KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI PADA REMAJA DI MOJOROTO, KECAMATAN MOJOROTO KOTA KEDIRI

SKRIPSI

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

Oleh :

Qurratu Ainin Ar Rifqa

B73218109

Dosen Pembimbing:

Drs. H. Cholil, M.Pd.I.

NIP. 196506151992021005

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2022

PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Qurratu Ainin Ar Rifqa

NIM : B73218109

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI PADA REMAJA DI MOJOROTO, KECAMATAN MOJOROTO KOTA KEDIRI** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

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

Surabaya, 22 Juli 2022

Yang membuat pernyataan

Ainin Ar Rifqa

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama	:	Qurratu Ainin Ar rifqa
Nim	:	B73218109
Program Studi	:	Bimbingan Konseling Islam
Judul	:	KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI PADA REMAJA DI MOJOROTO, KECAMATAN MOJOROTO KOTA KEDIRI

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 22 Juli 2022
Menyetujui
Pembimbing.

Drs. H. Cholil, M.Pd .I.
NIP. 196506151992021005

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI PADA REMAJA DI MOJOROTO, KECAMATAN MOJOROTO KOTA KEDIRI

SKRIPSI

Disusun Oleh
Qurratu Ainin Ar Rifqa
B73218109

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Strata Satu Pada tanggal 2 Agustus 2022
Tim Penguji

Penguji I

Dr. H. Cholil, M.Pd.I
NIP. 196506151992021005

Penguji II

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

Penguji III

Dra. Faizah Noer Laela, M.Si.
NIP. 196012111992032001

Penguji IV

Dr.H. Abd. Basyid, M.M
NIP. 196009011999031002

Dekan,

Dr. Moch. Chamim Arif, S.Ag., M.Fil.I.
NIP. 197110171998031001

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	: Qurratu Ainin Ar Rifqa
NIM	: B73218109
Fakultas/Jurusan	: Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan dan Kosneling Islam
E-mail address	: ainin.riefqa@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 MENGGUNAKAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI PADA REMAJA DI MOJOROTO, KECAMATAN MOJOROTO KOTA KEDIRI

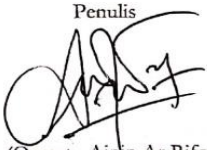
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media 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, 8 agustus 2022

Penulis



(Qurratu Ainin Ar Rifqa)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Qurratu Ainin Ar Rifqa B73218109. Konseling islam dengan Teknik Kursi Kosong untuk Mengatasi Percaya Diri pada remaja di Mojoroto, Kecamatan Mojoroto, Kota Kediri.

Kurangnya Percaya Diri pada konseli diakibatkan dari miskonsepsi konseli terhadap pemaknaan menjadi diri sendiri, sehingga hal ini membuat konseli kurang maksimal dalam menunjukkan kepercayaan dirinya. Tenyata miskonsepsi ini mengakibatkan beberapa dampak negatif yang mempengaruhi kehidupan konseli. Penelitian ini menggunakan teknik pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus.

Hasil dari konseling islam dengan Teknik kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri pada remaja diketahui dari terdapatnya perubahan perilaku konseli sebelum dan sesudah melaksanakan kegiatan konseling. Konseli sebelum mengikuti proses konseling memiliki inti masalah kurangnya Percaya Diri sehingga mengakibatkan konseli menumbuhkan perilaku sulit mengekspresikan dirinya, mencari perhatian lingkungannya secara berlebihan, serta pergaulan bebas. Tetapi setelah melakukan kegiatan konseling terdapat perubahan perilaku seperti; konseli lebih rajin dalam melakukan pekerjaan rumah dan tugas sekolah, konseli dapat mengontrol emosi saat marah, konseli menemukan hobi baru, serta lebih menyadari tugasnya sebagai pelajar. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa teknik kursi kosong cukup membantu dalam mengatasi Percaya Diri pada remaja.

Kata kunci : Teknik Kursi Kosong, Percaya Diri

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

ABSTRACT

Qurratu Ainin Ar Rifqa B73218109. Islamic Counseling with the Empty Chair Technique to Overcome Confidence in Adolescents in Mojoroto, Mojoroto District, Kediri City. Lack of confidence in the counselee is caused by the counselee's misconception of the meaning of being herself, so this makes the counselee less than optimal in showing his confidence. In fact, this misconception has result in several negative impacts that affect the counselee's life. This research uses a qualitative approach with a case study method.

The results of Islamic counseling with the empty chair technique to overcome self-confidence in adolescents are known from the changes in the counselee's behavior before and after carrying out counseling activities. The counselee before joining the counseling process has a core problem of lack of self-confidence, resulting in the counselee growing difficult behavior in expressing himself, seeking excessive environmental attention, and promiscuity. But after doing counseling activities there are changes in behavior such as; the counselee is more diligent in doing homework and schoolwork, the counselee can control his emotions when angry, the counselee finds a new hobby, and is more aware of his duties as a student. From the explanation above, it can be concluded that the empty chair technique is quite helpful in overcoming self-confidence in adolescents.

Keywords: Empty Chair Technique, Confidence

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

ة نبذة مختصرة

الإرشاد الإسلامي بتقنية الكرسي الفارغ .B73218109 قرة عينين الرفقة للتغلب على الثقة لدى المراهقين في موجوروتو ، منطقة موجوروتو ، مدينة كيديري.

يعود سبب عدم الثقة في المستشار إلى سوء فهم المستشار لمعنى كونه هو نفسه ، وبالتالي فإن هذا يجعل المستشار أقل من الأمثل في إظهار ثقته. في الواقع ، أدى هذا المفهوم الخاطئ إلى العديد من الآثار السلبية التي تؤثر على حياة المستشار. يستخدم هذا البحث منهجًا نوعيًا مع منهج دراسة الحالة.

تُعرف نتائج الإرشاد الإسلامي بتقنية الكرسي الفارغ للتغلب على الثقة بالنفس لدى المراهقين من التغيرات في سلوك المستشار قبل وبعد القيام بأنشطة الإرشاد. يواجه المستشار قبل الانضمام إلى عملية الاستشارة مشكلة أساسية تتمثل في عدم الثقة بالنفس ، مما يؤدي إلى تزايد سلوكه الصعب في التعبير عن نفسه ، والسعي إلى الاهتمام البيئي المفرط ، والاختلاط. ولكن بعد القيام بأنشطة الإرشاد ، هناك تغييرات في السلوك مثل ؛ يكون المستشار أكثر اجتهادًا في أداء الواجبات المدرسية والعمل المدرسي ، ويمكن للمستشار أن يتحكم في عواطفه عندما يغضب ، ويجد المستشار هواية جديدة ، ويكون أكثر وعيًا بواجباته كطالب. من الشرح أعلاه ، يمكن استنتاج أن تقنية الكرسي الفارغ مفيدة جدًا في التغلب على الثقة بالنفس لدى المراهقين.

الكلمات المفتاحية: تقنية الكرسي الفارغ ، الثقة

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **Error! Bookmark not defined.**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI ..... **Error! Bookmark not defined.**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN ii

PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI ..... **Error! Bookmark not defined.**

ABSTRAK i

ABSTRACK ..... v**Error! Bookmark not defined.**

KATA PENGANTAR vi

DAFTAR ISI xi

DAFTAR TABEL xiiii

DAFTAR BAGAN xi

BAB I 1

PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Rumusan Masalah 10

C. Tujuan Penelitian 11

D. Manfaat 11

E. Definisi Konsep 12

F. Sistematika Pembahasan 14

BAB II 16

KAJIAN TEORITIK 16

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

A. Kursi Kosong (*Empty Chair)* 16
B. Percaya Diri ..... **Error! Bookmark not defined.**
C. Aplikasi Kursi Kosong untuk mengatasi Percaya Diri 26
D. Penelitian Terdahulu 43
BAB III 48
METODE PENELITIAN..... 48
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 48
B. Lokasi Penelitian..... 50
C. Jenis dan Sumber Data..... 50
D. Tahap-Tahap Penelitian 53
E. Teknik Pengumpulan Data..... 56
F. Teknik Validitas Data 58
G. Teknik Analisis Data..... 61
BAB IV 63
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 63
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian..... 63
B. Penyajian Data 68
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)..... 95
BAB V 105
PENUTUP..... 105
A. Simpulan 105
B. Rekomendasi..... 106
C. Keterbatasan Penelitian..... 107

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Daftar Pustaka 108
LAMPIRAN 112

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan……..67

Tabel 2. Perubahan Perilaku Konseli 91

Tabel 3. Tabel Hasil Treatmen 97

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Analisis Miles and Huberman 73

Bagan 2. Tahap Treatmen..... 77

Bagan 3. Treatmen untuk menunjukkan Ekspresif..... 77

Bagan 4. Treatmen mereduksi perilaku Cari Perhatian 80

Bagan 4. Treatmen mereduksi perilaku pergaulan bebas 83

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja menjadi salah satu bagian terpenting dalam medan fenomenal seseorang. Remaja menjadi bagian pembentukan diri individu dalam mejadi manusia dewasa. Remaja merupakan masa transisi, masa perubahan. Perubahan dari berbagai segi dalam kehidupan remaja; mulai dari segi fisik, intelektual, kemampuan bersosial, hingga emosional. Setiap individu memiliki medan fenomenal yang berbeda. Seorang individu dapat mengalami suatu permasalahan selama masa transisi. Masa seperti ini dapat menjadi suatu hambatan jika individu tidak dapat melalui secara tenang dan damai. Keterlambatan, kesulitan dalam menyelaraskan dengan lingkungan, gagal dalam mencapai tugas perkembangan diri, hingga gagal menjadi makhluk sosial. Perkembangan fisik, sosial dan psikisnya menjadi suatu tanda dalam perkembangan remaja.

Remaja di era ini sering menghadapi permasalahan tentag kurangnya mereka dalam Percaya Diri. Salah menyerap kata-kata motivasi " Jadilah Diri Sendiri" menjadi salah satu faktor kurangnya remaja dalam percaya diri. Hal ini menyebabkan remaja mengaplikasikan dan mengembangkan beberapa sikap yang salah tentang menjadi diri sendiri**.** Keinginan mencapai kemampuan terbaik serta mendapat pengakuan terhadap eksistensi remaja dilingkungannya sudah mejadi kebutuhan yang penting dalam kehidupan remaja. Salah satu hal yang penting atau yang jelas terjadi pada remaja adalah Percaya Diri. Percaya Diri merupakan keyakinan yang ada pada diri seseorang

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

bahwa ia mampu berperilaku seperti yanng diinginkan dan mendapatkan hasil yang sesuai dengan harapannya[1]. Dengan meningkatkan rasa percaya diri, seseorang dapat menunjukkan potensi yang ada pada dirinya, sehingga berpotensi kepada kinerja serta arah karir masa depannya.

Remaja yang kesulitan dalam perihal menunjukkan rasa percaya diri, akan kesulitan mengarahkan kemampuan mereka, impian yang mereka inginkan juga akan cenderung tidak terarah dan tidak memiliki tujuan[2]. Hal ini menyebabkan timbulnya beberapa kasus tentang remaja yang tidak memiliki orientasi hidup. Hilangnya orientasi hidup juga dapat disebabkan karena remaja kesulitan dalam mengembangkan potensi dalam dirinya. Proses implementasi diri seorang individu berasal dari minat, bakat, kemampuan dalam bertanggungjawab serta kemandirian dan keinginan berkembang, hal ini juga merupakan bagian dari Percaya Diri[3].

Berdasarkan pemaparan diatas dapat diartikan bahwa dengan meningkatkan rasa percaya diri, seseorang dapat menemukan potensi yang ada pada dirinya. Bandura menjelaskan bahwa Percaya Diri merupakan keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil yang di harapkan[4]. Dalam hal ini, mengatasi kemampuan seseorang dapat kesulitan berkembang dalam hidupnya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

---

[1] Fudyartanta, *Psikologi Kepribadian,*(Jogjakarta: Pustaka Pelajar,2006), hlm.86

[2] Alwisol, *PSikologi Kepribadian*,(Malang: UMM Press, 2010), hlm. 79

[3] Rosita E. Kusmaryani dkk, *Modul Keterampilan Konseling,cet. Ke II,* (Yogyakarta: UNY Press, 2014), hlm. 45

[4] Alwisol, *Psikologi Kepribadian,* (Malang: UMM Press,2010), hlm. 80

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Lauster juga menyumbangkan pendapatnya tentang Percaya Diri. ia menyebutkan lebih banyak bahwa Percaya Diri merpakan proses impelementasi seorang individu yakin akan minat, kreativitas, kemampuan dalam bertanggungjawab dan kemandirian serta keinginan berkembang dalam dirinya[5]. Dalam hal ini mengatasi kemampuan seseorang dalam menunjukkan rasa percaya diri sangat diperlukan demi kehidupan yang lebih baik.

Omifolaji memberikan pendapatnya. Percaya Diri merupakan keyakinan seseorang dalam mempraktekkan potensi, kemampuan, dan bakat yang dimilikinya[6]. Dalam hal ini menunjukkan bahwa Percaya Diri adalah hal yang penting bagi individu.

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti melalui proses assessment terhadap konseli dan beberapa *significant other* yang terlibat, peneliti mendapatkan hasil bahwa konseli kurang mengatasi Percaya Diri pada dirinya. Rendahnya Percaya Diri pada remaja memiliki beberapa dampak negatif. Dalam pernyataan yang diberikan konseli ia mengalami rendahnya Percaya Diri pada dirinya sejak ia berusia 11 tahun. Hal ini menyebabkan ia kurang mampu dalam mengekspresikan dirinya, mencari perhatian serta melakukan pergaulan bebas.

Sikap ketidakmampuan mengekspresikan dirinya memberikan beberapa dampak. Diantaranya

[5] Perfilyera, *Professional Self-Actualization as the Basis of Employee Loyal(Journal of Siberian Federal University Humanities & Social SciencesIII(5))*,hlm. 423-429

[6] Adhani, A.R, *Pengaruh Kebutuhan AktualisasiDiri dan Bebean Kerja terhadap Prestasi Kerja Karyawan*, (Jurnal Ilmu Manajemen I(3) I-II, 2013), hlm. 1224

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dampak tersebut adalah konseli mudah tersinggung perasaannya. Hal ini menyebabkan konseli terlihat murung dan menutup diri dari lingkungan rumahnya. Dampak lainnya adalah konseli tidak memiliki hobi yang ia gemari. Tidak adanya hobi yang konseli gemari menyumbang dampak kecanduan terhadap Gadget dan malas.

Konseli mencari perhatian dalam lingkup keluarganya dengan berbicara menggunakan intonasi yang tinggi dan mengakibatkan konseli bertengkar dengan orangtuanya dan dijauhi oleh orang lain. Dampak selanjutnya adalah konseli kerap menggunakan kata kasar dan kotor. Hal ini mengakibatkan konseli di jauhi oleh teman teman sebaya yang ada dilingkungann rumahnya dan kerap bertengkar dengan saudara-saudaranya.

Dampak terakhir dari kurang percaya diri adalah pergaulan bebas. Pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli adalah geng motor. Konseli mengikuti geng motor hingga mengakibatkan konseli kerap pulang malam dan menggunakan make up berlebihan. Dampak lainnya adalah bolos. Klien melakukan tindakan membolos menyebabkan nilai akademisnya turun dan beberapa kali terkena *skor*s dari sekolah.

Berdasarkan pengertian dari beberapa ahli dan hasil assessment yang telah dijelaskan, peneliti menarik kesimpulan bahwa Percaya Diri sendiri memiliki makna yaitu suatu proses menjadi diri sendiri dengan meyakini suatu potensi dan bakat yang ada pada dirinya secara optimal. Kurang optimalnya Percaya Diri dapat membawa seseorang menuju hal-hal yang tidak benar. Tidak maksimalnya Percaya Diri dapat memberikan kerugian bagi kehidupan seseorang

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dan sekitarnya.

Dalam sudut pandang keislaman Percaya Diri dalam seseorang sangatlah diperlukan. Islam mengajarkan kepada pemeluknya untuk memiliki sikap menerima atau kerap disebut dengan qana'ah. Islam megajarkan para pemeluknya untuk mensyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Seperti yang sudah di firmankan oleh Allah dai Al Qur'an dalam Surat Al Baqarah ayat 172 yang berbunyi :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُلُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا رَزَقۡنَٰكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِلَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ١٧٢

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, makanlah diantara rezeki yang baik –baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.(QS. Al-Baqarah: 172)

Didalam Tafsir al-Qur'an Al-Aisar, Karangan Syaikh Abu Bakar Al-Jazaridari menerangkan bahwa ayat diatas menjelaskan tentang mengajak manusia supaya menikamti rezeki yang telah di berikan oleh Allah yang bermanfaat sehingga nantinya dapat mengarahkan manusia untuk selalu mensyukuri nikmat-nikmat Allah. Maka seseorang di haruskan dapat menunjukkan rasa Percaya Dirinya dengan bersikap *qana'ah* atau mensyukuri nikmat yang diberikan oelh Allah. Seseorang dengan dengan sikap qana'ah yang memiliki arti menerima apa adanya hal-hal yang telah diberikan oleh Allah setelah dirinya berusaha dan merasa cukup dengan hasilnya meskipun

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

sedikit[7]. Seseorang yang sudah mengembangkan sikap qana'ah dalam hatinya maka ia akan memiliki sikap yang ikhlas, pekerja keras, sabar dan Ilkhlas yang semuanya didasarkan karena Allah. Dengan rasa ikhlas dan mau menerima apa adanya hal ini dapat menumbuhkan sikap seseorang untuk lebih giat dalam bekerja, berkarya, mengembangkan potensi dan melakukan hal-hal positif dengan tujuan untuk terus mencari Ridho-Nya dan terus mengembangkan dirinya menjadi versi yang positif. Korelasi dalam memiliki sikap qana'ah dalam islam juga akan membantu individu dalam mengatasi Percaya Dirinya.

Percaya Diri dalam islam juga termasuk kedalam fitrah Allah untuk manusia. Fitrah Allah ini berupa potensi, kreativitas, kemampuan yang dapat dibangun dan membangun[8]. Fitrah dapat memiliki kemungkinan untuk berkembang dan meningkat. Dalam Qur'an Surat Al-Rum ayat ke 30, yang berbunyi:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِى فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا
تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ ٱلدِّينُ ٱلْقَيِّمُ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ
ٱلنَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya : Maka hadapkanlah wajahmu demgan lurus kepada agama (Islam);(sesuai)fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut (fitrah)itu. Tidak adaperubahan pad ciptaan Allah.(itulah)agama

[7] Muhammad Abdul Qadir Abu Faris, *Takziat an-Nufus,*terj. Habiburrahman Saerozi, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hlm. 242

[8] Suriadi, *Fitrah dalam Prespektif Islam,* Jurnal MUADDIB vol. 8,143-159,2018), hlm. 143

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui,

Al-Thabari mengungkapkan makna fitrah adalah murni, sejak lahir manusia telah terlahir dengan membawa berbagai sifat, salah satunya adalah kemurnian atau keikhlasan dalam menjalankan kegiatan atau aktivitas[9] . fitrah sendiri ialah potensi menjadi baik sekaligus potensi menjadi buruk, hal ini memiliki korelasi dengan Percaya Diri pada individu.

