganggu dia mengerjakan tugas.

Pada kategori tidak percaya diri, sebelum dilakukan proses konseling peneliti mengkategorikan sering dilakukan karena konseli sering sekali merasa tidak percaya diri, insecure atas kemampuan yang ia punya, ia merasa tidak memiliki kemampuan seperti yang lainnya terlebih sepupunya, hal itu dapat dibuktikan pada tabel 4.1 di tanggal 20, 21 dan 30 September 2021, konseli gugup ketika presentasi karena ia takut salah ketika menjelaskan materi dari presentasinya, ia hanya diam ketika ada diskusi kelompok karena takut opininya salah dan berbeda diantara teman-temannya, dan ia menolak diajak pergi ke rumah sepupunya yang dulu dijadikan bahan perbandingan karena ia takut nantinya akan dibandingkan lagi akan kemampuan yang dimiliki sepupunya. Sedangkan setelah dilakukan proses konseling, peneliti mengkategorikan jarang dilakukan karena konseli sudah mulai percaya diri, hal itu dapat dibuktikan pada tabel 4.2 di tanggal 3 dan 8 November 2021, konseli sudah mulai berani menyampaikan pendapatnya ketika ada diskusi kelompok dan ia mulai bisa mengendalikan kegugupan ketika presentasi.

Hal terakhir yang membuktikan keberhasilan penelitian ini adalah dikendalikan dengan masa lalunya, sebelum dilakukan proses konseling peneliti mengkategorikan sering dilakukan karena konseli sering kali ketika akan memutuskan sesuatu ia seperti ragu karena ia dikendalikan oleh masa lalunya yang disbanding-bandingkan dengan sepupunya itu, ia selalu terbayang masa lalunya itu, akhirnya menjadikan dirinya tidak maju dalam banyak hal, ia hanya berfikir bahwasannya harus bisa memiliki nilai akademik yang lebih unggul daripada sepupunya tersebut, tetapi ketika sudah dilakukan proses konseling, konseli sudah bisa perlahan mencari pengalaman lain untuk mengenali dan mengembangkan kemampuan/ kelebihan yang dimiliki. Hal itu dibuktikan dengan konseli mendaftarkan diri di organisasi kampus pada tanggal 16 November 2021.

Dari uraian diatas bisa diambil kesimpulan bahwasannya adanya perubahan pada perilaku konseli sebelum dilakukan proses konseling dengan sesudah dilakukan proses konseling.

2. Perspektif Islam

Pada penelitian ini peneliti memadukan konseling islam dengan Teknik *modelling* simbolik, jadi konselor memasukkan nilai-nilai keislaman dari Al- Qur'an dan Al- Hadits sebagai landasan dalam konseli berperilaku, dengan tujuan agar konseli bisa bersyukur atas segala sesuatu yang telah Allah berikan dengan cara mengenali dan mengembangkan potensi/kemampuan yang dimiliki.

Konselor mengingatkan konseli atas firman yang telah Allah berikan mengenai potensi manusia pada Q.S At- Tin ayat 4, yang berbunyi

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : “Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya” (Qs. At-Tin : 4)⁷⁴

Dalam potongan ayat diatas mengandung sebuah pesan bahwasannya Allah telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk ciptaan Allah lainnya. Jadi setiap manusia diciptakan memiliki potensi dan kemampuan sendiri-sendiri, potensi tersebut tidak bisa disamaratakan antara manusia satu dengan lainnya. Disini konselor mengingatkan bahwasannya konseli tidak perlu teruskan memaksakan diri untuk bisa menjadi seperti sepupunya, konselor juga mengingatkan bahwasannya konseli pasti memiliki kemampuan ataupun kelebihan yang tidak dimiliki sepupunya tersebut, tugas konseli adalah terus belajar mengenali dan mengembangkan potensi tersebut.

Selain dari Q.S At- Tin, konselor juga mengingatkan atas hadits Nabi SAW mengenai syukur dan sabar, hadits tersebut berbunyi

قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ أَنْ أَصَابَتْهُ

⁷⁴ Tafsir Ibn Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>

سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَأَنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ. (رواه مسلم)

Artinya : Nabi SAW bersabda : perkara orang mukmin mengagumkan, sesungguhnya semua perihalnya baik dan itu tidak dimiliki seorangpun selain orang mukmin. Bila tertimpa kesenangan ia bersyukur dan syukur itu baik baginya dan apabila tertimpa musibah ia bersabar dan sabar itu baik baginya. (HR. Muslim)

