



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

***PEER COUNSELING DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK SELF DISCLOSURE DALAM MENGATASI  
KECEMASAN MEMILIH PASANGAN PADA  
MAHASISWA TUNA DAKSA DI DESA RANDUBOTO  
SIDAYU GRESIK***

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**Istihabul Imamah**

**NIM. B93217139**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH FAKULTAS**

**DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2020**

## PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Istihabul Imamah  
NIM : B93217139  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul ***Peer Counseling Dengan Menggunakan Teknik Self Disclosure Dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan Pada Mahasiswa Tuna Daksa Di Desa Randuboto Sidayu Gresik*** 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, 12 Februari 2021

Yang membuat pernyataan



**Istihabul Imamah**

**NIM. B93217139**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Istihabul Imamah  
NIM : B93217139  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Skripsi : *Peer Counseling* Dengan Menggunakan Teknik  
*Self Disclosure* Dalam Mengatasi Kecemasan  
Memilih Pasangan Pada Mahasiswa Tuna Daksa  
Di Desa Randuboto Sidayu Gresik

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing  
untuk diujikan .

Surabaya, 09 Februari 2021  
Menyetujui  
Pembimbing,



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

**LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI  
PEER COUNSELING DENGAN MENGGUNAKAN  
TEKNIK *SELF DISCLOSURE* DALAM MENGATASI  
KECEMASAN MEMILIH PASANGAN PADA  
MAHASISWA TUNA DAKSA DI DESA RANDUBOTO  
SIDAYU GRESIK  
SKRIPSI**


Disusun oleh:

Istihabul Imamah

Telah diuji dan dinyatakan lulus ujian Sarjana Strata Satu Pada  
Tanggal 11 Februari 2020

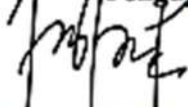
Tim penguji

Penguji I



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

Penguji II




Mohammad Thohir, M. Pd. I  
NIP. 197905172009011007

Penguji III



Yusria Ningsih S. Ag. M. Kes  
NIP. 19731121200501

Penguji IV



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

Surabaya, 10 Februari 2021

Dekan



Dr. H. Abd. Hallim, M. Ag  
NIP. 196307251991031003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Istihabul Imamah  
NIM : B93217139  
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam  
E-mail address : im.istihabul24@gmail.com

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

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

**PEER COUNSELING DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK SELF DISCLOSURE  
DALAM MENGATASI KECEMASAN MEMILIH PASANGAN PADA MAHASISWA  
TUNA DAKSA DI DESA RANDUBOTO SIDAYU GRESIK**

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 April 2020

Penulis



Istihabul Imamah

## ABSTRAK

**Istihabul Imamah (B93217139), 2021.** *Peer Counseling* dengan Menggunakan Teknik *Self Disclosure* dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan Pada Mahasiswi Tuna Daksa Di Desa Randuboto Sidayu Gresik

Fokus penelitian ini diantaranya; (1) Bagaimana penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa, (2) Bagaimana hasil akhir *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

Peneliti menggunakan kualitatif berjenis studi kasus dengan melakukan wawancara dan observasi kepada konseli, significant other, serta lingkungan sosial konseli. Penelitian dilakukan dengan menerapkan teknik konseling untuk mengatasi kecemasan pada konseli dalam memilih pasangan. Pada tahap akhir penelitian, peneliti melakukan analisis data deskriptif terhadap proses dan keberhasilan konseling.

Data akhir menunjukkan bahwa proses konseling berhasil. Setelah diberikan layanan *peer counseling* konseli merasa lebih diterima dan percaya dengan lawan bicaranya untuk lebih terbuka saat menceritakan dirinya. Sehingga dapat dikatakan bahwa konseli sudah mampu melakukan *self disclosure* terhadap orang lain.

**Kata kunci:** *Peer Counseling, Self Disclosure, Kecemasan dalam memilih pasangan*

## ABSTRAC

**Istihabul Imamah (B93217139), 2021: *Peer Counseling Using Self-Disclosure Techniques in Overcoming Anxiety in Choosing a Partner in a Disabled Student in Randuboto Village, Sidayu Gresik***

*The focus of this research includes; (1) How is the application of peer counseling using self-disclosure techniques in overcoming anxiety in choosing partners among students with disabilities, (2) How is the final result of peer counseling using self-disclosure techniques in overcoming anxiety in choosing partners in students with disabilities.*

*Researchers used qualitative case study types by conducting interviews and observations to the counselee, the significant other, and the counselee's social environment. The research was conducted by applying counseling techniques to overcome anxiety in the counselee in choosing a partner. In the final stage of the research, the researcher conducted descriptive data analysis on the counseling process and success.*