Berdasarkan pada penjelasan diatas, menggunakan terapi kursi kosong. konseling gestalt menurut Perls adalah pencapaian kesadaran[10]. Thompshon juga memberikan pendapatnya, teknik kursi kosong bertujuan untuk membantu mengatasi konflik interpersonal dan intrapersonal[11]. Sedangkan Faria mengungkapkan tujuan pemakaian teknik kursi kosong adalah untuk mengakhiri konflik- konflik dengan jalan memutuskan urusan-urusan yang tidak selesai yang berasal dari masa lalu klien[12]

Joyce & Sill mengungkapkan Teknik ini dapat di gunakan sebagai suatu cara untuk memperkuat apa yang ada di pinggir kesadaran klien untuk mengeksplorasi polaritas[13]. Frederick S.P. memaparkan teknik kursi kosong merupakan suatu cara untuk mengajak konseli agar dapat

[9] Al-Thabari,*Tafsir At-Tabari, Juz XI.*(Darul Fikr, t.t), hlm. 260

[10] Gerald Corey, *Teori dan Praktek konseling dan Psikoterapi*, (Bandung; PT. Eresco,2010),hlm 118

[11] Gantina K, *Teori dan Praltek Konseling,*(Jakarta: PT. INdeks,2011), hlm. 191

[12] Safaria T, *Terapi dan Konseling Gestalt,*(Yogyakarta: Graha Ilmu, 2005), hlm. 117

[13] Gede Agus Supriadi, dkk, *Efektivitas Konseling Gestaltdengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses pembelajaran pada siswa kelas VII SMP Laboratorium UNDIKSHA SingarajaTahun Pelajaran 2013/2014*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

menginternalisasi introyeksinya[14]. Pada dasarnya teknik permainan dengan melibatkan konseli sebagai pemerannya, yaitu sebagai *Top Dog* dan *under dog* secara bergantian.

Levitsky menjelaskan bahwa Teknik kursi kosong merupakan teknik permainan peran dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadiannya sendiri yang dibayangkan duduk/berada di kursi kosong[15]. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik kursi kosong merupakan teknik bermain peran dengan dirinya sendiri sebagai suatu usaha dalam megentaskan permasalahan yang dialami oleh klien. Dan beberapa tahapan yang sudah peneliti jelaskan dilakukan untuk mengatasi Percaya Diri klien. remaja akan diajak dalam suatu permainan peran. Dimana remaja tersebut akan berperan sebagai penerannya, dikenal dengan permainan *Top Dog and Under Dog*, terapi ini mengajak remaja dalam melihat dari beberapa sudut pandang[16].

Penerapan teknik Konseling menggunakan kursi kosong dari pendekatan Gestalt menjelaskan terdapat beberpa langkah- langkah dalam penerapannya[17], meliputi : yang pertama ialah konselor bersikap

UINSUNANAMPEL
S U R A B A Y A

[14] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung; PT. Eresco,2010),hlm 132-143

[15] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung; PT. Eresco,2010),hlm 132-143

[16] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung; PT. Eresco,2010),hlm 132-143

[17] Ridha Prafitria R.D. *Penerapan Teknik Kursi kosong dalam konseling Individu untuk mengurangi Sikap Berkata Kasar Siswa Di SMP 5 Negeri Kota Jambi.* (Jambi, 2018)hlm. 7

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

attending denngan konseli. Yang kedua menjelaskan tentang azaz dan tujuan dari proses teknik kursi kosong. Yang ketiga mengidentifikasi masalah konseli. Yang ke empat, konselor memberikan penjelasan penjelasan tentang tahapan kursi kosong. Yang kelima, konselor mengkondisikan konseli yang akan berperan sebagai diri sendiri atau oposisi. Yang ke-enam, konselor memposisikan dirinya sebagai lain. Yang ke-tujuh konseli melakukan dialog untuk permasalahan konseli. Yang ke delapan, kesimpulan dialog selama penerapan teknik. Yang ke Sembilan adalah tahapan evaluasi.

Berdasarkan pada penelitian terdahulu yang relevan terhadap penelitian ini. Ridha Prafitria Ramadhani Dahendra dalam penelitiannya yang berjudul penerapan teknik kursi kosng dalam konseling individu untuk mengurangi sikap berkata kasar siswa di SMP 5 Negeri Kota Jambi.

Dalam penelitiannya, peneliti membahas bagaimana cara mengurangi sikap kasar siswa dengan menggunakan teknik Kursi Kosong. Di sebutkan juga di dalamnya bahwa sikap berkata kasar karena lingkungan adalah bentuk dari Percaya Diri seorang remaja. Sehingga penulis menafsirkaan bahwa penelitian ini relevan dengan topik yang saya ambil.

Penelitian terdahulu yang kedua adalah *Efektivitas konseling Gestalt dengan teknik Kursi Kosong untuk meningkatkan rasa percaya dalam proses pembelajaran pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSA Singaraja tahun pelajaran 2013/2014* (e-Journal Undiksha jurusan bimbingan konseling vol, 2 no,1 tahun 2014) oleh Gede Agus

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Supriadi, Ni Ketut Suarni dan Dewi Arum W.M sama halnya dengan penelitian terdahulu yang saya sebutkan sebelumnya. Percaya diri yang dijelaskan dalam jurnal ini adalah bagian dari Percaya Diri remaja. Sehingga untuk meningkatkan rasa percaya diri untuk mengatasi Percaya Diri adalah dengan meningkatkan percaya diri menggunakan teknik kursi kosong.

Berdasarkan hasil interpretasi yang telah dilakukan penulis sebelumnya, saya menarik hipotesis bahwa peneliti menerapkan teknik kursi kosong karena penelitian terdahulu pernah menggunakan teknik yang sama dan hasilnya memberikan dampak kepada objek penelitiannya. Sehingga klien dapat mengarahkan dan mengatasi potensi, kemampuan ataupun bakat dengan baik dan benar pada kehidupannya kelak, dari beberapa uraian dan fenomena diatas, maka saya sebagai peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul, "konseling islam dengan teknik kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri pada Remaja Di Mojoroto, Kecamatan Mojoroto Kota Kediri".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada materi-materi yang di ulas dalam latar belakang, peneliti bisa menarik rumusan masalah seperti:

1. Bagaimana Proses konseling islam dengan Terapi Kursi Kosong untuk mengatasi kurangnya rasa Percaya Diri pada remaja di Mojoroto, Kecamatan Mojoroto Kota Kediri?
2. Bagaimana Hasil konseling islam dengan Terapi Kursi Kosong untuk mengatasi kurangnya rasa Percaya Diri pada remaja di Mojoroto, Kecamatan Mojoroto Kota Kediri?

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

C. Tujuan Penelitian

Berdasakan dari Rumusan Masalah yang sudah di paparkan oleh peneliti, peneliti dapat mengeteahui tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proses mengatasi rasa kurang Percaya Diri dengan menggunakan Terapi Kursi Kosong.
2. Untuk mengetahui Dampak atau hasil implementasi dalam pendekatan Gestalt dengan Menggunakan Terapi Kursi Kosong dalam mengatasi rasa kurang Percaya Diri pada remaja.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Bersama dengan hasil dari penelitian ini, penulis berharap jika nantiya dapat bermanfaat sebagai bentuk pengembangan ilmu pengetahuan dan sumber referensi serta perluasan wawasan bagi peneliti-peneliti baru dibidang bimingan dan konseling. Harapan terbesar adalah penelitian ini dapt bermanfaat bagi masyarakat luas yang dapat dberikan edukasi begaimana mengatasi rasa kurang percaya diri dengan baik dan tepat agar bermanfaat bagi kehidupan.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengaktualisasikan dirinya. Penelitian ini dapat berguna bagi Mahasiswa mengenai Teknik Kursi Kosong untuk mengatasi rasa kurang Percaya Diri pada remaja.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

b. Bagi Para Praktisi

Manfaat bagi para praktisi dalam bidang lingkup bimbingan dan konseling dapat mengetahui terkait teknik kursi kosong yang dapat di gunakan dan dikembangkan dalam masyarakat

E. Definisi Konsep

Definisi konsep berisikan tentang penjelasan dan pemaparan mengenai konsep atau hal-hal yang digunakan dalam penelitian yang memberikan penjelasan uraian pada beberapa uraian tertenu. Definisi konsep memiliki tujuan untuk memperjelas maksud dari konsep yang digunakan dalam penelitian demi menghindari adanya hal-hal yang dapat menuntut kearah yang kurang jelas sehingga menyebabkan perbedaan presepsi.

1. Teknik Kursi Kosong (*Empty Chair)*

   Teknik kursi kosong adalah salah satu teknik konseling Gestalt yang di gagas oleh tokoh besar yaitu Frederick S. Perls atau popular dengan Fritz Perls. Teknik kursi kosong awalnya dikembangkan oleh Perls sebagai teknik bermain peran yang melibatkan klien dan imajiner[18]. Klien duduk disebrang kursi kosong (imajiner) dan memainkan peran tertentu. Teknik ini kerap dikenal dengan *Top dog* dan *Under dog.* Dalam penerapan teknik ini para konselor memiliki pandangan tujuan bahwa meraih kesadaran terhadap apa yang dialami oleh konseli dan kemudia ia bertanggungjawab atasa apa yang ia rasakan, pikirkan dan kerjakan[19]. Tujuan

[18] Safaria, T, *Terapi dan Konseling Gestalt*,(Yogyakarta: Graha Ilmu.2005), hlm. 117

[19] Latipun, *Psikologi Konseling*(Malang: UMM Press, 2008), hlm. 234

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

teknik kursi kosong adalah untuk membantu mengatasi konflik interpersonal dan intrapersonal yang menggangu totalitas kepribadianya. Disamping itu tujuan lainnya yaitu :

a. Agar konseli katarsis (Mengeluarkan emosinya)
b. Mengungapkan perasaan yang terpendam
c. Memperlancar komunikasi
d. Membantu konseli mencapai kesadaran yang lebih penuuh dan menginternalisasi konflik yang ada pada dirinya.

Kursi Kosong bertujuan untuk Mengusahakan fungsi yang terpadu dan penerimaan atas aspek yang coba dibuang atau diingkari. Teknik kursi kosong sendiri merupakan teknik permainan dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran yang lebih dominan yang bertujuan untuk memperkuat apa yang ada di pinggir kesadaran konseli.

Konflik-konflik konseli yang berasal dari kejadian- kejadian masalalu juga akan diatasi oleh konseli dengan menghadapi dan menerima kejadian-kejadian tersebut dengan menggunakan terapi kursi kosong ini.

2. Percaya Diri

Percaya Diri adalah suatu bentuk proses implementasi dari seorang individu terhadap seluruh kemampuan dirinya mulai dari bakat, kreativitas, hingga keinginan untuk berkembang. Bandura menjelaskan bahwa Percaya Diri merupakan kemampuan seseorang untuk mampu menunjukkan apa yang mereka inginkan sesuai

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dengan potensi yang mereka miliki[20]. Dalam hal ini, mengatasi kemampuan seseorang dapat kesulitan berkembang dalam hidupnya.

Lauster juga menyumbangkan pendapatnya tentang Percaya Diri. ia menyebutkan lebih banyak bahwa Percaya Diri merupakan proses implementasi seorang individu dari minat, kreativitas, kemampuan dalam bertanggungjawab dan kemandirian serta keinginan berkembang. Dalam hal ini, menunjukkan kemampuan seorang dalam kepercayaan diri sangat diperlukan demi kehidupan yang lebih baik.

Omifolaji memberikan pendapatnya. Percaya Diri merupakan proses usaha seseorang dalam mempraktekkan potensi, kemampuan, dan bakat yang dimilikinya[24]. Dalam hal ini mengatasi Percaya Diri adalah hal yang penting bagi individu.

F. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini dibagi menjadi beberapa bab pokok bahasan. Pokok bahasan dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 bab. Setiap bab dalam penelitian saling berkaitan secara berurutan. Berikut susunan sistematika pembahasan dalam skripsi ini, meliputi :

Pada **Bab pertama**, merupakan pendahuluan yang didalamnya terdapat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan yang terakhir sistematika pembahasan.

Bab kedua memaparkan terkait tinjauan pustaka yang berisi tentang kajian teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan. Pada kajian teoritik

[20] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2010), hlm. 80

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

penelitian ini membahas tentang; a. teknik kursi kosong, b. Percaya Diri, c. teknik kursi kosong untuk mengatasi rasa kurang Percaya Diri, d. penelitian terdahulu yang relevan.

Bab ketiga memabahas tentang metode penelitian yang di gunakan. Pemilihan metode penelitian yang tepat dapat memepengaruhi kemudahan dalam proses penggalian dan pengujian data di penelitian ini. oleh karena itu, dalam bab ini peneliti membahasa tentang gambaran subjek penelitian, lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, validitas data, dan tahap analisis data.

Pada **Bab ke empat** didalamnya membahas tentang penyajian data. Penyajian data merupakan pemaparan hasil data yang diperoleh setelah melakukan proses konseling. Jadi, dalam bab ini peneliti membahas tentang rendahnya Percaya Diri pada remaja, penjelasan proses konseling, dan hasil penerapan konseling.

Bab kelima adalah bab terakhir. Dalam bab ini juga dapat disebut sebagai bab penutup. Pada bab lima didalamnya terdaat kesimpulan dan saran. Kesimpulan sendiri ialah merupakan jawaban dari rumusan masalah yang telah tertera pada bab pertama

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

BAB II
KAJIAN TEORITIK

A. Kursi Kosong (*Empty Chair)*

1. Pengertian Teknik Kursi Kosong

Frederick Perl mengembangkan suatu pendekatan yang dikenal dengan Pendekatan Gestalt. Pendekatan ini berfokus pada apa dan bagaimana tingkah laku dan pengalaman.[21] Perls juga menyampaikan dalam Corey bahwa sasaran dari terapi ini adalah pencapaian kesadaran. Konseli tidak memiiliki alat untuk mengubah kepribadiannya jika ia tidak memiliki kesadaran. Jika klien memiliki telah mecapai kesadaran maka maka klien dapat memandanng suatu masalah secara menyeluruh, sehingga dapatbmembuat kilen melihat dengan sudut pandang lain, dan bisa memposisikan dirinya pada sisi-sisi lainnya dan bisa memposisikan dirinya dalam posisi *Top dog* atau *Underdog* melalui teknik kursi kosong[22] Thompshon juga memberikan pendapatnya, teknik kursi kosong bertujuan untuk membantu mengatasi konflik interpersonal dan intrapersonal.[23] Sedangkan Faria mengungkapkan tujuan pemakaian teknik kursi kosong adalah untuk

[21] Gerald corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT.Eresco, 2001). Hlm. 129

[22] Susuanti Dyastuti,*Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku Bullying melalui pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong,*(Jurnal Bimbingan dan Konseling: Theory and Application 1(1) Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2012), hlm. 31

[23] Gantina K, *Teori dan Praktek Konseling,*(Jakarta: PT. Indeks, 2011), hlm 191

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mengakhiri konflik-konflik dengan jalan memutuskan urusan-urusan yang tidak selesai yang berasal dari masa lalu klien[24].

Joyce & Sill mengungkapkan Teknik ini dapat di gunakan sebagai suatu cara untuk memperkuat apa yang ada di pinggir kesadaran klien untuk mengeksplorasi polaritas[25]. Frederick S.P. memaparkan teknik kursi kosong merupakan suatu cara untuk mengajak konseli agar dapat menginternalisasi introyeksinya[30]. Pada dasarnya teknik permainan dengan melibatkan konseli sebagai pemerannya, yaitu sebagai *Top Dog* dan *under dog* secara bergantian.

Levitsky menjelaskan bahwa Teknik kursi kosong merupakan teknik permainan peran dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadiannya sendiri yang dibayangkan duduk/berada di kursi kosong[26]. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik kursi kosong merupakan teknik bermain peran dengan dirinya sendiri sebagai suatu usaha dalam megentaskan permasalahan yang dialami oleh klien. Dan beberapa tahapan yang sudah peneliti jelaskan dilakukan untuk mengatasi Percaya Diri klien. remaja akan diajak dalam suatu

[24] Safaria, T, *Terapi dan Konseling Gestalt,* (Yogyakarta : Graha Ilmu, 2005), hlm. 117

[25] Gede Agus Supriadi, dkk, *Efektivitas konseling gestalt dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses pembelajran pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja Tahun pelajaran 2013/2014,* Jurnal

[26] Gerald Corey, , *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT.Eresco, 2001). Hlm.132-143

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

permainan peran. Dimana remaja tersebut akan berperan sebagai penerannya, dikenal dengan permainan *Top Dog and Under Dog*, terapi ini mengajak remaja dalam melihat dari beberapa sudut pandang[27]

2. Tujuan Teknik Kursi Kosong

Teknik kursi kosong yang menyediakan dua kursi kosong yang saling berhadapan sebagai media saat konseli melakukan dialog sebagai *Topdog* dan *Underdog*. Dialog yang dilakukan oleh konseli bersifat berlawanan pada dua peran yang ia lakukan. Teknik kursi kosong ini bertujuan untuk membantu konseli dalam merasakan konflik yang ia rasakan menjadi lebih terasa nyata. Teknik ini juga bertujuan untuk membantu konseli dalam merasakan perasaannya secara penuh[28].