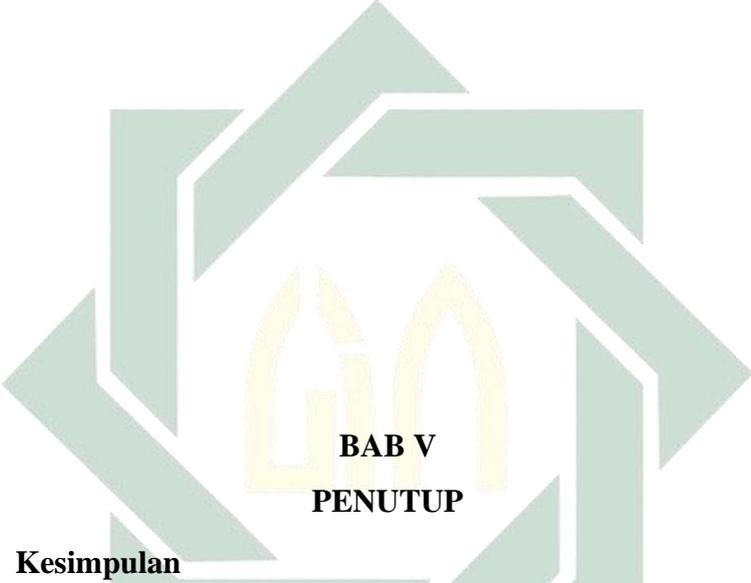
Dari hadits diatas mengandung pesan bahwasannya sebagai orang mukmin seharusnya senantiasa bersyukur atas nikmat yang telah diberikan Allah dan bersabar ketika tertimpa musibah. Hadits inilah yang digunakan konselor dalam memberikan motivasi pada konseli untuk senantiasa bersyukur atas nikmat yang telah Allah berikan dengan cara mengembangkan kemampuan yang ia miliki.

Selain itu konselor juga mengingatkan konseli untuk bisa mengendalikan amarahnya dan bisa memaafkan kesalahan saudara-saudaranya di masa lalu yang selalu membanding-bandingkan dirinya dengan sepupunya, dan menjadikan itu sebagai pelajaran bukan untuk dimasukkan hati. Hal ini terdapat dalam Q.S Ali- Imran ayat 134, yang berbunyi

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ
وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya, baik di waktu lapang maupun sempit, dan

orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan”



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Proses pelaksanaan konseling islam dengan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya, dilakukan dengan lima tahapan yakni, identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/ treatment dan evaluasi/ follow up. Pada tahap pemberian terapi, konselor menggunakan tahapan-tahapan dari Teknik

modelling simbolik secara teori, ada empat tahapan secara teori, yaitu :

- a) Pada tahapan attentional, konselor memberikan video yang telah dipilih kepada konseli lalu konseli disuruh untuk memperhatikan model dalam video tersebut dengan cermat dan seksama.
 - b) Pada tahapan retentional, konselor menanyakan kepada konseli pelajaran apa saja yang dapat diambil dari video tersebut, mulai dari tingkah laku sampai perkataan yang disampaikan model dalam video tersebut. Pada tahapan ini konselor tidak hanya menanyakan pada konseli, tetapi konselor juga meminta konseli untuk menuliskan hal tersebut pada form yang telah disediakan konselor.
 - c) Pada tahapan pembentukan perilaku, konselor memberikan pengarahan pada konseli untuk mencoba mempraktikkan perilaku yang telah dipelajari dari model.
 - d) Tahapan motivasional adalah tahap terakhir pada proses pemberian Teknik *modelling* simbolik. Konselor memberikan dorongan ataupun motivasi kepada konseli untuk semangat bisa tetap mendapatkan nilai yang bagus dan memiliki banyak pengalaman kegiatan di luar perkuliahan sehingga dapat mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya.
2. Hasil akhir dari pelaksanaan konseling islam menggunakan Teknik *modelling* simbolik untuk meningkatkan aktualisasi diri seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya dapat dikatakan berhasil karena konselor mampu membantu konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada konseli, ibu konseli,

tetangga, teman kelas kuliah dan teman SD konseli, bahwasannya sebelum proses konseling dilakukan konseli cenderung tertutup (jarang berinteraksi dengan orang lain), tertutup pada pengalaman, tidak siap menerima resiko atas keputusan yang diambil, emosi yang dimiliki negative, tidak percaya diri dan dia dikendalikan oleh masa lalunya. Namun setelah dilakukan proses konseling, konseli menjadi lebih sering berinteraksi dengan orang, mulai mau mengikuti beberapa kegiatan dan organisasi untuk menambah pengalaman, ia juga mulai lebih siap menerima resiko atas keputusannya, ia juga mulai bisa merubah emosi negative itu menjadi positif, mulai percaya diri ketika presentasi dan ia sudah menerima masa lalunya, menjadikan masa lalunya sebagai kunci dari keberhasilannya kelak.