*The final data show that the counseling process is successful. After being given peer counseling, the counselee feels more accepted and trusts the other person to be more open when telling himself. So it can be said that the counselee has been able to do self-disclosure towards other people.*

***Keywords: Peer Counseling, Self Disclosure, Anxiety in choosing a partner***

## قرص تخم ذبذب

قاماملا باحسنا، (B93217139).2021. تاي نون م ادخ نساب ن ارق لا ق راش نس

ق اعم بلاط ي ن ك برش راينخا ي ن ق لولا ي ن بل غنل تاذلا ن ع حاصل ن ا  
ك برش و ي اد بس ، و نوب و دن ار قيرق ي ن

م ادخ نساب ن ارق لا ق روش م ق ببط م ن ف ب ك (1) ؛ ث ح بلا اذ ه ز ي ك رت لم ش ي  
بل ا طلا ن ب ب ا ك ر ش لا راينخا ي ن ق لولا ي ن بل غنل ي ن تاذلا ن ع حاصل ن ا تاي نون تاي نون  
م ادخ نساب ن ارق لا ق راش ن ا نون لا نون ك ف ب ك (2) ، ق ا ع ل ا ي و ذ ي و ذ بل ا طلا  
ي ن ا ك ر ش لا راينخا ي ن ق لولا ي ن بل غنل ي ن تاذلا ن ع حاصل ن ا  
ق ا ع ل ا .

ت ل ا ب ا ق م لا ع ا ر ج ا ل ل ا خ ن م ق ي ع و ن لا ق ل ا ح ل ا ت ا س ا ر د ع ا و ن ا ن و ث ح ا ب ل ا م د خ ن س ا  
ع ا ر ج ا م ن . ر ا ش ن س م ل ل ق ي ع ا م ت ج ل ا ق ي ي ب ل ا و ، م ه م ل ا ر خ ل ا و ، ر ا ش ن س م ل ل ت ا ط ح ل ا م ل و ي ن  
ر ا ش ن س م ل ل م د ل ق ل و ل ا ي ل ع ب ل غ ن ل ق ر ا ش ن س ل ا ت ا ي نون ق ب ب ط ل ل ا خ ن م ث ح ب ل ا  
ا و ن ص و ل ا ل ح ن ث ح ا ب ل ا ر ج ا ، ث ح ب ل ا ن م ق ي ا ه ن ل ا ق ل ح ر م ل ا ي ن ك ب ر ش ل ا ر ا ب ن خ  
ا ح ا ج ن و د ا ش ر ل ا ق ي ل م ع ق ق ل ع ن م ل ا ت ا ن ا ي ب ل ل .

ق ر و ش م ل ا ي ق ل ك د ع ب . ق ح ج ا ن ق ر ا ش ن س ل ا ق ي ل م ع ن ا ق ي ا ه ن ل ا ت ا ن ا ي ب ل ا ر ه ظ  
ر ن ك ا ر خ ل ا ا ص خ ش ل ا ن ا ي ن ق ن و ل و ب ق ل ا ن م د ي ز م ب ر ا ش ن س م ل ا ر ع ش ي ، ن ا ر ق ل ا ن م  
ح ا ص ن ل ا ي ل ع ا ر د ا ق ن ا ك ر ا ش ن س م ل ا ن ا ل و ق ل ا ن ك م ي ك ل ذ ل . ه س ن ن ر ا ب خ ا د ن ع ا ح ا ن ن ا  
ن ب ر خ ل ا ا ه ا ج ن ه س ن ن ع .

راينخا ي ن ق لولا ، تاذلا ن ع حاصل ن ا ، ن ارق لا ق تاراش نس ا : ق ي ح ا ن م ل ا ت ا م ل ك ل ا  
ك برش ل ا

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAC.....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Definisi Konsep .....	8

F. Sistematika Pembahasan.....	11
--------------------------------	----

## **BAB II KAJIAN TEORITIK**

A. Kerangka Teoritik.....	13
1. <i>Peer Counseling</i> .....	13
2. <i>Self Disclosure</i> .....	25
3. Tuna Daksa.....	34
4. Kecemasan Memilih Pasangan .....	36
B. Penelitian Terdahulu .....	40

## **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	43
B. Lokasi Penelitian .....	44
C. Jenis dan Sumber Data.....	44
D. Tahap-Tahap Penelitian .....	46
E. Teknik Pengumpulan Data .....	47
F. Teknik Validitas Data .....	49
G. Teknik Analisis Data.....	49