Teknik kursi kosong juga memiliki tujuan sebagai berikut: a). membantu Konseli dalam menemukan pusat dirinya.[29] b). membantu konseli dalam mengentaskan dirinya untuk mengatur dirinya sendiri, c). meningkatkan kesadaran konseli adar dapat menghadapi permasalahan dan akan diatasi dengan baik saat dapat melihat berbagai sudut pandang. d). untuk mengakhiri konflik-konflik yang dialami oleh konseli yang berasal dari masa lampaunya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

[27] Gerald Corey, , *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT.Eresco, 2001). Hlm. 132-143

[28] Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling* , (Surabaya, Anggota IKAPI,2000)hlm. 85

[29] Gerald Corey, , *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT.Eresco, 2001). Hlm. 125

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

3. Proses pelaksanaan teknik kursi kosong

Penerapan teknik Konseling menggunakan kursi kosong dari pendekatan Gestalt menjelaskan terdapat beberpa langkah-langkah dalam penerapannya[30], meliputi : **yang pertama** ialah konselor bersikap *attending* denngan konseli pda tahap ini konselor mengenali bagaimana kepribadian konseli, bagaimana karakter konseli. **Yang kedua** menjelaskan tentang azaz dan tujuan dari proses teknik kursi kosong, dalam tahap ini konselor menjelaskan apa dan mengapa teknik kursi kosong yang akan di berikan kepada konseli. **Yang ketiga** mengidentifikasi masalah konseli, dalam tahapan ini konselor menggali dan memahami akar permasalahan yang dialami oleh konseli. **Yang ke empat**, konselor memberikan penjelasan penjelasan tentang tahapan kursi kosong dalam tahap ini konseli akan diajak memahamii tentang peraturan dan bagaimana cara mengaplikasikan teknik kursi kosong. **Yang kelima,** konselor mengkondisikan konseli yang akan berperan sebagai diri sendiri atau oposisi. **Yang ke-enam,** konselor memposisikan dirinya sebagai lawan main, dalam tahap ini konseor hanya berperan sebagai seseorang untuk membantu konseli jika kesusahan dalam melakukan katarsis tanpa melakukan dialog dalam proses terapi. **Yang ke-tujuh** konseli melakukan dialog untuk permasalahan konseli, dalam tahap ini konseli memulai dialog sesuai peran yang ia pilih. **Yang ke delapan**, kesimpulan dialog selama penerapan

[30] Ridha Prafitria R.D, *Penerapan Teknik Kursi Kosong dalam Kosnelig Individu untuk mengurangi Sikap Berkata kasar Siswa Di SMP 5 Negeri Kota Jambi*,(Jambi, 2018). Hlm.7

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

teknik dalam tahap ini konselor menarik kesimulan dari proses dialog yang di lakukan oleh konseli. **Yang ke Sembilan** adalah tahapan evaluasi, dalam tahapan evaluasi ini konselor memberikan hasil dari penarikan kesimpulan guna dapat memperbaiki dalam tahap konseling selanjutnya.

B. Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Maslow memaparkan bahwa Percaya Diri merupakan proses seseorang menjadi dirinya sendiri dengan mengembangkan keyakinan terhadap sifat dan potensi psikologis yang unik[31]. Berdasarkan pemaparan diatas dapat diartikan bahwa dengan Percaya Diri, maka ia tidak akan kesulitan dalam menemukan jati diri dan potensi pada dirinya. Sedang menurut, Bandura menjelaskan bahwa Percaya Diri merupakan kemampuan seseorang untuk mampu menjadi apa yang mereka inginkan sesuai potensi yang mereka miliki[32]. Dalam pengertian ini, dapat dipahami bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk meyakini apapun yang mereka inginkan dengan memanfaatkan dan mengarahkan potensi mereka dengan baik. Jika tidak diarahkan dengan benar, maka seseorang dapat kehilangan potensi jati diri.

Patioran juga menyumbangkan pendapatnya, bahwa Percaya Diri merupakan kemampuan seseorang untuk mampu menjadi apa yang menerka inginkan sesuai dengan potensi yang mereka

[31] Fudyartanta, *Psikologi Kepribadian,* (Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 2006), hlm. 86

[32] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*¸(Malang: UMM Press, 2010), hlm. 79

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

miliki[33]. Dalam pendapatnya diketahui lebih spesifik tentang bakat, sifat dan potensi seseorang dapat berkembang dan bagian dari Percaya Diri. Jika tidak dimaksimalkan, maka seseorang dapat kesulitan berkembang dalam kehidupannya.

Perilveya juga menyumbangkan pendapatnya tentang Percaya Diri. ia menyebutkan lebih banyak bahwa Percaya Diri merupakan proses implementasi seorang individu dari minat, kreativitas, kemampuan dalam bertanggungjawab dan kemandirian serta keinginan berkembang[34]. Dalam hal ini, mengatasi kemampuan seseorag dalam mengaktualisasikan diri sangat diperlukan demi kehidupan yang lebih baik.

Omifolaji memberikan pendapatnya. Percaya Diri merupakan proses usaha seseorang dalam mempraktekkan potensi, kemampuan dan bakat yang dimilikinya[35]. Dalam hal ini mengatasi aktualisasikaan diri adalah hal yang penting bagi individu.

2. Karakteristik Percaya Diri

Guilford mengemukakan bahwa kepercayaan diri dapat dinilai melalui tiga aspek[36], yaitu (1) bila seseorang merasa adekuat terhadap apa yang dilakukannya, menunjukkan adanya keyakinan

[33] Adhani, A.R, *Pengaruh Kebutuhan Percaya Diri dan Beban Kerja Terhadap Prestasi Kerja Karyaawan,* (Jurnal Ilmu Manajemen 1 ()

[34] Rosita E, Kusumaryanu dkk, *Modul Keterampilan Konseling, cet. Ke II*, (Yogyakarta: UNY Press, 2014), hlm. 45

[35] Adhani, A.R, *Pengaruh Kebutuhan Percaya Diri dan beban Kerja terhadap prestasi kerja Karyawan,*(Jurnal Ilmu Manajemen 1(3)1-11, 2013), hlm. 1224

[36] Afiatin, 1994

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

terhadap kekuatan, kemampuan dan ketrampilan yang dimiliki, (2) bila seseorang merasa dapat diterima oleh kelompoknya, didasari atas keyakinan terhadap kemampuannya dalam berhubungan sosial, dan (3) bila seseorang percaya sekali pada dirinya sendiri serta memiliki ketenangan sikap, yaitu tidak mudah gugup, cukup toleran terhadap berbagai macam mencapai Percaya Diri dengan maksimal akan memiliki kepribadian yang berbeda pada umumnya[37].

Karakteristik seseorang berhasil mengatasi Percaya Dirinya, meliputi:

a. ia mampu melihat realitas secara lebih efisien, maksudnya ia mampu menganalisis secara logis, kritis, dan mendalam terhadap segala fenomena alam dan kehidupan.
b. Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain apa adanya. Orang yang percaya diri, ia akan melihat orang lain seperti melihat dirinya yang penuh dengan kekurangan dan kelebihan, tetapi melalui hal ini ia akan mengembangkan sikap toleransi dan menghargai.
c. Penghargaan yang selalu baru dan kreatifitas, dalam hal ini maksimalnya Percaya Diri individu akan selalu membuat individu menunjukkan potensi yang baru dan berkembang, hal ini menjadi karakter seseorang yang Percaya Diri
d. Ketertarikan sosial, individu dengan Percaya Diri yang maksimal akan memiliki ketertarikan sosial yang tinggi dan baik. Individu cenderung

[37] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

menyukai berinteraksi dengan lingkugan dan menggali potensi

e. Hubungan intrapersonal yang kuat, individu yang sudah mengatasi Percaya Dirinya, maka ia akan membangun suatu kepriabdian yang toleransi dengan individu yang lain. Dalam hal ini, karakter individu yang sudah mencapai Percaya Dirinya juga akan membangun hubungan yang baik dengan individu lainnya.

Seseorang yang berhasil mengatasi Percaya Dirinya akan terpusat pada persoalan, maksudnya ia akan berbuat kebaikan yang didarkan untuk semua orang. Orang yang teleah mengaktualisasikan diri akan membutuhkan kesendirian, maksudnya ia membutuhkan menyendiri dalam rangka utuk membuatnya tenang dan logis. Otonomi (Kemandirian terhadap kebudayaan dan lingkungan), apresiasi yang berkelanjutan, kesadaran sosial, hubungan interpersonal dan demokratis, rasa humor yang bermakna dan etis, kreatibitas, indepenensi termasuk kedalam karakteristik Percaya Diri.

Maslow juga mengemukakan pendapatnya bahwa proses Percaya Diri merupakan potensi yang ingin diungkapkan dalam diri remaja untuk dapat mencapai prestasi sebaik-baiknya[38]. Pencapaian prestasi yang ingin ditunjukkan oelh individu saat memasuki masa remaja memiliki ciri-ciri berikut :

a. Remaja ingin menetapkan sendiri tujuan

[38] Vina Kusuma Sari, *Pengaruh penyesuaian diri terhadap Akttualisasi Diri Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Anak Blitar*,(Psikovidya vol. 17 No. 1, 2013), hlm. 24

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

hasil karya nya. Terbentuknyakemampuan untuk membentuk pikiran, *Decision making*, kemampuan individu dalam melihat permasalahan yang di hadapi.

b. Lebih senang menghindari tujuan hasil karya yang mudah dan memilih karya yang sulit.
c. Senang bertanggungjawab akan pemecahan persoalan
d. Memiliki rasa ingin tahu yang tinggi.

Seseorang yang sudah mencapai aktualisasi yang maksimal ia akan memenuhi kriteria-kriteria Percaya Diri seperti diatas. Individu yang sudah mengatasi atualisasi dalam dirnya maka ia akan mudah dalam beradaptasi dan mancapai hal-hal yang ia inginkan dalam kehidupannya sesuai dengan targetnya.

3. Manfaat Mengatasi Percaya Diri

Mengatasi Percaya Diri memberikan banyak manfaat dalam kehidupan individu. Dengan mengatasi Percaya Diri, individu mendapatkan pola kehidupan yang benar-benar dapat menguntungkan bagi dirinya ataupun lingkungannya[39]. Maslow berpendapat manfaat dari mengatasi Percaya Diri ialah:

a. Individu mendapatkan pengeteahuan tentang bagaimana mengolah dan memanajemen pengalaman yang pernah ia dapatkan.
b. Mencapai dan mengembangkan tingkat

[39] Muhammad Ali, dkk, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara,2004)hlm. 25

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

spiritualitas dan terus mengembangkannya.

c. Memilih hidup yang utuh, hidup yang bahagia seutuhnya.
d. Mengembangkan karya dengan memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya dengan tujuan untuk untuk bisa meningkatkan hidup manusia.

4. Dampak Negatif dari kurang maksimalnya Percaya Diri

Kurang maksimalnya seseorang dalam mengaktualisasikan dirinya, dapat berpengaruh dalam kehidupan individu. Maslow mengemukakan pendapatnya dalam Koswara[40], dampak negatif dari kurangnya aktualiasasi diri ialah :

a. Kebutuahn akan rasa aman yang terlalu kuat
b. Kurangnya keberanian dalam Pengambilan resiko
c. Ketakutan saat melakukan kesalahan
d. Dan kebiasaan kebiasaan lama yang tidak konstruktif, sehingga membuat individu ini merasa terancam dam memilih untuk bergerak mundur ke arah pemuasan kebutuhan terhadap rasa aman.

5. Hambatan-hambatan dalam mengatasi Percaya Diri

Dalam suatu proses pasti akan menghadapi beberapa hambatan. Sama hal nya dalam mengatasi Percaya Diri individu, Maslow menyebutkan dalam Koswara[41], ada beberapa hambatan dalam menaksimalkan rasa percaya diri:

a. Berasal dari dalam diri individu

[40] Koswara, *Teori-Teori Kepribadian.*(Bandung: PT. Eresco, 1991), hlm. 126

[41] Koswara, *Teori-Teori Kepribadian.*(Bandung: PT. Eresco, 1991), hlm. 126

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Hal ini berupa ketidaktahuan, rasa takut individu untuk mengungkapkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya, dan keraguan yang kerap muncul dalam pola pikirnya.

b. Berasal dari luar atau Masyarakat
Kecenderungan individu yang selalu di "Nilai" oleh masyarakat sehingga mendepersonalisasi individu.

c. Berasal dari pengaruh negatif
Individu yang terlalu nyaman berada di zona nyaman, karena ketidak mampuannya dalam menghadapi eraguan dan rasa takut karena adanya pola pikir yang menakutkan atau mengancam baginya.

C. Aplikasi Kursi Kosong untuk mengatasi kurangnya rasa Percaya Diri

Perfilyera menjelaskan Percaya Diri adalah suatu proses atau usaha seseorang dalam meyakini potensi, kemampuan, bakat serta kemampuannya dalam bertanggungjawab[42]. Sementara rendahnya Percaya Diri dapat diartikan sebagai remaja yang kesulitan dalam menarahkan dan mengeenali diri mnereka sehingga dapat berakibat pada rendahnya rasa pengenalan terhadap dirinya dan seluruh kemampuan yang dimilikinya sehingga menimbulkan dampak-dampak negatif dari hal hal tersebut. Kursi kosong ialah teknik konseling bertujuan untuk membantu konseli dalam merasakan konflik yang ia rasakan menjadi lebih terasa nyata. Teknik ini juga bertujuan untuk membantu konseli dalam merasakan perasaannya

[42] Perfilyera, *Professional Self-Actualization as the Basis of Employee Loyal(Journal of Siberian Federal University Humanities & Social SciencesIII(5))*,hlm. 423-429

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

secara penuh[43].

Sehubungan dengan mengatasi Percaya Diri, teknik kursi kosong ini dapat menjadi teknik untuk membantu konseli melihat sudut pandang yang lain. Dengan teknik kursi kosong ini, konseli dapat memkasimalkan Percaya Diri mereka, yaitu :

a. Agar konseli Katarsis (Dapat mengeluarkan emosinya)
b. Mengungkapkan perasaan yang terpendam
c. Memperlancar komunikasi
d. Membantu konseli mencapai kesadaran yag lebih ppenuh dan meninternalisasi konflik yan ada pada dirinya.

Langkah yang dilakukan dalam melaksanakan teknik kursi kosong ini, yaitu :

1) Pembentukan Hubungan

Tahapan pertama yang dilaksanakan sebelum menjalani proses konseling adalah pembentukan hubungan. Hal ini bertujuan agar menciptaka rasa saling percaya antara peneliti dan konseli.selain itu hal ini juga akan menciptakan rasa nyaman sehingga secara terbuka dapat menceritakan hal hal yang ia rasakan kepada peneliti[44]. Tahap pembentukan hubungan ini dapat dilakukan selama 60 menit di pertemuan pertama. Beberapa langkah itu, meliputi :

a. *Attending*

Attending merupakan langkah pertama

[43] Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling* , (Surabaya, Anggota IKAPI,2000)hlm. 85

[44] Sindytia Ilma, *Aplikasi Dispute Cognitive untuk menumbuhkan sikap tanggungjawab seorang remaja di desa ngabetan,*Skripsi, (Surabaya: UINSA, 2022), hlm. 28

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yang dilakukan konselor saat pertama kali bertemu konseli. Dalam pelaksanaan *attending*, peneliti bisa memulai dengan pengucapan salam. Kemudian dilanjutkan dengan mempersilahkan konseli untuk duduk dan menanyakan kabar konseli.

b. Pertanyaan umum
   Setelah dilaksanakannya *attending*, peneliti memberikan beberapa pertanyaan umum, yang harus dijawab dengan jawaban selain "ya" dan "tidak". Dalam tahap ini pertanyaan yang disampaikan adalah tentang identitas konseli.
c. Alih topik
   Alih topik merupakan suatu upaya untuk mengarahkan pembicaraan dari pertanyaan umum menjadi pembicaraan yang mengarah pada permasalahan konseli.
d. Assemen Singkat
   Pembicaraan yang berkenaan dengan kegiatan konseli atau kesibukan konseli, dalam tahap ini peneliti dapat mulai untuk mencoba assesmen singkat terhadap konseli untuk mendapatkan data dari permasalahan yang dialami oleh konseli.
e. *Structuring*
   Structuring menjadi langkah terakhir dalam tahap pembentukan hubungan. *Structuring* merupakan tahap penjealsan berupa informasi terkait hak dan kewajiban yang disepakati dan di taati oleh konseli selama mengkuti proses konseling. Berikutnya konseli akan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

diminta untuk menandatangani kontrak kesediaan mengikuti proses konseling dari awal hingga akhir. Peneliti mengakhiri pertemuan pertama dengan membuat temu janji dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

2) Identifikasi Masalah

Dalam tahapan identifikasi masalah ini, terdapat beberapa langkah yang dapat dilakukan dengan durasi yang sama yaitu 60 menit di pertemuan ke dua. Langkah-langkah, yaitu:

a. Assesmen

Proses ini disebut dengan penggalian data konseli yang dilakukan oleh peneliti dengan tujuan agar dapat terlengkapinya data sehingga meminimalisir terjadiya kesalahpahaman antar pihak. Dalam proses assemen ini peneliti meminta konseli secara sukarela umtuk menceritakan permasalahan yang dialaminya. Dimulai dari proses awal munculnya permasalahan hingga bentuk perilaku yang tidak sesuai dikarenakan bentuk akibat dari permasalahan tersebut.

b. Identifikasi Masalah

Langkah ini mengulas tentang inti masalah yang dialami oelh konseli yang didaptakan dari hasil assesmen. Dalam langkah ini juga, peneliti melakukan pemetakan berupa beberapa dampak perubahan perilaku yang merupakan akibat dari masalah yang dialami konseli.

c. Identifikasi motivasi

Identifikasi motivasi menjadi langkah yang harus dilakukan setelah melewati assemen

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dan identifikasi masalah. Identifikasi motivasi ini dilakukan oleh peneliti dengan tujuan untuk mengetahui seberapa dalam keinginan konseli untuk menyelesaikan dan memperbaiki permasalahan yang dialaminya. Apabila keinginan konseli untuk menjadi lebih baik sangatlah kuat, maka hal ini juga dapat meberikan harapan positif terhadap hasil dari proses konseling.

3) Diagnosis

Tahapan diagnosis juga dilakukan dengan durasi 60 menit di pertemua ke tiga, dalam tahapan ini juga terdapat beberapa langkah yang harus dilakukan, berupa:

a. Menganalisis penyebab

Hasil assesmen pada pertemuan sebelumnya tetap menjadi sumber untuk tahapa diagnosis. Peneliti kembali memberikan penjelasan secara singkat terkait proses penyebab munculnya permasalahan yang dialami oleh konseli. Hal ini bertujuan, agar konseli memiliki wawasan terkait permasalahan yang sedang dialaminya.

b. Penentuan Inti Masalah

Didasarkan pada proses identifikasi yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya. Jika Penelliti kembali menjelaskan tentang inti permasalahan yang dialami oleh konseli. Pada tahapan-tahapan sebelumnya peneliti hanya menyebutkan permasalahan yang dialami oleh konseli, maka pada tahapan ini peneliti menjelaskan terkait gambaran inti masalah yang dialami oleh konseli. Gambaran ini terkait pengertian,

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

karakteristik, hingga membahas terkait dampak negatif yang diberikan dari inti permasalahan konseli. Berdasarkan assemen, inti masalah yang sedang dialami oleh konseli adalah kurangnya Percaya Diri.

c. Penentuan dampak akibat dari inti permasalahan

Pada langkah ini peneliti mencoba menarik garis korelasi dari dampak permaslahan yang di temukan dalam langka sebelumnya dengan perubahan perilaku konseli. Setelah terkorelasi, peneliti menyimpulkan dan menyediakan dlam betuk bagan sebagai bentuk penjelasan terkait beberapa dampak yang dialami konseli yang dikarenakan dari inti permasalahan.