B. Saran

1. Konselor

Sebaiknya konselor lebih memperdalam lagi ilmu pengetahuan mengenai teori-teori dan juga Teknik konseling, lebih sering melakukan praktik konseling sehingga memiliki banyak pengalaman dan juga lebih terbiasa ketika melakukan proses konseling. Konselor ditambah lagi dalam skill dan juga komunikasi pada orang lain, agar nantinya ketika melakukan proses konseling konselor tidak lagi kaku.

2. Konseli

Konseli harus lebih bersyukur dengan nikmat yang telah Allah berikan, salah satunya dengan cara mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Manusia itu makhluk yang paling sempurna diantara makhluk ciptaan Allah lainnya, tetapi tidak ada manusia yang benar-benar sempurna, semua memiliki porsinya

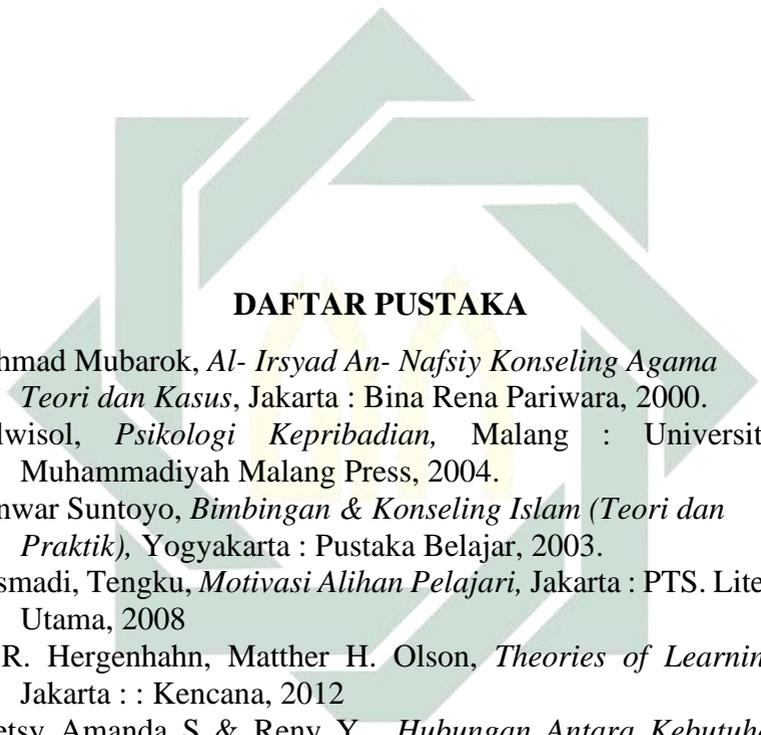
sendiri-sendiri, tidak semua orang memiliki kemampuan yang sama dan jangan samakan kamu dengan orang lain. Jadilah yang terbaik versi dirimu.

3. Pembaca

Semoga para pembaca dapat mengambil manfaat dari apa yang peneliti tulis dalam penelitian ini, dan semoga dapat menjadi pengingat bahwasannya setiap manusia memiliki potensi, kemampuan ataupun kelebihan dalam dirinya. Jangan pernah bandingkan dirimu dengan orang lain. Fokuslah menjadi yang terbaik versi dirimu.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwasannya penulisan dalam penelitian ini jauh dari kata sempurna, karena penelitian ini memiliki banyak kekurangan. Berdasarkan pengalaman yang didapatkan peneliti saat melakukan penelitian keterbatasan yang dialami, mulai identifikasi masalah hingga dilakukannya proses konseling adalah peneliti baru mengenal konseli, jadi peneliti benar-benar harus membangun trust atau kenyamanan pada orang disekitar konseli yang akan dijadikan sumber data dan juga konseli sendiri untuk memperoleh data. Membangun kenyamanan dan kepercayaan pada konseli tidak mudah bagi peneliti karena konseli termasuk pribadi yang tertutup dengan orang lain. Keterbatasan lainnya yaitu jarak rumah konseli dan peneliti cukup jauh dan juga penelitian ini dilakukan ditengah-tengah kegiatan PPL/ magang, jadi peneliti tidak sepenuhnya bisa mengamati perilaku konseli secara berkala.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Mubarak, *Al- Irsyad An- Nafsiy Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta : Bina Rena Pariwara, 2000.
- Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang : Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2004.
- Anwar Suntoyo, *Bimbingan & Konseling Islam (Teori dan Praktik)*, Yogyakarta : Pustaka Belajar, 2003.
- Asmadi, Tengku, *Motivasi Alihan Pelajari*, Jakarta : PTS. Litera Utama, 2008
- B.R. Hergenhahn, Matther H. Olson, *Theories of Learning*, Jakarta : : Kencana, 2012
- Betsy Amanda S & Reny Y, *Hubungan Antara Kebutuhan Aktualisasi Diri dengan Motivasi Kerja pada Wanita Karir*, (Jurnal Sosio Humaniora No. 2, pp. 134-136)
- Boeree, George, *Personality Theories*, Yogyakarta : Prima Sophie, 2004.
- Brown. F. J, *Educational Psychology*, 2nder. New Jersey : Prentice Hall Englewood, 1961.