4) Prognosis

Prognosis juga dilaksanakan dalam durasi 60 menit pada pertemuan ke empat, meliputi :

a. Pemetaan tujuan

Berdasarkan pada hasil diagnosis, pemetaan tujuan konseling dipetakan menjadi beberapa tujuan oleh peneliti. Pemetaan ini dilandaskan pada dampak yang dikarenakan oleh inti permasalahan.tujuan-tujuan tersebut berupa: Tidak Eksprsif, cari perhatian, pergaulan bebas

b. Analisis faktor pendukung dan faktor penghambat

Proses yang dilakukan oleh peneliti selanjutnya adalah melakukan analisis terkait faktor pendukung keberhasilan proses konseling dan faktor penghambat pproses

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

konseling sulit diterima oleh konseli.

c. Penyusunan Rencana Pemberian Treatment
Dalam proses ini, peneliti akan menjelaskan dahulu terkait treatment yang akan diberikan. Hal-hal yang akan di infrmasikan kepada konseli adalah pengertian, manfaat, tata cara treatment. Setelah menginformasikan hal-hal tersebut, peneliti melaksanakan diskusi dengan konseli terkait pengatuaran jadwal pertemuan dan menentukan pelaksanaan *treatment.*hal ini juga mnejadi bagian agar konseli dapat terlibat dan andil selama proses pelaksanaan konseling.

5) Treatment

Pada proses ini, terdapat beberapa langkah implementasi yang dilakukan secara berulang pada setiap pertemuannya. Tindakan ini dilaksanakan demi terwujudnya tujuan diharapkan sesuai dengan perjanjian yang sudah di susun pada tahap prognosis. Dengan teracapainya tujuan yang diharapkan, hal ini dapat menjadi indikator bahwa inti permasalahan yang dialami konseli perlahan berkurang. Maka dapat dikatakan pula, secara perlahan konseli muali mengatasi Percaya Diri yang ada pada dirinya. Berikut merupakan penjelasan dari beberapa tahapan implementasi treatment:

a. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat menunjukkan sisi ekspresif dirinya untuk mengatasi Percaya Dirinya.

Pada tahapan treatment yang pertama ini bertujuan untuk mengatasi dampak pertama

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yaitu membatu konseli menunjukkan sisi ekspresifnya. Contoh treatment ini bisa berupa mengungkapkan emosi yang ia rasakan. Hal ini secara tidak langsung dapat melatih konseli agar dapat mengekpresikan dirinya. Ketertarikan sosial, individu dengan Percaya Diri yang maksimal akan memiliki ketertarikan sosial yang tinggi dan baik. Individu cenderung menyukai berinteraksi dengan lingkugan dan menggali potensi[45]

Langkah Pertama ialah penngondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli menjadi semakin ekspresif. Dengan mengungkapkan perasaannya terterhadap hal hal yang menurutnya menyinggung. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan.

[45] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

Langkah ketiga ialah memulai dialog. Dalam langkah ini konselisudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah kursi kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku ebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima reatment dii pertemuan selanjutnya.

b. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat mereduksi sikap cari perhatian untuk mengatasi Percaya Dirinya.

Pada tahapan kedua ini, treatment memiliki tujuan untuk mengentaskan dampak kedua yang dialami konseli, yaitu untuk membantu konseli mereduksi sikap cari perhatian yang mempengruhi kehidupan sosialnya. Vina menjelaskan bahwa Hubungan intrapersonal yang kuat, individu yang sudah mengatasi Percaya Dirinya, maka ia akan membangun suatu

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

kepriabdian yang toleransi dengan individu yang lain. Dalam hal ini, karakter individu yang sudah mencapai Percaya Dirinya juga akan membangun hubungan yang baik dengan individu lainnya.[46]

Langkah Pertama ialah pengondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli melihat sudut pandang orang orang sekitarnya. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

[46] Vina Kusuma Sari, *Pengaruh penyesuaian diri terhadap Akttualisasi Diri Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Anak Blitar*,(Psikovidya vol. 17 No. 1, 2013), hlm. 24

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Langkah ketiga ialah memulai dialog. Dalam langkah ini konseli sudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah kursi kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku ebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima treatment dii pertemuan selanjutnya.

c. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat mengentaskan pergaulan bebas untuk mengatasi Percaya Dirinya

Pada tahan ini bertujuan untuk mengentaskan pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli.pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli mengakibatkan kurang maksimalnya aktualisasi yang ada pada dirinya. Nor Ba'yah menyampaikan remaja memasuki masa dimana ia berpotensi untuk mencari teman sebaya yang mempunyai permasalahan yang sama dengannya yang kemudiaa menjadi faktor penarik untuk terlibat dalam gejala sosial, hal ini berpengaruh kepada perilaku remaja yang menyimpang untuk mengekspresikan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

perasaannya.[47]

Langkah Pertama ialah pengondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli melihat sudut pandang orang orang sekitarnya. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

Langkah ketiga ialah memulai dialog. Dalam langkah ini konselisudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah

[47] Nor Ba'yah Abdul Kadir, *Memahami masalah sosial: Rangka teoritikal sujektif mengikut konteks, kertas kerja seminarKebangsaan ke-3 Psikologi dan Masyarakat, Gejala Sosial dalam masyarakat,*(Bangi: Pusat Latiha KWSP,2004).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

kursi kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku ebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima treatment dii pertemuan selanjutnya.

6) Evaluasi

a. Monitoring

Monitoring juga menjadi bagian dari evaluasi yang membahas tentang perubahan perilaku sebelum menerina treatment dan sesudah pengimplementasian treatment. Selain itu pada tahap ini juga mengulas terkait analisis terbantunya konseli terhadap pemberian treatment dalam prosesnya mengatasi permasalahan yang dialaminya. Dalam tahap ini juga membahas terkait analisis keberhasilan proses konseling secara keseluruhan. Dengan tujuan untuk mengetahui apakah proses konseling dapat diakhiri. Dalam langkah ini ada bebrapa hal yang perlu dilakukan, yaitu : pertama adalah analisis keberhasilan pemberian intervensi pada tiap sesi yang telah dilakukan. Kedua adalah analisis ketidakberhasilan pemberian intervensi yang di terapkan dalam sesi tiap konseling. Terakhir ialah analisis tingkat

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

keterbantuan konseli setelah melakukan sesi konseling.

b. Terminasi

Terminasi kerap disebut juga pengakhiran. Terdapat langkah-langkah yang harus dilakukan peneliti, yaitu : menjelaskan rangkuman kegiatan konseling yang sudah terlaksana, melakukan diskusi dengan konseli terkait kelanjutan proses konseling di hentikan atau dirasa masih perlu melakukan penanganan lanjutan, selanjutnya peneliti memberikan beberapa saran dan nasehat kepada konseli, lalu proses konseling ditutup dengan berpamitan secara baik dengan konseli.

Langkah kedua dari tahap ini ialah tahap terminasi. Terminasi membahas terkait pemberhentian dan pengakhiran proses konseling.[48] Terminasi memiliki tujuan untuk mengetahui lanjutan dlam proses konseling. Dalam melakukan pengakhiran atau pemberhentian memiliki beberapa cara, meliputi: merangkum keseluruhan proses konseling. Kemudian pengambilan keputusan, apakah melalui proses konseling ini konseli merasa terbantu atau tidak. Selanjutnya adalah tahap mengkaji hambatan yang mungkin ditemui jika permaslahan yang dialami konseli muncul kembali. Langkah selajutnya adalah konselor memberikan informasi dan nasihat

[48] Riem Malini Pane, *Terminasi Hubungan Konseling,* dalam Jurnal HIKMAH vol.11 No. 2, hlm. 293

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yang bersifat membangun semangat dan mengajak kosneli agar tetap konsisten. Langkah terakhir adalah peneliti berpamitan kepada konseli secara baik. Lesmana menyebutkan terdapat 3 langkah dalam berpamitan[49] peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada konseli karena sudah memberikan kesempatan untuk membantu konseli, mengucapkan maaf jika selama proses peneliti menyinggung atau menyakiti perasaan konseli, memeberikan semangat dan *quotes* kepada konseli.

D. Penelitian Terdahulu

Demi memperkuat dan memperlancar penelitian, peneliti mengambil beberapa temuan dari penelitian terdahulu yang mempunyai korelasi dengan penelitian ini. Bebrapa pennelitian tersebut meliputi :

1. Ridha Prafitria Ramadhani Dahendra, penerapan teknik kursi kosong dalam konseling individu untuk mengurangi sikap berkata kasar siswa di SMP 5 Negeri Kota Jambi.
   a. Persamaan
      Kedua penelitian ini sama-sama menggunakan Teknik Kursi Kosong dalam mengatasi Permasalahan yang sedang di teliti, serta permasalahan yang diteliti oleh peneliti terdahulu masuk kedalam salah satu dampak dari permasalahan yang diteliti oleh peneliti sekarang.
   b. Perbedaan
      Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan

[49] Lesmana, Jeannete Murad, *Dasar-dasar konseling*, (Jakarta : Universitas Indonesia UIN Press, 2015), hlm. 45

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

penelitian sekarang adalah sasaran peneliti terdahulu adalah siswa SMP yang berada dalam rentang usia 12- 15 tahun, sedangkan sasaran peneliti sekarang lebih menyasar pada remaja berusia 16 tahun

c. Hasil Penelitian Terdahulu
Berdasarkan dari hasil analisis data yang berasal dari penerapan Tindakan Layanan (PTL) peneliti mengemukakan penerapan teknik kursi kosong dapat di gunakan dalam konseling individu untuk mengurangi sikap berkata kasar pada siswa. Dibuktikan dengan presentase ketiga siklus yang di bandingakan dan menunjukkan adanya penurunan pada sikap siswa yang berkata kasar. Siklus pertama menunjukkan penurunan 50% dan 40% pada masing- masing siswa. Siklus II memberikan hasil 35% dan 40% siswa mulai mengurangii sikap berkata kasar. Dan pada siklus III setelah penerapan Teknik Kursi Kosong memberikan penurunan presentase sebesar 20% dan 10% pada siswa.[50]

2. Gede Agus Supriadi, Ni Ketut Suarni dan Dewi Arum W.M, *Efektivitas konseling Gestalt dengan teknik Kursi Kosong untuk meningkatkan rasa percaya dalam proses pembelajaran pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSA Singaraja tahun pelajaran 2013/2014* (e- Journal Undiksha jurusan bimbingan konseling vol, 2 no,1 tahun 2014).

[50] Ridha Prafitria R.D, *Penerapan Teknik Kursi Kosong dalam Konseling Individu Untuk mengurangi Sikap Berkata Kasar Siswa Di SMP 5 Negeri Kota Jambi*.(Jambi, 2018)hlm. 7

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

a. Persamaan

Persamaan yang ada dalam penelitian terdahulu dan sekarang adalah kedua peneelitian ini menggunakan teknik kursi kosong dalam meningkatkan penyelesaian permasalahan yang sedang diteliti.

b. Perbedaaan

Sasaran penelitian yang di tuju oleh peneliti terdahulu lebih mengkerucut pada siswa kelas VIII SMP yang kurang percaya diri, sedangkan penelitian yang sekarang lebih memfokuskan penelitian pada remaja yang secara garis besar kurang mengatasi aktualisasi pada diri mereka.

c. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu memaparkan setelah menggunakan table hasil analisis *Paired Two Sample for Means t-test* di dapatkan t_{hitung} = 6.672, dan dengan df = 4 pada taraf signifikansi 5% didapatkan t_{tabel} sebesar 2.776. Dan dilihat dari besaran Mean, kelompok eksperimen > kelompok control yaitu 114.75>82.75. sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak Ha diterima, Ha berbunyi "adanya perbedaan efektivitas antara kelompok siswa yang diberikan konseling Gestalt teknik kursi kosong dengan kelompok siswa yang tidak diberikan konseling Gestalt teknik Kursi Kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa". Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu yang menggunakan teknik kursi kosong untuk mengatasi permasalahan yang diteliti diniliai

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

efektif.[51]

3. Camelia Rizkia Harahap, Penggunaan Teknik Kursi Kosong dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X Yayasan Baitul Aziz Tembung.
   a. Persamaan

      Persamaan yang terdapat di Penelitian terdahulu dan penelitian sekarang ialah permasalahan yang di teliti. Peneliti terdaulu meneliti terkait meningkatkan kepercayaan diri, dimana hal ini memilki kesamaan dengan penelitian yang akan di teliti. Dalam Percaya Diri, kepercayaan diri menjadi faktor yang penting. Serta kedua penelitian ini juga menggunakan teknik kursi kosong sebagai metode yang digunakan terapinya.

   b. Perbedaan

      Perbedaan dalam penelitan terdahulu dan penelitian kedua ialah penelitian terdahulu hanya memfokuskan penelitiannya pada percaya diri, sedangkan pada penelitian sekarang memfokuskan penelitiannya pada pemaksimalan Percaya Diri.

   c. Hasil Penelitian Terdahulu

      Hasil rata-rata skor kepercayaan diri sebelum diberikan perlakuan teknik kursi kosong adalah 82,41667, dan setelah diberikan menjadi 118,75 sehingga pengaruh yang didapat sebesar 36.

[51] Gede Agus Supriadi, dkk, *Efektivitas konseling gestalt dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses pembelajran pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja Tahun pelajaran 2013/2014,* (Singaraja,2014)

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Percaya diri siswa dapat mengalami perubahan yang ditunjukan oleh hasil post- test lebih tinggi dibandingkan pre-test. Hasil temuan menunjukkan bahwa pemberian teknik kursi kosong pada siswa yang memiliki percayaan diri rendah memberikan pengaruh kepada siswa, hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil pengujian t_{hitng} lebih besar dari t_{tabel} (2,50221 > 2,353), maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan H0 ditolak atau Terdapat pengaruh penggunaan teknik Kursi Kosong terhadap kepercayaan diri siswa.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif, karena prosedur penelitian akan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati dan penelitian ini mengarah pada latar dan individu secara holistik.[42] suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok di sebut sebagai penelitian Kualitatif[52]. Cara pandang holistik ialahcara pandang yang bersifat menyeluruh.[53] Peneliti memeilih menggunakan penelitian ini karena lebih berorientasi pada proses, dimana hal ini sesuai dengan tujuan penelitian ini yang mengutamakan pada proses pelaksanaan konseling. Maka dari itu, penelitian kualitatif ini menjadi salah satu penelitia yang sesuai dengan harapan.

Alasan lain peneliti menggunakan metode penelitian ini adalah metode ini memiliki orientasi mendalam dalam proses. Dalam menangani kasus kurangnya Percaya Diri, hasil setelah proses konseling yang menggunakan metodologi ini memerlukan hasil yang realistis dinamis. Dengan metode kualitatif keperluan ini dapat terpenuhi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Peneliti berusaha secara detil memaparkan deskripsi peristiwa serta kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut. Peneliti akan mendeskripsikan sesuai hasil pengamatan yang terjadi selama penelitian

[52] Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*,(Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014)hal. 4
[53] Holistik, Kamus Besar Bahasa Indonsia(KBBI)

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

berlangsung. metode ini memusatkan pada hal-hal yang aktual sebagaimana adanya saat penelitian berlansung.

Sugiyono mendefinisikan metode studi kasus ialah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas[54]

Pemilihan jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah jenis penelitian menggunakan metode studi kasus. Studi kasus merupakan suatu metode penelitian yang mengulas tentang ssuatu kasus yang dialami oleh individu, kelompok, masyarakat, institusi/organisasi yang mengakibatkan terciptanya suatuu fenomena berupa masalah sosial[55] Walgito mengutarakan pendapatnya studi kasus adalah suatu bentuk metode yang digunakan untuk menyelidiki atau mempelajari suatu kejadian mengenai perseorangan[56]. Pada studi kasus juga diperlukan banyak informasi guna mendapatkan data-data yang cukup luas. Metode ini merupakan integritasi dari data yang diperoleh dengan metode lain.Chawa juga memaparkan bahwa studi kasus yang membahas tentang permasalahan hidup yang nyata, terdiri dari beberpa kasus yang sifatnya berkelanjutan dari waktu ke waktu[57]

Studi kasus memiliki ciri khas yang beda dari metode penelitian yang lain. Penggalian data yang digunakn

Terdapat 4 langkah-langkah konseling dalam study kasus yang di gunakan dlam penelitian ini berdasarkan pada pamaparan diatas yaitu : adanya identifikasi, diagnosis,

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

[54] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*,(Bandung: Alfabeta,2015), hlm.29

[55] Christine Benedichte Meyer, "*A case Study Methodology,"*Field Methods 13, no. 4(2001)hlm. 329-352

[56] Walgito, *Bimbingan dan Konseling Studi dan Karir*,(Yogyakarta: Andi,2010), hlm.92

[57] Anif F. Chawa, Lutfi Amiruddin, dan A. Imron Rozuli, "Pendekatan Studi Kasus dalam penelitian Kualitatif Sosiolgi", in MetodologiPenelitian Kualitatif – Berbagi Pengalaman dari Lapangan, ed. Siti Kholifah dan I Wayan Suyadnya, I ed. (Depok: Rajawali Press, 2018), hlm. 191

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

prognosis, dan treatment, agar dapat melakukan penyelidikan dan penelaahan mendalam serta dapat menentukan bantuan atau *treatment* terhadap konseli.

Maka dari itu, dengan digunakannya metode studi kasus diharapkan dapat membantu peneliti dalam mengetahui latar belakang mmunculnya penyebab permasalahan, imbas terhadap sosial, dan soslusi yang dapat mengentaskan permasalahan seblumnya[58]. Dari penjelasaan yang relah di berikan, dapat ditarik kesimpulan bahwa peneliti memilih Kualitatif-studi kasus sebagai pendekatan dan jenis penelitiannya.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi pada penelitian ini sesuai dengan kemauan konseli, yaitu berada di ruang tidur rumah konseli yang berada di Perumahan Mojoroto Indah , RT/RW 44/11 Kelurahan Mojoroto, Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. Peneliti mengambil lokasi ini karena sesuai dengan keinginkan konseli yang nantinya mendapatkan kenyamanan selama proses konseling.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data
   a. Data Primer

      Data Primer merupakan hasil data yang diperoleh dari sumber data asli[59]. Data primer bisa berupa informasi mengenai kepribadian konseli, kegemaran konseli, kegiatan keseharian yang dilakukan konseli atau hal-hal yang dianggap bermasalah dari konseli.

      A Sebagai Konseli dalam penelitian ini

[58] Zaluchu, S.E, Metode Penelitiam DI Dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan,*Jurnal Teologi Berita Hidup*, 3(2), hlm. 249-266

[59] Nur Indriantoro, Metodologi Penelitian Bisnis untuk Akuntansi dan Manajemen, (Yogyakarta: BFEE, 1999)hhlm. 147

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

menjelaskan kepada peneliti bahwa ia memiliki masalah bahwa ia sulit menunjukkan emosi atau sulit unruk mengekspresikan dirinya. Hal ini menyebabkan ia mudah tersinggung dengan perkataan orang lain dan akhirnya menjadikan dirinya murung dan memilih diam saat berada dilingkungan rumahnya.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan hasil data yang diperoleh dari sumber kedua setelah data primer[60]. Data sekunder ialah data yang secara tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, seperti melalui arsip, dokumen atau bahkan informasi yang didapat dari oranglain.

R sebagai Kakak Kandung konseli menjelaskan bahwa A selalu terlihat murung dan diam saat ditanyai.R juga menjelaskan bahwa A hanya bermain gadget dan tidak memiliki hobi yang ditekuni.

N sebagai Ibu Kandung konseli menjelaskan bahwa A kerap berbicara menggunakan intonasi yang tinggi saat diberi nasehat. Tak jarang juga A menggunakan bahasa kasar dan kotor saat berselsih pendapat dengan saudara atau temannya.

D sebagai teman konseli yang berperan menjadi *significant other* menjelaskan sudut pandangpendapatnya mengenai A. Menurut D,

[60] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatiif*, (Jakarta : Prenada Media,2005), hlm. 128

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

A adalah seorang individu yang pemberani. Ia kerap pulang malam karena berkumpul dengan anak-anak Geng motor. A juga kerap menggunakan riasan wajah yang berani. A tak jarang membolos sekolah karena sering terlambat bangun dan tidak mengerjakan tugas, sehingga ia pernah mendapatkan *Skorsing* sekolah selama 3 hari karena kerap membolos dan Nilai Akademiknyapun juga jelek.

2. Sumber Data

Sumber Data merupakan unsur penting dalam melaksanakan penelitian. Sumber data ini didapatkan dari penyataan yang disampaikan subjek dan *significant other* yang terlibat dalama penelitian ini.[61] sumber data menjadi suatu komponen yang penting dalam fokus penelitian yang bertujuan agar mendapatkan data yang sifatnya jelas dan dapat menjabarkan informasi agar didapatkan data yang dibutuhkan dalam penelitian yang dilaksanakan.[62] Jika terdapat hasil data yang menyimpang dapat diartikan terdapat kekeliruan dalam mengartikan sumber data.sumber data yang digunakan oleh oleh peneliti akan di jabarkan dalam penjelasan berikut ini:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer disebut juga dengan sumber data utama yang digunakan sebagai sasaran dalam mendapatkan data[63] peneliti

[61] Suharsini A, Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek,(Jakarta: Rineka CIpta, 1980), hlm. 8

[62] Kristi P, *Pendekatan Kualitatif Dalam Psikologi*,(Jakarta: LPSP3 UI. 1983), hlm. 29

[63] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif,* (Bandung: CV. Alfabeta, 2009)hlm. 62-63

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mendapatkan data ini secara langsung dari lapangan, baik dengan observasi atau wawancara kepada konseli. Peneliti mendapatkan dan mengumpulkan informasi melalui data primer. A termasuk kedalam bagian data primer dalam penelitian ini. berperan sebagai konseli atau objek dalam penelitian.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan suber data yang di dapatkan dari sumber keduaatau berbagai sumber yang berfungsi untuk menambah data primer.[64] *Significant Other* yang tidak terlibat langsung oleh konseli tapi masih memiliki keterikatan menjadi sumber didapatkannya sumber data sekunder. Kawan bermain konseli, Tetangga konseli, saudara jauh konseli biasanya masuk kedalam golongan sumber data konseli.

Selain didapatkannya data dari sumber primer, peneliti juga mandapatkan sumber data sekunder dalam pennelitian kali ini yang terdiri dari N yang berperan sebagai *significant other* yakni ibu kandung kosneli. R juga sebagai *significant other* atau kakak kandung Konseli. Dan D yang juga menjadi *significant other* konseli yang merupakan teman dekat konseli.

D. Tahap-Tahap Penelitian

Terdapat 3 tahapan yang akan digunakan dalam penelitian ini, yakni:

[64] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif.(Surabaya: Universitas Airlangga. 2001)hlm. 128

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

1. Tahap Pra-Lapangan

Etika penelitian menjadi hal yang harus diperhatikan dalam melakukan tahap pra-Lapangan. Hal ini merupakan etika yang harus dimiliki seorang peneliti untuk menghormati dan mneghargai pesan yang ada di sekitar lokasi penelitian. Observasi terlebih dahulu menjadi suatu hal yang penting untuk dilaksanakan oleh peneliti sebelum terjun ke lapangan demi mengetahui situasi lingkungan sekitar lokasi penelitian. Karena itu peneliti harus mempersiapkan fisik dan mentalnya.

Terdapat 6 tahap yang harus dilaksanakan, yaitu:

a. Penyusunan Rancangan Penelitian

Langkah pertama yang harus dilakukan adalah menyusun rancangan penelitian. Melalu tahap ini peneliti meyiapkan semua yang akan di gunakan untuk penelitian, perihal yang di butuhkan nanti disiapkan oleh peneliti.

b. Pemilihan Lokasi Penelitian

Sasaran tempat peneliti dalam sebuah penelitian juga disebut dengan Lokasi Penelitian. Setelah ditentukannya penelyian, maka peneliti melakukan observasi di area sekitar penelitian. Agar peneliti dapat menyesuaikan sikap dan batasan pada saat melaksanakan penelitian di lapangan.

c. Pengurusan perizinan

Pengurusan perizinan menjadi hal yang penting sebelum melakukan penelitian. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan izin dalam melaksanakan penelitian. Hal-hal yang perlu dipersiapkan dalam penelitian berupa ; surat pengantar penelitian berisi surat permohonan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

izin penelitian dari uiversitas, data diri peneliti , surat pemberian izin dari pihak yang akan di tempati sebagai lokasi penelitian.

d. Observasi lapangan
   Dalam memulai penelitian perlunya ada observasi untuk memudahkan peneliti dalam mengenali kondisi sosial, budaya , serta hal-hal yang ada di sekitar lokasi penelitian. Dalam hal tersebut, peneliti, bisa mempersiapkan hal hal yang dibutuhkan dalam penelitian.
e. Memilih dan Memanfaatkan Informan
   Sumber data penelitian ini didapatkan dari informan yang terlibat dalam penelitian. Dalam penelitian ini informan terbagi menjadi 2 golingan, yang pertama ialah sumber data primer adalah konseli. Golongan yang kedua ialah sumber data sekunder atau disebut dengan *significant other* yang berupa kerabat konseli.
f. Persiapan Perlengkapan Penelitian
   Dalam penelitian sudah pasti akan dibutuhkan adana perlengkapan untuk mendukung dan melancarkan keberlangsungan selama penelitian. Perlengkapan yang perlu digunakan guna memperlancar jalannya penelitian ialah *recorder*, Buku catatan, alat tulis, dan kamera.

2. Tahap Terjun Lapangan
   a. Pendalaman norma sosial
      Dengan adanya pemahaman dan pendalaman norma sosial yang ada dilingkungan penelitian, peneliti akan mudah dalam beradaptasi , berbaur serta menempatkan diri di lingkungan konseli. Hal-hal ini berupa; penampilan, cara berkomunikasi, sopansantun, serta durasi penelitian yang di ijinkan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

b. Adaptasi

Peneliti diharuskan untuk dapat beradaptasi dengan baik di lokasi penelitian. Hal ini dapat dimulai dengan menerapkan bahasa yang digunakan dalam berinteraksi dengan lingkungan dan masyarakat sekitar. Menghargai serta menghormati kepercayaan yang ada di masyarakat sekitar lingkungan penelitian. Hal ini bertujuan agar terciptanya rasa percaya terhadap peneliti. Selama masa penelitian hal ini menjadi hal yang wajib bagi peneliti untuk bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, tetapi memiliki sikap professional juga menjadi hal yang harus dikembangkan oleh peneliti agar tidak terlalu terbawa suasana sehingga terbaui dari tujuan awal peneltiannya[65]

c. Keterbatasan

Peneliti juga diminta untuk memperhitungkan terkait keterbatasan waktu, pembatasan wilayah, dan energi konseli. Peneliti juga wajib menimbun data yang dapat mendukung kesuksesan penelitian. Dalam pengumpulan data, peneliti harus membuat catatan di buku pegangan konseli. Catatan tersebut berdasarkan fakta yang terjadi di lapangan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian yang menggunakan jenis pendekatan penelitian kualitatif, pemilihan teknik pengumpulan data memiliki peran penting agar memperoleh data yang dapat mendukung penelitian.

[65] Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format- Format Kuantitatif dan Kualitatif.*(Surabaya: Universitas Airlangga.2001)hlm. 142

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Berikut merupakan teknik pengumpulan data yang peneliti aplikasikan :

1. Observasi

   Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang bersifat mengamati secara langsung sebuah peristiwa. Observasi dilakukan langsung oleh peneliti dan hal ini bersikap tidak boleh di wakilkan, agar data yang didapatkan bersifat asli dan tidak di buat-buat. Obervasi dilaksanakan guna mencatat data yang bersifat fakta terhadap suatu peristiwa. Dalam hal ini, peneliti dikenal sebagai observer, karena peneliti menjadi orag yang melakukan observasi.[66]

   Joko mengatakan bahwa teknik obeservasi di perlukan guna mengawasi adanya perubahan peristiwa sosial yang berkembang serta selanjutnya peneliti dapat memberikan penialiannya pada perubahan tersebut.[67] Jika berdasarakan dari pemaparan diatas maka dapat diartikan tersebut digunakan untuk mencatat terjadinya perubahan perilaku konseli selama proses konseling berlangsung.

2. Wawancara

   Wawancara adalah teknik pengumpulan data yang melibatkan penanya dan yang menjawab. Penanya di penelitian ini ialah peneliti yang berperan sebagai konseli. Sedangkan pihak yang menjawab ialah objek dalam penelitian yang berperan sebagai konseli. Pelaksanaan wawancara dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan yang diajukan untuk dijawab oleh pihak penjawab. Tujuannya ialah

[66] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*,(Bandung: Alfabeta,2012), hlm. 145

[67] Joko Subagyo,*Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2014)hlm. 63

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mendapatkan informasi sebagai penambah data yang dibutuhkan pada penelitian.[68] Dalam penelitian ini, peneliti memiliki pedoman wawancara sebagaimana terlampir dalam lemapiran penelitian tentang Implementasi Teknik Kursi Kosong untuk Mengatasi Percaya Diri pada Remaja.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data yang bersifat beberapa dokumen yang diabadikan sebagai pendukung. Dokumen pendukung yang ada dapat berupa catatan harian konseli, foto selama pelaksanaan proses konseling , catatan rapot sekolah konseli[69]

F. Teknik Validitas Data

Teknik validitas data merpakan salah satu teknik yang memiliki tujuan untuk menganalisis keorisinalitasan suatu data.[70] Teknik validitas data baru dapat dilakukan saat peneliti sudah memiliki data yang bersifat mendukung dalam penelitian ini. data tersebut biasa peneliti dapatkan dari sumber data yang telah peneliti tetapkan. Banyak hal yang dapat silakukan untuk melakuka validasi data dalam penelitian kualitatif-deskriptif. Terdapat beberapa teknik yang

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

[68] Mita Rosaliza,*Wawancara, Sebuah Interaksi omunikasi Dalam Penelitian Kualitatif,* Jurnal Ilmu Budaya Vol. 11 No. 2, 2015, hlm. 71-72

[69] Joko Subagyo,*Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek*,(Jakarta: Rineka Cipta, 2014)hlm. 63

[70] Bachtiar S.,*Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif,* Jurnal Teknologi Pendidikan Vol. 10 No. 1(Surabaya: Universitas Negeri Surabaya, 2010) hlm. 54

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dapat menguji validitas suatu data di penelitian kualitatif-deskriptif, meliputi[71]

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Maksud dari perpanjangan keikutsertaan adalah teknik peneliti yang menyengaja untuk memeperlama kegiatan di lapangan. Tujuannya ialah agar peneliti dapat mengumpulkan data sebanyak mungkin. Maka dari itu, peneliti membutuhkan durasi waktu yang cukup panjang bersama dengan durasi waktu yang cukup panjang bersama dengan informan sebagai sumber data pada penelitian dilapangan.[72] Selain itu perpanjangan keikutsertaan memberikan manfaat lain, seperti minimalisir munculnya konfil dari luar yang berdampak mempengaruhi pernyataan dari sumber data[73]

b. Ketekunan Pengamatan

Peneliti diharuskan melakukan tekun dalam melakukan pengamatan, karena hal ini memiliki peran penting untuk mendapatkan hasil pengamatan yang detil dan terperinci. Dengan sikap tekun peneliti lebih berorientasi penuh pada jalannya pengamatan. Hal ini juga akan membuat hasil penelitian lebih terarah dan tidak keluar dari rencana penelitian. Jadi, dapat disimpulkan semakin tekunnya seorang peneliti saat melaksanakan

[71] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, kualitatif dan R&D),*(Bandung : Penerbit Alfabeta, 2105),hlm. 320

[72] Burhan Bungin,*Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi,*(Jakarta: Kencana Prenada Media Group.2013)hlm. 262

[73] Lexi J. Moleong,*Merodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi,*(Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 327

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

pengamatan, maka tingkat keorisinalitasan data yang dihasilkan juga ikut semakin meningkat[74]

c. Triangulasi

Triangulasi merupakan teknik validitas data dengan melipatkan hal lain diluar data tersebut. Hal ini bertujuan sebagai pembanding dengan keabsahan suatu data. Denzin mengelompokkan empat jenis Triangulasi yang melibatkan kegunaan sumber data dan teori.

1. Triangulasi Sumber Data

Triangulasi sumber data ialah teknik validitas data yang membandingkan kumpulan data yang di dapat dari sumber data. Pada hal ini sumber data yang diperlukan ialah alat dan waktu pengumpulan data.[75] Perihal sumber data yang melibatkan alat pengumpulan data yang didapatkan dari pertemuan pertama dan pertemuan lanjutannya. Maka dari itu, dari kedua pertemuan tersebut peneliti dapat melakukan perbandingan perbedaan untuk mengetahui adanya perubahan atau tidak. Jika data bersifat tetap tetap maka data tersebut lolos uji valid.

Selanjutnya untuk sumber data yang melibatkan alat pengumpulkan data adalah sumber data yang dikumulkan dan didapatkan dari wawancara dan observasi. Dari perolehan tersebut, kemudian peneliti melakukan banding dari keduanya. Jika keduanya memiliki

[74] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi*,(Jakarta: Kencana Prenada Media Group,2013)hlm. 264

[75] Lexi J. Moleong,*Merodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*,(Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 330

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

terdapat kecocokan, maka dapat dikatakan data tersebut lolos uji valid.

2. Triangulasi Teori

Terdapatnya dua teori atau lebih yang di manfaatkan kemudian di bandingkan keduanya disebut dengan triangulasi teori. Maka dari itu, dalam pelaksanaan triangulasi teori di perlukan adanya pengumpulan data dan penelitian terdahulu guna mendukung sekaligus sebagai pembanding teori, hingga didapatkan hasil yang lebih valid[76]

G. Teknik Analisis Data

Perolehan sumber data menemukan bahwa data hasil teknik pengumpulan data akan dianalisis peneliti memakai analisis deskriptif-komparatif. Dalam tahap ini peneliti menguari masalah dengan memberikan ragan permasalahan dan keadaan yang dialami konseli saat ini. bersumberkan dari kenyataan yang diperoleh peneliti saat di lapangan.[77]

Peneliti menggunakan teknik analisis data deskriptif-komparatif untuk analisis data di penelitian ini. berikut merupakan uraian dari kedua teknik analisis data tersebut;

a. Teknik analisis deskriptif merupakan teknik analisis yang berfokus pada penjabaran dan interpretasi fakta yang diperoleh selama pelaksanaan penelitian. Dalam hal ini interpretasi fakta berupa macam perilaku

[76] BachtiarS.,*Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif,* Jurnal Teknologi Pendidikan Vol. 10 No. 1, (Surabaya: Universitas Negeri Surabaya, 2010)hlm. 56

[77] Hadari Nawawi, DKK. *Penelitian Terapan,*(Yogyakarta: Gadjah Mada University.1996), hlm. 73

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

konseli selama berlangsungnya proses konseling.[78]

b. Teknik analisis yang berusat pada kegiatan peneliti dalam melakukan perbandingan suatu keterangan dan informasi satu dan lainnya disebut juga dengan teknik analisis komparatif.[79] Dalam penelitian ini, informasi yang di komparatif ialah bentuk sikap konseli yang berubah saat sebelum dan sesudah mengikuti proses konseling.

Maka, peneliti merangkum secara ringkas tentang teknik analisis deskriptif-komparatif ialah teknik analisis yang berupa penjabaran interpretasi dari perbandingan data sebelum dan sesudah konseli mengikuti proses konseling.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

[78] Sumanto, *Teori dan APlikasi Metode Penelitian,*(Jakarta: CAPS, 2014), hlm. 179

[79] Lexi J. Moleong,*Merodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi,*(Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), hlm. 288

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Lokasi Penelitian ini dilaksanakan di Perumahan Mojoroto Indah, Kelurahan Mojoroto, Kecamatan Mojoroto, Kota Kediri. Lokasi penelitian ini dilakukan sesuai keinginan dan kesepakatan konseli yaitu di rumah konseli. Rumah konseli berada dalam lingkup perumahan yang berada di pusat Kota. Lokasi rumah konseli sangat Startegis dengan Sekolah Favorit di area Kota Kediri. Area lingkungan rumahnya. Dengan lokasi yang dekat dengan pusat kota maka keadaan ini mendukung konseli leluasa untuk bermain dengan rekan-rekannya di luar ruangan.

Berdasarkan informasi yang di dapat dari website Kedirikota.go.id, Kecamatan Mojoroto memiliki luas wilayah sebesar 24,2 Km² yang terdiri dari 14 kelurahan. Kecamatan Mojoroto sebesar 67,48% di manfaatkan sebagai persawahan, tanah kosong, dan hutan serta pemukiman warga dengan kepadatan sedang dan rendah. Daerah Kecamatan Mojoroto berada di area barat sungai Brantas sedangkan kecamatan kota dan Kecamatan Pesantren berada di Timur sungai. Wilayah Kota Kediri berbatasan langsung dengan wilayah Kabupaten Kediri, kecamatan mojoroto, kelurahan Mojoroto berbatasan langsung dengan Kecamatan Banyakan dan Semen yang berada di sebelah barat.