- Burhan Bugin, *Metode Penelitian Sosial : Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*, Surabaya : Universitas Airlangga, 2001.
- Cervon, D & Pervin L.A, *Personality Theory and Research*, Amazon : John Wiley and Sons, Inc, 2001.
- Dede Rahmat Hidayat, *Psikologi Kepribadian*, (Bogor : Ghalia Indonesia, 2011) hal. 127
- Djumhur & M. Suryo, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Bandung : CV. Ilmu, 1975.
- Edi Purwanto, *Modifikasi Perilaku (Alternatif Anak Berkebutuhan Khusus)*, Jakarta : Pustaka Belajar.
- Fitri, Nurul Hani, *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Kemampuan Aktualisasi Diri Kelas X SMA Negeri 1 Binjai*. (UNM, 2014).
- Hadari Nawawi dan Martini Hadari, *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*, Yogyakarta : Gajah Mada University Press, 1995.
- Hartono, *Psikologi Konseling*, Jakarta : Kencana, 2012.
- Heri Rahyubi, *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Bandung : Nusa Media, 2012.
- I. Djumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Bandung : CV Ilmu, 1975.
- Koeswara, *Teori-Teori Kepribadian*, Bandung : PT. Gresco, 1991.
- Komalasari, Wahyu & Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta : Indeks, 2011.
- Lexi J. Moeleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2014
- M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*, Jakarta : Ghalia Indonesia, 2002.
- Muhammad, Hasyim. *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2002.

- Nevid, Jeffrey S, Spancer A. Rathus dan Beverly Greene, *Abnormal Pshychology in a Changing World*, terj. Tim Fakultas Psikologi UI dengan judul : Psikologi Abnormal, Jakarta : Erlangga, 2005.
- Nursalim Mochamad, *Strategi Konseling*, Surabaya : Unesa University, 2005.
- Robert K. Yin, *Studi Kasus Desain dan Metode*, Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2008.
- Rumaini Ni Wayan, dkk, “Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modeling Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII 6 SMPN 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014” Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, E- Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vo. 2, No. 1, tahun 2014.
- Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta : Amzah, 2013.
- Schults Duane, *Psikologi Pertumbuhan : Model-Model Kepribadian Sehat*, Yogyakarta : Kanisius, 1991.
- Sijabat, J.P. *Mantappu Jiwa*, Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2019.
- Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Bandung : Alfabeta, 2004.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta, 2011.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Baandung : CV. Alfabeta, 2009.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian : SUatu Pendekatan Praktek*, Jakarta : Rineka Cipta, 1980.
- Supriyatna, Mamat, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi (Orientasi Dasar Pengembangan Konselor)*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2010.
- Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2007

- Tafsir Ibn Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>
- Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat Al- Ahzab ayat 21-22*, diakses pada tanggal 14 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/09/tafsir-surat-al-ahzab-ayat-21-22.html>
- Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat Al- Ahzab ayat 21-22*, diakses pada tanggal 14 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/09/tafsir-surat-al-ahzab-ayat-21-22.html>
- Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>
- Tafsir Ibnu Katsir, *Tafsir Surat At- Tin ayat 4*, diakses pada tanggal 18 September 2021 dari <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-at-tin-ayat-1-8.html>
- Thoha Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 1992) h. 5
- Ujam Jaenudin, *Teori-Teori Kepribadian*, Bandung : CV Pustaka Setia, 2015.
- V. Mark Durand dan David H. Barlow, *Teori Humanistic Psikologi Abnormal*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2006.
- Walgito. *Bimbingan dan Konseling Studi & Karir*, Yogyakarta : Andi, 2010.
- Wiyono, Slamet, *Manajemen Potensi Diri* Edisi: Rev, Jakarta : PT. Grasindo, 2004.
- Zuhairini, *Filsafat Pendidikan Islam*, Jakarta: Bumi Aksara, 2000.