2. Identitas Konseli

Subjek penelitian ini akrab disebutt dengan konseli. Konseli dalam penelitian ini ialah seorang

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

remaja yang memiliki permasalahan kurangnya aktualisasi dalam dirinya. Berikut ini merupakan identitas diri konseli ;

a. Nama konseli : Angel (Nama disamarkan)
b. Jenis kelamin : Perempuan
c. TTL : Kediri, 30 Mei 2006
d. Anak ke- : tiga dari tiga bersaudara
e. Pekerjaan : Pelajar
f. Sekolah : SMP Negeri 8 Kediri
g. Cita-Cita : Make Up Artist atau Model
h. Alamat : Perum. Mojoroto Indah, Kediri
i. Profesi Ortu : Bapak : Karyawan Swasta
Ibu : Ibu Rumah Tangga

3. Sifat dan Karakter Subjek Penelitian

Peneliti mendapatkan hasil sifat dan karekter konseli berdasarkan pada observasi dan wawancara. Konseli merupakan seorang individu yang introvert. Konseli merasa bahwa dengan menyimpan hal hal yang ia rasakan atau emosinya bisa membuat dirinya mendapatkan ketenangan dan kedamaian. Hal ini sesuai dengan prinsip menghemat energy yang dilakukan oleh introvert. Kemudian peneliti juga melakukan tes kepribadian dimana konseli ini mendapatkan hasil karakteristik sanguinis. Konseli merasa terdapat beberapa hal yang ia setujui mirip dengan karakteristik sanguinis. Sanguinis

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

merupakan karakteristik yang memiliki sifat berpikir pendek dan hidup serba tidak teratur.[80]

Individu yang memiliki kepribaadian sanguinis pada dasarnya memiliki karakteristik layaknya individu yang suka berbicara, ekspresif, emisonal, penuh rasa ingin tahu.

Konseli merupakan seorang sanguinis yang mudah dikendalikan oleh keadaan atau orang lain, konseli juga merupakan sosok indiviu yang mudah berubah pikiran dan egois, sehingga ia cenderung ingin mennag sendiri dan tida menyukai sesuatu yang membosankan. Di lingkungan sosial, sanguinis dikenal sebagai indvidu yang menghindari hal-hal yang membosankan hal ini menbuat sanguinis sebagai individu kreatif.

Konseli yang memiliki kepribadian sanguinis ialah individu yang tidak bisa terikat dengan hal hal yang terorganisir, maka dari itu konseli sering sekali meninggalkan tugas-tugas yang sehurnya ia kerjakan.

4. Dampak Sosial, Prespektif Konseli Kepada Sekitar dan Sebaliknya

Konseli merasa bahwa orang-orang disekitarnya selalu melakukan kegiatan yang membosankan sehingga ia menganggap bahwa lebih baik mengabaikan dan melawan hal hal yang dilakukan oleh orang sekitarnya. Hal ini menyebabkan konseli

[80] Florence Littauer,*Personality Plus,* (Tangerang Selatan : KARISMA Publishing Group, 2011),hlm. 335-352

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yang kerap berbicara kasar. Serta ia merasa bahwa ia malas memahami hal-hal yang ada di lingungannya sehingga hal ini membuatnya kurang dalam mengatasi Percaya Dirinya. Serta konseli menganggap bahwa orang-orang sekitarnya selalu ingin mengajaknya berdebat dan bertengkar, hal ini mengakibatkan ia menjadi individu yang tertutup.

Disisi lain, presepsi juga didaptkan dari orang lain atau lingkungan sekitar konseli. Mereka menganggap bahwa konseli adalah individu yang egois. Mereka juga mengatakan bahwa konseli adalah individu yang kasar, suka berkata kotor. Karena di lingkungan sekitarnya konseli selalu terbawa dalam emosionalnya dan memilih untuk melawan jika di tegur atau dinasehati. Hal ini membuat konseli lebih tertutup di lingkungan sekitarnya.

5. Data Teori dan Lapangan

Data Lapangan ialah hasil data yang didapatkan peneliti menurut hasil observasi dan wawancara selama masa berada di lapangan. Berdasarkan data yang di dapatkan selanjutnya peneliti di bandingkan dengan data teori. Data teori peneliti ialah asumsi dari para ahli. Dalam perbandingan ini, peneliti menggunakan pendapat Maslow terkait karakteristik individu yang sudah mengatasi Percaya Diri, data tersebut dipaparkan peneliti dalam table berikut;

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Tabel 1. Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan

No.	Data Teori	Data Lapangan
1.	Melihat Realitas yang lebih efisien	Konseli kerap terburu-buru dan terpengaruh emosi saat mengahdapi suatu realitas
2.	Penghargaan yang selalu baru	Konseli kerap idak ingin menunjukkan dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya
3.	Ketertarikan sosial	Konseli kurang terlibat dalam interaksi sosial di sekitarnya
4.	Hubungan interpersonal yang kuat	Konseli sulit dalam membangun toleransi atau kepekaan dengan individu lain, sehingga menyebabkan konseli mnejadi individu yang kassar
5.	Penerimaan terhadap dirinya sendiri	Konseli mengungkapkan bahwa ia merasa insecure dan beberapa kali tidak menyukai hal hal yang ada pada dirinya.

Berdasarkan pada hasil perbandingan data diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseli termasuk kedalam individu yang kurang dalam mengatasi aktualisasi pada dirinya. Karena kegiatan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dan perilaku konseli yang terekam dalam kesehariannya menunjukkan bahwa ia adalah individu yang berlawanan dengan individu yang sudah mengaktualisasikan dirinya. Terkait penjelasan yang lebih mendalam, selengkapnya akan peeliti bahas dalam bagian penyajian data, di mulai dari proses penyebab munculnya masalah hingga proses implementasi treatmen.

B. Penyajian Data

1. Identifikasi Masalah

Konseli merupakan anak ke tiga dari tiga bersaudara. Konseli hidup bersama dengan seluruh keluarganya, yang terdiri dari 1 kakak perempuan dan 1 kakak laki-laki. Konseli sudah menjadi individu yang selalu di turuti kemauannya sejak kecil. Oleh karena itu hal ini menyebabkan individu memiliki sifat egois dan kekanak-kanakan. Karena konseli merupakan anak terakhir yang kerap mendapat perlakuan yang lebih, tapi hal ini malah menyebabkan konseli menjadi individu yang kerap mencari perahatian. Konseli kerap menggunakan intonasi tinggi dan berkata kasar serta kotor saat ia di minta melakukan sesuatu atau keinginannya tidak dituruti, hal ini menyebabkan konseli dikucilkan dari lingkungan pertemanan sekutar rumahnya.

Sikap konseli ini menyebabkan ia kesulitan dalam mengekspresikan dirinya karena ia mudah tersinggung saat di nasehati oleh orang tua ataupun kakaknya. Konseli juga sangat senang

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

menghabiskan waktunya dengan bermain Gadget mulai dari bangun tidur hingga ke kamar mandi ia tetep membawa gadget. Saat diminta untuk membantu mengerjakan pekerjaan rumah, konseli menolak dengan membentak. Hal ini menyebabkan konseli kerap bertengkar dengan orang tuanya

Memasuki usia 11 tahun, konseli mulai memasuki ranah dunia remaja awal. Hal ini membuat konseli mulai mengenali beberapa pergaulan di luar rumahnya lebih banyak. Tepat pada usia 11 tahun konseli memang sudah duduk di kelas 1 SMP. Konseli mulai mengenal teman-teamn barunya yang usianya lebih dewasa dari konseli. Pada usia ini umumnya remaja mulai mencari identitas dirinyaa. Konseli mulai berteman dengan teman-temannya yang diketahui cukup terkenal di sekolahya tapi memiliki reputasi yang kurang baik di sekolah. pada masa ini konseli mulai mengikuti teman-temannya dan tergabung dalam geng motor dan kerap pulang malam. Karena reputasi konseli dan teman-temannya yang terkenal, konseli mulai mencoba –coba menggunakan make up berlebihan demi mendapatkan pengakuan dalam lingkungannya.

Berdasarkan dari assesmen yang dilakukan oleh peneliti pada konseli di Mojoroto, didapati hasil bahwa kurangnya Percaya Diri pada remaja memiliki beberapa dampak negatif. Hal ini menyebabkan ia kurang mampu dalam mengekspresikan dirinya, mencari perhatian serta

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

melakukan pergaulan bebas.

Sikap ketidakmampuan mengekspresikan dirinya memberikan beberapa dampak. Diantaranya dampak tersebut adalah konseli mudah tersinggung perasaannya. Hal ini menyebabkan konseli terlihat murung dan menutup diri dari lingkungan rumahnya. Dampak lainnya adalah konseli tidak memiliki hobi yang ia gemari. Tidak adanya hobi yang konseli gemari menyumbang dampak kecanduan terhadap Gadget dan malas.

Konseli mencari perhatian dalam lingkup keluarganya dengan berbicara menggunakan intonasi yang tinggi dan mengakibatkan konseli bertengkar dengan orangtuanya dan dijauhi oleh orang lain. Dampak selanjutnya adalah konseli kerap menggunakan kata kasar dan kotor. Hal ini mengakibatkan konseli di jauhi oleh teman teman sebaya yang ada dilingkungan rumahnya dan kerap bertengkar dengan saudara-saudaranya.

Dampak terakhir dari rendahnya aktualisasi adalah pergaulan bebas. Pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli adalah geng motor. Konseli mengikuti geng motor hingga mengakibatkan konseli kerap pulang malam dan menggunakan make up berlebihan. Dampak lainnya adalah bolos. Konseli melakukan tindakan membolos menyebabkan nilai akademisnya turun dan beberapa kali terkena *skors* dari sekolah.

Berdasarkan pada penjabaran diatas, disimpulkan data bahwa konseli memiliki permaslaahan kurangnya aktualisasi dalam dirinya yang menyebabkan timbulnya dampak tidak

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

ekspresif, cari perhatian dan terlibat dalam pergaulan bebas.

2. Diagnosis

Didasarkan pada hasil assesmen yang dilaksanakan tahap indetifikasi masalah, peneliti menyajikan sebuah inti masalhg yang dialami konseli ialah kurangnya Percaya Diri. Berawal dari inti masalahkurangnya Percaya Diri, dapat menyebabkan berbagai dampak yang mempengaruhi konseli, meliputi;

a. Tidak ekspresif

Dampak negatif yang pertama adalah sulitnya konseli dalam mengekspresikan dirinya Hal ini menyebabkan perilaku konseli yang mudah tersinggung sehingga ia menjadi individu yang menutup diri dan kerap terlihat murung selama dirumah. Selain menyebabkan tersinggung , sulitnya mengekspresikan diri juga menyebabkan konseli tidak memiliki hobi dalam kesehariannya. Dampak ini membuat konseli menjadi individu yang malas dan memilih bermain gadget untuk mengisi kegiatannya.

b. Cari perhatian

Dampak negatif yang kedua ialah konseli yang kerap mencari perhatian. dampak yang disebabkan konseli ialah ia kerap berbicara menggunakan intonasi tinggi dengan kesan membentak sehingga ia tak jarang bertengkar dengan orangtuanya dan dijauhi oleh orang lain. Dampak cari perhatian yang dilakukan konseli

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

juga kerap ia menggunakan kata kotor dan kasar sehingga hal ini menyebabkan ia bertengkar dengan saudaranya dan di jauhi teman-teman sekitar lingkungan rumahnya.

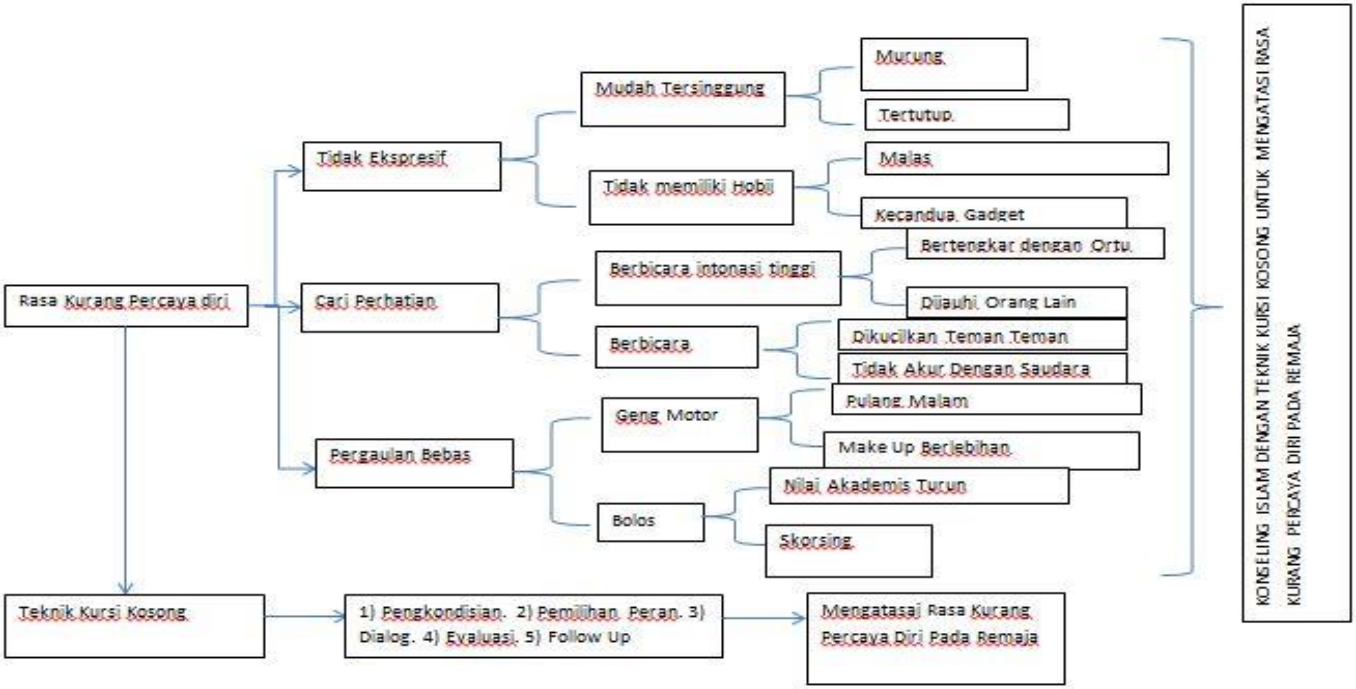
c. Pergaulan bebas

Pergaulan bebas jugan menjadi dampak negatif yang terjadi pada konseli. Bergabung dengan geng motor menjadi dampak negatif yang dilakukan oleh konseli, hal ini menyebabkan konseli kerap pulang malam karena berkumpul dengan teman-temannya serta menggunakan *make up* yang terkesan berlebihan dan menor. Dampak lain dari pergaulan bebas ini juga kerap membolos, hal ini menyebabkan nilai akademis kaonseli turun hingga mendapatkan skorsing dari sekolah.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Bagan 1. Analisis Miles and Huberman



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

3. Prognosis

Berdasarkan pada penjelasan diagnosis pada pertemuan yang telah dilakukan, peneliti dapat menempatkan tujuan pemberian treatmen untuk kemudahan peneliti yang bertindak sebagai konselor dalam mengukur keberhasilan tahap pemeberian treatmen. Terdapat beberapa tujuan dari treatmen ini yaitu tujuan khusus dan tujuan utama. Tujuan khusus dari tratmen ini ialah agar konseli dapat menyelesaikan dampak yang diakibatkan dari kurangnya Percaya Diri. Hal ini meliputi; pertama konseli dapat mengekspresikan dirinya dengan cara mengembangkan potensi yang dimilikinya, kedua konseli dapat mengarahkan caranya dalam mencari perhatian dengan mengolah emosinya lebih baik. Ketiga ialah konseli dapat memilah dan memilih pergaulan dalam lingkup pertemanan yang ia buat.

Setelah melakukan penempatan tujuan, selanjutnya iala peneliti memulai pemberian teknik konseling yang dirasa mampu membantu konseli dalam mengentaskan permasalahannya, Berikut ialah langkah-langkah teknik konseling kursi Kosong;

a. Pengkondisian

Dalm tahapan ini proses pengkondisian merupakan tahap dimana konseli menjelaskan sudut pandang yang menurutnya sangat ia percayai.

b. Pemilihan peran

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Dalam tahap ini, konseli mulai memilih peran yang akan ia lakukan dalam proses treatmen.. hal ini biasa nya diawali dengan peran yang paling ia percayai atau *Top dog.* Hal ini bertujuan agar konseli dapat melihat sudut pandang yang ia rasakan.

c. Dialog

Dalam tahap ini, mulailah konseli dalam mengungkapkan hal hal yang dirasakan dalam dirinya sesuai peran yang ia pilih, begitupula dengan peran sebaliknya. Hal ini bertujuan agar konseli dapat melihat dua sudut pandang yang berbeda.

d. Review

Dalam tahap ini konseli akan diminta menjelaskan hal-hal yang ia dapat dari dialog yang ia perankan serta mengambil inti-inti percakapakan yang ia lakukan. Sehingga konseli dapat menyadari hal hal yang menjadi sudut pandang lawan.

e. Evaluasi/Follow up

Tahap ini dilakukanpada akhir sesi pertemuan, karena dalam hal ini peneliti melakukan analisis keberhasilan dalam pemberian treatmen. tercapainya tujuan dapat dinilai oleh peneliti dari perubahan sikap sebelum dan sesudah diberi treatment. Tahapan penerapan langkah ini berupa; analisis tercapinya tujuan konseling dan analisis faktor pendukung dan penghambat selama masa

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

pemberian treatmen. dalam langkah ini di tutup dengan perntanyaan terkait kesiapan konseli untuk menerima treatmen di pertemuan selanjutnya.

4. Treatment

Pada penelitian ini, peneliti mengimplementasikan Kursi kosong dengan tujuan untuk mengatasi Percaya Diri pada konseli yang berlangusng dalam kurun waktu 2 bulan guna menyelesaikan target yang sudah di sepakati di awal proses konseling. Pelaksanaak konseling yang disepakati berduarasi selama 30 sampai 60 menit, durasi ini dilaksanakan sesuai dengan tingkat kesulitan target yang ingin di selesaikan. Lokasi pelaksanaan implementasi proses konseling ini dilakukan di rumah konseli. Alasan lokasi tersebut agar terciptanya situasi yang nyaman dan terbuka bagi konseli untuk mengungkapkan cerita dan perasaannya.

Jess dan Gregory mengungkapkan Ketertarikan sosial, individu dengan Percaya Diri yang maksimal akan memiliki ketertarikan sosial yang tinggi dan baik. Individu cenderung menyukai berinteraksi dengan lingkugan dan menggali potensi.[81] Pada proses ini, terdapat beberapa langkah implementasi yang dilakukan secara berulang pada setiap pertemuannya. Tindakan ini dilaksanakan demi terwujudnya tujuan diharapkan sesuai dengan

[81] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

perjanjian yang sudah di susun pada tahap prognosis. Dengan teracapainya tujuan yang diharapkan, hal ini dapat menjadi indikator bahwa inti permasalahan yang dialami konseli perlahan berkurang. Maka dapat dikatakan pula, secara perlahan konseli muali mengatasi Percaya Diri yang ada pada dirinya. Berikut merupakan penjelasan dari beberapa tahapan implementasi treatment:

Bagan 2. Tahap Treatmen

a. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat menunjukkan sisi ekspresif dirinya untuk mengatasi Percaya Dirinya

Bagan 3. Treatmen untuk menunjukkan Ekspresif.

Pada tahapan treatment yang pertama ini bertujuan untuk mengatasi dampak pertama yaitu membatu konseli menunjukkan sisi ekspresifnya. Contoh treatment ini bisa berupa mengungkapkan emosi yang ia rasakan. Hal ini secara tidak langsung dapat melatih konseli agar dapat mengekpresikan dirinya. Ketertarikan

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

sosial, individu dengan Percaya Diri yang maksimal akan memiliki ketertarikan sosial yang tinggi dan baik. Individu cenderung menyukai berinteraksi dengan lingkugan dan menggali potensi[82]

Langkah Pertama ialah penngondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli menjadi semakin ekspresif. Dengan mengungkapkan perasaannya terterhadap hal hal yang menurutnya menyinggung. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

Langkah ketiga ialah memulai dialog.

[82] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Dalam langkah ini konselisudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah kursi kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku sebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima reatment dii pertemuan selanjutnya.

b. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat mereduksi sikap cari perhatian untuk mengatasi Percaya Dirinya.

Bagan 4. Treatmen mereduksi perilaku Cari Perhatian

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Pada tahapan kedua ini, treatment memiliki tujuan untuk mengentaskan dampak kedua yang dialami konseli, yaitu untuk membantu konseli mereduksi sikap cari perhatian yang mempengruhi kehidupan sosialnya. Vina menjelaskan bahwa Hubungan intrapersonal yang kuat, individu yang sudah mengatasi Percaya Dirinya, maka ia akan membangun suatu kepriabdian yang toleransi dengan individu yang lain. Dalam hal ini,

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

karakter individu yang sudah mencapai Percaya Dirinya juga akan membangun hubungan yang baik dengan individu lainnya.[83]

Langkah Pertama ialah pengondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli melihat sudut pandang orang orang sekitarnya. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

Langkah ketiga ialah memulai dialog. Dalam langkah ini konselisudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah kursi

[83] Vina Kusuma Sari, *Pengaruh penyesuaian diri terhadap Akttualisasi Diri Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Anak Blitar*,(Psikovidya vol. 17 No. 1, 2013), hlm. 24

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

sebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima treatment dii pertemuan selanjutnya.

c. Implementasi kursi kosong yang bertujuan agar konseli dapat mengentaskan pergaulan bebas untuk mengatasi Percaya Dirinya

Bagan 4. Treatmen mengontrol perilaku pergaulan bebas

Pada tahan ini bertujuan untuk mengentaskan pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli.pergaulan bebas yang dilakukan oleh konseli mengakibatkan kurang maksimalnya aktualisasi yang ada pada dirinya. Nor Ba'yah menyampaikan remaja memasuki masa dimana ia berpotensi untuk mencari teman sebaya yang mempunyai permasalahan yang sama dengannya yang kemudian menjadi faktor penarik untuk terlibat dalam gejala sosial, hal ini berpengaruh kepada perilaku remaja yang menyimpang untuk mengekspresikan

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

perasaannya.[84]

Langkah Pertama ialah pengondisian konseli. Dalam langkah ini konseli diminta untuk memposisikan diri untuk menempati salah satu kursi kosong yang telah tersedia. Selanjutkan konseli akan diminta untuk menidentifikasi perasaan mana yang paling ia rasakan pada saat itu. Dalam tahap ini yang bertujuan untuk mengajak konseli melihat sudut pandang orang orang sekitarnya. Peran konselor dalam langkah ini menjelaskan dan membimbing konseli jika ia masih kesusahan dalam memulai dialog.

Langkah Kedua ialah langkah menentukan peran yang akan dimulai oleh konseli. Setelah mengidentifikasi perasaan yang konseli rasakan, maka selanjutnya ialah konseli mengambil peran *Topdog* atau *Underdog*. Peran yang akan diambil oleh konseli ialah peran yang paling ia rasakan. Hal ini bertujuan agar konseli dapat menggali sudut pandangnya terlebih dahulu. Sehingga hal ini dapat membantu konseli dalam melihat sudut pandang lawan perannya.

Langkah ketiga ialah memulai dialog. Dalam langkah ini konselisudah memilih peran mana yag akan ia lakukan terlebih dahulu, konseli diminta menghadap ke arah kursi kosong yang ada dihadapannya. Konseli diminta memproyeksikan perasaannya kepada kursi

[84] Nor Ba'yah Abdul Kadir, *Memahami masalah sosial: Rangka teoritikal sujektif mengikut konteks, kertas kerja seminarKebangsaan ke-3 Psikologi dan Masyarakat, Gejala Sosial dalam masyarakat,*(Bangi: Pusat Latiha KWSP,2004).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

tersebut seolah ia sedang berbicara dengan masalahnya. Sampai ia benar benar dapat mengeluarkan hal-hal yang ia rasakan, kemudian ia akan diminta untuk berpindah posisi, konseli akan diberi waktu sejenak untuk memikirkan dan mengubah sudut pandang yang akan ia perankan. Tujuannya ialah agar konseli dapat melihat sudut pandang lain dan lebih mengekspresikan dirinya sehingga tidak lagi mengembangkan perasaan mudah tersinggung, sehingga menyebabkan ia murung dan tertutup dari lingkungan sosialnya. Sehingga konseli menyebabkan menjadi individu yang kurang bersosialisasi dengan lingkungannya. Hal ini juga membantu konseli dalam menunjukkan eksistensi dirinya kearah lebih positif, seperti mengembangkan hobi karena ia berani menunjukkan ekspresi dalam dirinya.

Langkah keempat ialah kesimpulan. Dalam langkah ini konseli dan peneliti bersama menarik kesimpulan dan apa yang dirasakan oleh konseli. Sehingga konseli dapat memahami sudut pandang lain dan mulai memperbaiki dan memahami. Langkah ini bertujuan agar konseli mendapatkan dan memahami inti dialog yang sudah ia perankan sebelumnya.

Langkah Terakhir ialah *follow up.* Langkah ini dilakukan peneliti pada pertemuan selanjutnya. Karena pada langkah ini peneliti akan melakukan analisis keberhasilan selama pemberian treatment. Tercapainya tujuan treatment dinilai dari perubahan perilaku ebelum dan sesudah di implementasikannya treatment. Tahapan yang harus dilakukan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

konseli pada langkah ini ialah : analisis tercapainya tujuan konseling, analisis faktor pendukung dan penghambat selama proses treatment. Langkah ini diakahiri dengan kesiapan konseli dalam menerima treatment dii pertemuan selanjutnya.

5. Evaluasi
   a. Monitoring

      Monitoring juga menjadi bagian dari evaluasi yang membahas tentang perubahan perilaku sebelum menerima treatment dan sesudah pengimplementasian treatment. Selain itu pada tahap ini juga mengulas terkait analisis terbantunya konseli terhadap pemberian treatment dalam prosesnya mengatasi permasalahan yang dialaminya. Dalam tahap ini juga membahas terkait analisis keberhasilan proses konseling secara keseluruhan. Dengan tujuan untuk mengetahui apakah proses konseling dapat diakhiri. Dalam langkah ini ada bebrapa hal yang perlu dilakukan, yaitu : pertama adalah analisis keberhasilan pemberian intervensi pada tiap sesi yang telah dilakukan. Kedua adalah analisis ketidakberhasilan pemberian intervensi yang di terapkan dalam sesi tiap konseling. Terakhir ialah analisis tingkat keterbantuan konseli setelah melakukan sesi konseling.

   b. Terminasi

      Terminasi kerap disebut juga pengakhiran.

      Terdapat langkah-langkah yang harus dilakukan peneliti, yaitu : menjelaskan rangkuman

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

kegiatan konseling yang sudah terlaksana, melakukan diskusi dengan konseli terkait kelanjutan proses konseling di hentikan atau dirasa masih perlu melakukan penanganan lanjutan, selanjutnya peneliti memberikan beberapa saran dan nasehat kepada konseli, lalu proses konseling ditutup dengan berpamitan secara baik dengan konseli.

Langkah kedua dari tahap ini ialah tahap terminasi. Terminasi membahas terkait pemberhentian dan pengakhiran proses konseling.[85] Terminasi memiliki tujuan untuk mengetahui lanjutan dlam proses konseling. Dalam melakukan pengakhiran atau pemberhentian memiliki beberapa cara, meliputi: merangkum keseluruhan proses konseling. Kemudian pengambilan keputusan, apakah melalui proses konseling ini konseli merasa terbantu atau tidak. Selanjutnya adalah tahap mengkaji hambatan yang mungkin ditemui jika permaslahan yang dialami konseli muncul kembali. Langkah selajutnya adalah konselor memberikan informasi dan nasihat yang bersifat membangun semangat dan mengajak kosneli agar tetap konsisten. Langkah terakhir adalah peneliti berpamitan kepada konseli secara baik. Lesmana menyebutkan terdapat 3 langkah dalam berpamitan[86] peneliti

[85] Riem Malini Pane, *Terminasi Hubungan Konseling,* dalam Jurnal HIKMAH vol.11 No. 2, hlm. 293

[86] Lesmana, Jeannete Murad, *Dasar-dasar konseling,* (Jakarta : Universitas Indonesia UIN Press, 2015), hlm. 45

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

menyampaikan ucapan terimakasih kepada konseli karena sudah memberikan kesempatan untuk membantu konseli, mengucapkan maaf jika selama proses peneliti menyinggung atau menyakiti perasaan konseli, memeberikan semangat dan *quotes* kepada konseli.

6. Dampak perubahan perilaku dari implementasi teknik kursi kosong

Dalam pelaksanaan konseling pasti terdapat tujuan yang di sepakati bersama antara konselor dan konseli ssebagai tujuan pada awal pertemuan. Maka dari itu, peneliti memiliki harapan setelah di implementasikan teknik kursi kosong, konseli mendapatkan beberapa pengaruh yang dapat membantunya dalam mengatasi aktualisasi pada dirinya. Berikut beberapa dampak positif yang dialami konseli setelah di implementasikan teknik kursi kosong.

Dampak yang pertama ialah konseli mulai bisa mengekspresikan perasaannya. Jika sebelum proses konseling, konseli kesulitan dalam mengekspresikan perasaanya. Jika sebelum peng-implementasian dalam proses konseling, konseli mudah tersinggung, maka setelah proses konseling, konseli bisa menjelaskan dan mengungkapkan ekspresinya dengan mengatakan apa yang ia rasakan kepada orang-orang sekitarnya seperti kakak konseli atau mencoba menuliskannya dalam buku hariannya, ia juga kerap mulai terbuka dengan ibunya terkait kegitan yang ia lakukan baik di sekolah atau di lingkungan bermainnya. Selain itu, konseli yang awalnya lebih suka bermain gadget dan bermalas-malasan, kali ini ia mulai menemukan hobinya secara perlahan dan membatasi

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

penggunaan gadget pada saat waktunya membersihkan rumah seperti pagi hari dan sore hari. Konseli mulai belajar untuk mendisiplinkan dirinya terkait penggunaan gadget, ia tersadar setelah proses konseling bahwa ia adalah seorang perempuan yang juga akan menjadi perempuan dewasa, maka ia mencoba melakukan pekerjaan rumah yang ringan seperti menyapu dan menata perabotan ringan yang ada di rumahnya, setidaknya ia juga perlu mempelajari hal-hal tersebut dan meringankan beban ibunya. Konseli juga mulai perlahan menekuni hobinya yaitu menggunakan make up dengan kreatifitasnya. Berdasarkan dari penjelasan diatas, maka di sadari bahwa konseli mulai dapat mengkespresikan perasaannya serta menerima keadaannya sebagaimana mestinya dan mulai mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya.

Dampak yang kedua ialah konseli dapat mereduksi cara ia mencari perhatian di sekitarnya. Hal ini di mulai dengan perubahan perilaku konseli dalam berbahasa dan berbicaranya. Jika sebelum peng-implementasian, konseli kerap menggunaan intonasi yang tinggi hingga terkesan membentak, maka setelah peng-implementasian konseli mulai bersikap tenang dan mulai menggunakan nada bicara yang halus, selain itu konseli juga mulai mengganti redaksi atau kata kasar dan kotornya dengan beristighfar. Cara konseli mendapatkan perhatian, diubahnya menjadi hal-hal yang menuju kearah prestasi, seperti ia mengikuti salah satu lomba modeling, meski ia belum mendapatkan juara, tapi ia merasa sudah mendapatkan perhatian secara positif daripada harus menggunakan cara

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

berbicara yang konfrontatif. Selama proses konseling, konseli berpikir bahwa "Jika ia dibentak dan di beri kata kasar dan kotor oleh orang lain, ia pun akan merasa sakit hati dan ingin mejauh saja, tidak ada orang di muka bumi ini yang ingin diperlakukan demikian".

Dampak yang ketiga ialah pergaulan bebas. Bagi konseli sebelum proses konseling, teman-teman geng motornya sangatlah penting baginya, sehingga meninggalkan mereka adalah suatu yang berat. Sebelum menerima proses konseling, pulang malam hingga skorsing bukanlah suatu maslah baginya, tapi semenjak konseli setuju menerima implementasi proses konseling, perlahan ia mulai membatasi dan mengurangi pergaulannya dengan rekan geng motornya. Jika sebelumnya konseli kerap pulang malam demi bisa berkumpu dengan teman geng motornya, maka sekarang ia perlahan membatasi dengan waktu maksimal berkumpul hanya sampai pukul Sembilan malam. Selain itu konseli juga mengurangi berkumpul di waktu hari aktif atau *weekdays* untuk mengerjakan tugas yang diberikan saat di sekolah. Baginya fase ini termasuk sulit baginya untuk membatasi waktu mainnya, tapi sejak proses konseling dilaksanakan, konseli melihat sudut pandang lain dan ia sadar bahwa tindakannya pulang malam tidaklah benar, ia menyadari tentang bagaimana tetangganya bergunjing tentang ia dan keluarganya serta betapa sulitnya perjuangan orang tuanya dalam membiayai sekolahnya.

Tidak ada hal yang benar-benar sempurna, meskipun masih terdapat beberapa target yang belum tercapai secara sempurna dikarenakan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

sempitnya waktu penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Tapi juga terdapat lebih banyak tujuan yang berhasil di capai yang merupakan hasil dari implementasi teknik kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri pada remaja.

Tabel 2. Perubahan Perilaku Konseli

No	Target	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
1.	Menunjukkan sisi Ekspresif diri	Murung	Konseli perlahan mengelola emosinya dan lebih mudah mudah berbaur dengan orang-orang terdekatnya.
		Tertutup	Konseli perlahan mulai terbuka dengan perasaannya, ia juga beberapa kali mulai bercerita dengan ibunya terkait hal-hal yang ia alami. Konseli juga mengatakan bahwa ia juga

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			mulai menulis diary sesekali.
		Malas	Konseli mulai mengerjakan beberapa pekerjaan rumah, seperti; menyapu, menata ruangan di rumah serta mencuci piring.
		Kecanduan Gadget	Konseli perlahan mulai memberikan durasi selama bermain gadget, perlahan ia juga sudah tidak membawa gadgetnya ke kamar mandi.
2.	Mereduksi sikap cari perhatian	Bertengkar dengan Orang tua	Pada saat dinasehati orang tua, konseli mengambil sikap mendengarkan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			dan tidak mengkonfrontasi orang tuanya.
		Dijauhi Oleh orang-orang sekitarnya	Konseli mulai berbaur dengan teman dan tetangga di sekitar rumahnya saat sore hari untuk bercengkrama
		Dikucilkan teman-teman di lingkungan rumah	Konseli juga mulai membangun sosial denga teman-teman di lingkungan rumahnya, seperti mengajari teman-temannya tentang make up atau hanya sekedar bercengkrama saja.
		Bertengkar dengan Saudara	Konseli kini lebih akur dengan saudara-saudaranya,

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			meski terkadang masih ada pertikaian kecil tapi tidak sampai saling berkata kotor atau kasar.
3.	Mengentaskan pergaulan bebas	Pulang Malam	Konseli lebih membatasi saat bermain denga rekan-rekan geng-nya, konseli memberikan jam malam baginya yaitu pukul 21.00 ia harus sudah di rumah, dan tidak ikut nongkrong pada *weekdays*
		Make up berlebihan	Konseli mulai mengurangi penggunaan make up yag berlebihan atau tidak sesuai dengan usianya, kini ia lebih

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			menggunakan make up secukupnya tapi tetap terkesan bagus.
		Nilai akademis Turun	Konseli mulai mau untuk mengerjakan tugas tugas yang diberikan oleh gurunya.
		Skorsing	Karena catatan membolos konseli mulai berkurang, maka skorsing yang diberikan sekolahpun juga suddah tidak pernah diberikan.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

1. Prespektif Teori Umum

Hadari dan Sumanto memberikan penjelasannya sehingga peneliti meringkas tentang teknik analisis deskriptif-komparatif ialah suatu teknik analisis berupa penjelasan interpretasi dari perbandingan data sebelum konseli mendapatkan proses konseling dengan sesudah konseli mendapatkan proses konseling. Pada metode analisis ini konselor

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mencoba untuk membuktikan adanya efek proses implementasi teknik kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri remaja. Dimana komparatif yang di lakukan peneliti ialah membandingkan perubahan perilaku konselisebelum dan sesudah proses konseling.

Jess and Gregory dijelaskan tentang karakteristik Percaya Diri. karakteristik yang menunjukkan bahwa seseorang dapat disebut telah matang dalam mengaktualisasikan dirinya.[87] Kursi kosong merupakan teknik konseling yang bertujuan untuk membantu meningkatkan kesadaran konseli dalam menghadapi masalah dan melihatnya dalam berbagai sudut pandang. Dalam teknik ini, konselor membantu konseli dalam melihat permasalahannya dalam berbagai sudut pandang.

Telah dipaparkan pada pembahasan bab kajian teoritikal, bahwa identifikasi kepribadian seseorang dapat diketahui kebenarannya karena terdapat tanda yang berkaitan dengan hal tersebut. Tidak jauh berbeda dengan Percaya Diri. Percaya Diri memiliki beberapa tanda untuk mengetahui bahwa individu sudah mencapai Percaya Dirinya secara maksimal. Dalam hal ini, peneliti beracuan pada karakteristik yang di sebutkan oleh Jess dan Gregory terkait karakter Percaya Diri, yakni[88];

a. ia mampu melihat realitas secara lebih efisien,
b. Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain apa adanya.
c. Penghargaan yang selalu baru dan kreatifitas,

[87] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

[88] Jess F.& Gregory J.F, *Teori Kepribadian Theories of Personality*,Edisi ketujuh terj. Handrianto,(Jakarta: Erlangga,2010), hlm. 345

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

d. Ketertarikan sosial,
e. Hubungan intrapersonal yang kuat

Tabel 3. Tabel Hasil Treatmen

No	Indikator Percaya Diri	Sebelum Treatmen	Sesudah Treatmen
1.	melihat realitas secara lebih efisien	Konseli kerap merasa orang sekitarnya selalu marah dan mengkonfrontasinya, sehingga ia melawan dengan menggunakan bahasa kasar dan kotor. Serta ia juga hanya mementingkan dirinya dan bermalas-malasan	Jika sebelumnya konseli melakukan hal hal dengan melawan, maka sekarang konseli lebih melihat secara nyata tentang mengapa orang-orang menegurnya dan menghadapinya dengan tenang dan tidak berapi-api. Konselipun mulai membantu mengerjakan pekerjaan rumah karena melihat fakta bahwa ibunya senang terbantu demikian.
2.	Penerimaan terhadap diri sendiri dan orang lain	Konseli yang tidak ekspresif sehingga mudah tersinggung saat di nasehati atau	Konssli sekarang menjadi individu yang mulai bisa menerima dan

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

	apa adanya	di kritik, merasa dirinya selalu di salahkan sehingga terlihat murung. Konseli juga merasa bahwa dirinya tidak memiliki hobi sama sekali.	mendengarkan nasehat orang lain, serta konseli juga mulai mengembangkan bakat dan hal-hal yang ia sukai seperti merias dan modelling.
3	Penghargaan yang selalu baru dan kreatifitas	Konseli sebelumnya mengatakan bahwa ia tidak memiliki hobi atau kegemaran yang ingin ia tekuni, dan hanya suka bermain gadget saja	Jika sebelumnya konseli hanya bermain gadget dan tidak memiliki hobi, kali ini konseli mulai menentukan hal yang ingin ia dalami dan kuasai yakni merias. Bahkan ia berani mencoba riasan yang cukup kreatif yang ia dapatkan dari media sosial. Serta ia juga berani mengembangkan dirinya dengan mengikuti ajang Lomba

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			Modelling.
4.	Ketertarikan sosial	Konseli merupakan individu yang dikucilkan oleh teman-teman dilingkungan rumahnya sehingga ia memilih untuk bermain dengan anak-anak geng motor yang kegiatannya dinilai kurang positif.	Konseli sekarang mulai mengurangi waktu bermain dengan anak geng motor hingga larut malam, dan mulai mencoba berbaur dengan teman-teman dilingkungan rumahnya dengan saling menggali potensinya seperti mengajari merias.
5.	Hubungan Interpersonal yang kuat	Konseli merupakan individu yang tertutup, murung, bahkan kasar. hal ini menyebabkan individu kerap memiliki permaslahan dengan orag orang sekitarnya. Seperti bertengkar dengan saudaranya.	Konseli yang mulai membangun hubungan baik dengan saudaranya, seperti berjalan-jalan dengan kakak laki-lakinya dan berbelanja dengan ibu dan kakak perempuannya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A
digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

			Hal ini membuat konseli mulai membangun hubungan interpersonal. Konseli juga tidak menjauhkan teman-temannya dari geng motor, ia ingin mempertahankan suatu relasi dengan teman-temannya dan tetap menoleransi mereka.

Menelisik tujuan utama dari peng-implementasian treatmen ini ialah untuk mengatasi Percaya Diri konseli. Maka, peneliti dapat menarik kesimpulan hasil tercapainya tujuan treatmen berdasarkan dari analisis komparatif dalam indikator menurut para ahli dengan perubahan perilaku konseli setelah menerima treatmen dari pemaparan tabel tersebut. Dari tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari implementasi treatmen telah tercapai. Ditunjukkan dengan terdapatnya perubahan perilaku dari konseli setelah menerima treatmen mulai memenuhi indikator individu yang sudah mengatasi aktualisasi sesuai pendapat Jess dan Gregory.

2. Prespektif Teori Islam

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Penelitian ini menggunakan pendekatan dan teknik konseling yang mengarah pada sumber dari teori yang di kembangakan oleh ahli dari barat. Dalam penelitian ini menggunakan teknik kursi kosong (*empty chair)*. Meski bukan termasuk kedalam intervensi konseling yang berlandaskan islam, tatapi peneliti tetap menyelipkan beberapa ajaran islam dalam proses konselingnya. Hal ini bertujuan memberikan kesan mendalam kepada konseli bahwa papun yang terjadi dalam kehidupan ini adalah bentuk kekuasaan dan kehendak Allah. Peneliti yang hanya bertindak sebagai pendamping konseli sampai konseli menjadi individu yang dapat mengatasi potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Oleh karena itu, peneliti menyakinkan kepada konseli untuk selalu kembali kepada Allah saat ia mengalami permasalahan, serta meminta petunjuk kepada Allah. Karena Allah adalah sebai-baiknya yang maha memberi petunjuk kepada hambanya. Seperti yang sudah di jelaskan dalam Q.S. Ad-Dhuha ayat 7 yang berbunyi;[89]

وَوَجَدَكَ ضَآلًّا فَهَدَىٰ

Yang berarti *"Dan Dia mendapatimu sebagai seseorang yang bingung, lalu dia memberimu petunjuk"*

Percaya Diri merupakan perwujudan seseorang dalam memanfaatkan potensi, kemampuan, serta bakat

[89] Q.S. Ad-Dhuha ayat 7

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

yang ada pada dirinya. Hal ini merupakan hal yang penting bagi setiap individu yang dilahirkan di muka bumi karena itu adalah fitrah dari Allah SWT. Jika individu tidak dapat mengatasi Percaya Dirinya, maka ia akan menjadi individu yang tidak mensyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah. Islam juga menjelaskan bahwa potensi dan kemampuan manusia merupakan fitrah dari Allah Swt yang dijelaskan dalam Fitrah dapat memiliki kemungkinan untuk berkembang dan meningkat. Dalam Qur'an Surat Al-Rum ayat ke 30, yang berbunyi:[90]

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِى فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا
تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ ٱلدِّينُ ٱلْقَيِّمُ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ
ٱلنَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya : Maka hadapkanlah wajahmu demgan lurus kepada agama (Islam);(sesuai)fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut (fitrah)itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah.(itulah)agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui

, Al Qurthubi menafsirkan ayat ini mengatakan bahwa, fitrah berarti kesucian jiwa dan rohani. Fitrah Allah ditetapkan kepada manusia, yaitu behawa manusia sejak lahir dalam keadaan suci dan tidak memiliiki dosa.[91] Nurcholis Majdid juga menyepakati pendapat tersebut, ia mengatakan bahwa manusia lahir dengan membawa perwatakanatau tabiat yang

[90] Al Qur'an Surat Ar Rum ayat 30
[91] Al Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi , Juz VI* ,(Cairo; Darus Sa'ab,terjemahan), hlm : 5106

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

berbeda-beda.[92]

. Islam mengajarkan kepada pemeluknya untuk memiliki sikap menerima atau kerap disebut dengan qana'ah. Islam megajarkan para pemeluknya untuk mensyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT. Seperti yang sudah di firmankan oleh Allah dai Al Qur'an dalam Surat Al Baqarah ayat 172 yang berbunyi :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُلُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا رَزَقۡنَٰكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِلَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ١٧٢

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, makanlah diantara rezeki yang baik –baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar kepada-Nya kamu menyembah.(QS. Al-Baqarah: 172)

Didalam Tafsir al-Qur'an Al-Aisar, Karangan Syaikh Abu Bakar Al-Jazaridari menerangkan bahwa ayat diatas menjelaskan tentang mengajak manusia supaya menikamti rezeki yang telah di berikan oleh Allah yang bermanfaat sehingga nantinya dapat mengarahkan manusia untuk selalu mensyukuri nikmat-nikmat Allah. Maka seseorang di haruskan dapat mengatasi Percaya Dirinya dengan bersikap *qana'ah* atau mensyukuri nikmat yang diberikan oelh Allah. Seseorang dengan dengan sikap qana'ah yang memiliki arti menerima apa adanya hal-hal yang telah diberikan oleh Allah setelah dirinya berusaha dan

[92] Nurcholis Majdid, *Islam Doktrin dan Peradaban*,(Jakarta : Yayasan Wakaf Paramadina, 1992)hlm.10

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

merasa cukup dengan hasilnya meskipun sedikit[93]. Seseorang yang sudah mengembangkan sikap qana'ah dalam hatinya maka ia akan memiliki sikap yang ikhlas, pekerja keras, sabar dan Ilkhlas yang semuanya didasarkan karena Allah. Dengan rasa ikhlas dan mau menerima apa adanya hal ini dapat menumbuhkan sikap seseorang untuk lebih giat dalam bekerja, berkarya, mengembangkan potensi dan melakukan hal-hal positif dengan tujuan untuk terus mencari Ridho-Nya dan terus mengembangkan dirinya menjadi versi yang positif. Korelasi dalam memiliki sikap qana'ah dalam islam juga akan membantu individu dalam mengatasi Percaya Dirinya.

Nilai dan ajaran agama islam yang diamalkan selama proses konseling ialah islam memerintahkan pemeluknya untuk terus menggali dan mensyukuri segala potensi diri yang ada pada diri masing-masing. Bentuk Percaya Diri yang paling utama ialah tetap mensyukuri apapun pemberian Allah SWT. Setelah mnsyukuri nikmat yang diberikan oleh Allah SWT, juga tidak lupa untuk mengembangkannya dan menggalinya serta digunakan agar dapat bermanfaat bagi sesama umat manusia.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

[93] Muhammad Abdul Qadir Abu Faris, *Takziat an-Nufus,*terj. Habiburrahman Saerozi, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hlm. 242

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

BAB V
PENUTUP

A. Simpulan

Sesuai dengan hal-hal yang sudah dijelaskan sebelumnya, peneliti berhasil menjawab beberapa pertanyaan yang terdapat pada rumusan masalah yang tertera pada bab pendahuluan ke dalam bentuk kesimpulan, sebagai berikut:

1. Proses implementasi kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri pada remaja, yang berlangsung selama kurun waktu kurang lebih 2 bulan yang bertujuan untuk mengentaskan beberapa sasaran yang sudah disepakati pada awal pertemuan konseling. Durasi pelaksanaan proses konseling selama 30 sampai 60 menit. Lokasi dilaksanakannya proses kosneling ini berada di kediaman konseli tepatnya di bilik pribadi konseli. Kemudian yang terlibat dalam proses konseling tersebut ialah peneliti yang bertindak sebagai konselor dan objek penelitian bertindak sebagai konseli. Hal yang menjadi dasar dari proses konseling kursi kosong ini ialah pemilihan peran *Top dog* dan *underdog*. Berikut merupakan inti utama teknik konseling kursi kosong; pengkondian, pemilihan peran, dan dialog.
2. Hasil implementasi kursi kosong untuk mengatasi Percaya Diri pada remaja, dibuktikan dengan adanya beberapa perubahan perilaku konseli sebelum dan sesudan melaksanakan proses konseling. Konseli sebelum melakukan proses konseling memiliki inti masalah kurangnya Percaya Diri yang mengakibatkan konseli mengembangkan beberapa perilaku malas, berbicara kotor dan kasar, tidak memiliki hobi, serta membolos. Tetapi setelah

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

mengikti proses konseling terdapat perubahan perilaku seperti ; konseli lebih rajin dalam melakukan pekerjaan rumah dan tugas sekolah, konseli dapat mengontrol emosi saat marah, konseli menemukan hobi baru, serta lebih menyadari tugasnya sebagai pelajar. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa teknik kursi kosong cukup membantu dalam mengatasi Percaya Diri pada remaja.

B. Rekomendasi

1. Untuk Konselor

   Peneliti memiliki harapan kepada konselor untuk tetap membuka dan menambah wawasan reefrensi. Peneliti juga mengharapkan konseor untuk memiliki pemahaman dalam proses mengimplementasikan teori dan teknik kosneling agar penerapan proses konseling berjalan secara maksimal dan dapat mengentaskan berbagai masalah yang dialami ragam konseli di kesempatan yang lain.
2. Untuk Konseli

   Besar harapan peneliti dengan rampungnya penelitian ini, konseli menjadi lebih menyadari dalam mengatasi Percaya Diri agar eksistensi konseli dapat bermanfaat bagi diri sendiri hingga lingkungannya.
3. Untuk Pembaca

   Pemabaca diharapkan untuk tetap mengedepankan nilai nilai positif yang hendak diambil dari penelitian ini dan menjadikan pelajaran hal-hal negatif apa bila terdapat dalam penelitian ini.

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

C. Keterbatasan Penelitian

Selama dilaksanakannya proses pengerjaan penelitian, peneliti mendapati beberapa faktor yang menjadi pembatas peneliti.

Hal ini menyebabkan adanya kekurangan dalam penelitian ini beberapa kekurangan. Oleh karena itu, peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum dapat dikatakan sebagai penelitian yang sempurna. Berikut faktor keterbatasan tersebut ialah :

1. Karena konseli yang merupakan anak di bawah umur, jadi masih memiliki jam istirahat yang ia perlukan. Sementara itu, peneliti yang berstatus mahasiswa mengalami kesulitan dalam membagi waktu pada saat siang hari. Oleh karena itu, salah satu keterbatasan penelitian ini terletak pada kesepakatan waktu konseling.
2. Selain karena kesulitan menentukan janji temu, pandemi covid-19 juga menyebabkan akses keluar masuk peneliti ke area perumahan konseli cukup ketat dan masih terdapat rasa takut dengan adanya orang baru yang bertandang ke rumah.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Daftar Pustaka

Adhani. A.R. 2013. *Pengaruh Kebutuhan Percaya Diri dan beban Kerja terhadap prestasi kerja Karyawan.* Jurnal Ilmu Manajemen 1(3)1-11.

Al Qur'an Surat Ar Rum ayat 30

Al Qurthubi. *Tafsir Al-Qurthubi . Juz VI* .Cairo; Darus Sa'ab.terjemahan.

Ali, Muhammad. dkk. 2004. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Al-Thabari.*Tafsir At-Tabari. Juz XI.* Darul Fikr. t.t.

Alwisol. 2010.*Psikologi Kepribadian.* Malang: UMM Press.

Anif F. Chawa. Lutfi Amiruddin. dan A. Imron Rozuli. 2018. "Pendekatan Studi Kasus dalam penelitian Kualitatif Sosiolgi". in MetodologiPenelitian Kualitatif – Berbagi Pengalaman dari Lapangan. ed. Siti Kholifah dan I Wayan Suyadnya. I ed. Depok: Rajawali Press.

Bachtiar S. 2010.*Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif.* Jurnal Teknologi Pendidikan Vol. 10 No. 1. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.

Bungin, Burhan. 2001. *Metode Penelitian Kualitatif*: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif. Surabaya: Universitas Airlangga.

Corey , Gerald. 2001. *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT.Eresco.

Darminto, Eko. 2000.*Teori-Teori Konseling* . Surabaya. Anggota IKAPI.

Dyastuti, Susuanti. 2012. *Mengatasi Perilaku Agresif Pelaku Bullying melalui pendekatan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong.* Jurnal Bimbingan dan Konseling: Theory and Application 1(1) Semarang: Universitas Negeri Semarang.

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Faris, Muhammad Abdul Qadir Abu. 2005.*Takziat an-Nufus.*terj. Habiburrahman Saerozi. Jakarta: Gema Insani.

Fudyartanta. 2006. *Psikologi Kepribadian.* Jogjakarta: Pustaka Pelajar.

Gantina K. 2011.*Teori dan Praktek Konseling.* Jakarta: PT. Indeks.

Holistik. Kamus Besar Bahasa Indonsia KBBI

Ilma, Sindytia. 2022 *Aplikasi Dispute Cognitive untuk menumbuhkan sikap tanggungjawab seorang remaja di desa ngabetan.*Skripsi. Surabaya: UINSA.

Indriantoro, Nur. 1999. Metodologi Penelitian Bisnis untuk Akuntansi dan Manajemen. Yogyakarta: BFEE.

Jess F.& Gregory J.F. 2010. *Teori Kepribadian Theories of Personality.*Edisi ketujuh terj. Handrianto. Jakarta: Erlangga.

Kadir, Nor Ba'yah Abdul. 2004. *Memahami masalah sosial: Rangka teoritikal sujektif mengikut konteks. kertas kerja seminarKebangsaan ke-3 Psikologi dan Masyarakat. Gejala Sosial dalam masyarakat.* Bangi: Pusat Latiha KWSP.

Koswara. 1991.*Teori-Teori Kepribadian.* Bandung: PT. Eresco.

Kristi P. 1983.*Pendekatan Kualitatif Dalam Psikologi*. Jakarta: LPSP3 UI.

Kusumaryanu, Rosita E. dkk. 2014. *Modul Keterampilan Konseling. cet. Ke II*. Yogyakarta: UNY Press.

Latipun. 2008.*Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.

Lesmana. Jeannete Murad. 2015. *Dasar-dasar konseling.* Jakarta : Universitas Indonesia UIN Press.

Littauer , Florence. 2011.*Personality Plus.* Tangerang Selatan : KARISMA Publishing Group.

Majdid, Nurcholis. 1992.*Islam Doktrin dan Peradaban.* Jakarta : Yayasan Wakaf Paramadina.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

Meyer, Christine Benedichte. 2001. "*A case Study Methodology."*Field Methods 13. no. 4.

Moleong, Lexi J. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Nawawi , Hadari. DKK. 1996. *Penelitian Terapan.* Yogyakarta: Gadjah Mada University.

Pane, Riem Malini. *Terminasi Hubungan Konseling.* dalam Jurnal HIKMAH vol.11 No. 2.

Perfilyera. *ProfessionalSelf-Confidentas the Basis of Employee Loyal(Journal of Siberian Federal University Humanities & Social SciencesIII(5).*

Prafitria, Ridha R.D. 2018. *Penerapan Teknik Kursi Kosong dalam Konseling Individu Untuk mengurangi Sikap Berkata Kasar Siswa Di SMP 5 Negeri Kota Jambi.* Jambi.

Q.S. Ad-Dhuha ayat 7

Rosaliza, Mita. 2015.*Wawancara. Sebuah Interaksi omunikasi Dalam Penelitian Kualitatif.* Jurnal Ilmu Budaya Vol. 11 No. 2..

Safaria T. 2005.*Terapi dan Konseling Gestalt.*Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sari, Vina Kusuma. 2013. *Pengaruh penyesuaian diri terhadap Akttualisasi Diri Remaja Di Lembaga Permasyarakatan Anak Blitar*. Psikovidya vol. 17 No. 1.

Subagyo, Joko. 2014.*Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2009. *Memahami Penelitian Kualitatif.* Bandung: CV. Alfabeta.

Suharsini A. 1980. Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek.Jakarta: Rineka Cipta.

Sumanto. 2014. *Teori dan Aplikasi Metode Penelitian.* Jakarta: CAPS.

Supriadi, Gede Agus. dkk.2014. *Efektivitas konseling gestalt*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id

dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi proses pembelajran pada siswa kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja Tahun pelajaran 2013/2014. Jurnal

Suriadi. 2018. *Fitrah dalam Prespektif Islam.* Jurnal MUADDIB vol. 8.143-159.

Walgito. 2010. *Bimbingan dan Konseling Studi dan Karir*.(Yogyakarta: Andi.).

Zaluchu, S.E. 2017. Metode Penelitian di Dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan.*Jurnal Teologi Berita Hidup*. 3(2).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id digilib.uinsa.ac.id