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian .....	51
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	51
2. Deskripsi Konselor Ahli, Konselor Sebaya, dan Konseli.....	54

B.	Penyajian Data .....	64
1.	Deskripsi Proses Pelaksanaan Peer Counseling dengan Menggunakan Teknik Self Disclosure dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan Pada Remaja Tuna Daksa.....	64
2.	Deskripsi Hasil Akhir Pelaksanaan Peer Counseling dengan Menggunakan Teknik Self Disclosure dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan Pada Remaja Tuna Daksa .	80
C.	Pembahasan Hasil.....	82
1.	Perspektif Teori .....	82
2.	Perspektif Islam .....	90
<b>BAB V PENUTUP</b>		
A.	Kesimpulan .....	92
B.	Rekomendasi.....	93
C.	Keterbatasan Peneliti.....	94
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>95</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>99</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	
Kondisi tangan kanan konseli .....	118
Gambar 2	
Kondisi tangan kiri konseli .....	118
Gambar 3	
Kondisi kaki konseli .....	119

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	
Catatan Proses Pelaksanaan Konseling .....	80
Tabel 4.2	
Tabel Perbandingan Langkah-Langkah Proses Konseling Berdasarkan Teori dan Praktik Lapangan .....	83
Tabel 4.3	
Tabel Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum Dan Sesudah Proses Konseling .....	88

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Setiap anak yang dilahirkan di dunia tidak bisa memilih lahir dari keluarga seperti apa, dan dengan kondisi seperti apa. Karena pada hakikatnya manusia diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang sempurna baik jasmani maupun rohani, dan disertai dengan kemampuan menjalani kehidupan.<sup>2</sup> Tidak satupun orang yang menginginkan lahir dengan kondisi tidak sempurna seperti hanya memiliki satu kaki, tangan yang tidak sempurna, atau anggota badan lainnya yang tidak sempurna, sehingga menjadikan sebagian kemampuan yang dimiliki kurang atau tidak dapat difungsikan bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Individu yang memiliki kekurangan dikarenakan adanya kelainan fisik atau cacat ini disebut juga tuna daksa. Menurut Mumpuniarti, tuna daksa merupakan kondisi individu yang mengalami cacat, hambatan, kerugian pada jasmani, saraf penggerak atau motorik, anggota gerak yang memerlukan pengobatan untuk meluruskan anggota gerak atau tulang punggung yang tidak lurus atau salah.<sup>3</sup>

Menurut Somantri, ketunadaksaan yang terjadi pada usia yang muda dapat menjadikan penghambat usaha menguasai suatu keterampilan dan juga menghambat fungsi normal secara keseluruhan pada individu tersebut.<sup>4</sup> Individu tuna

---

<sup>2</sup> Abdullah, *Psikologi Perkembangan* (Surabaya: Jaudar Press, 2017), hal. 31.

<sup>3</sup> Mumpuniarti, *Pendidikan Anak Tuna Daksa* (Yogyakarta: PLB FIP, 2001), hal. 30.

<sup>4</sup> Somantri Sujihati, *Psikologi Anak Luar Biasa* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hal 186.

daksa pada dasarnya tidak berbeda dengan individu pada umumnya, mereka juga memiliki psiko-sosial yang sama, dari psiko-sosial itu dapat diketahui mereka membutuhkan rasa aman dalam berinteraksi, kasih sayang dari orang lain, dapat diterima di lingkungan sekitarnya untuk tetap tumbuh dan berkembang layaknya anak normal pada umumnya.<sup>5</sup>

Dibalik kekurangan yang dimiliki penyandang tuna daksa harus tetap tumbuh dan berkembang sebagaimana anak normal pada umumnya. Tumbuh dengan ketidak sempurnaan atau kelainan fisik bukan perkara yang mudah, banyaknya aktivitas yang terbatas dan seringkali tidak bisa dilakukan layaknya anak normal pada umumnya. Tumbuh menjadi dewasa merupakan sebuah tugas perkembangan yang pasti dialami oleh setiap individu, yang mana masa dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Pada masa ini individu memiliki tugas perkembangan yaitu memilih pasangan hidup. Apabila tugas perkembangan ini belum terpenuhi dapat menghambat dalam pencapaian tugas perkembangan selanjutnya.<sup>6</sup>

Menurut Harlock, menikah dan membentuk sebuah keluarga merupakan tugas perkembangan pada masa dewasa awal yang harus terpenuhi dengan baik pada setiap individu.<sup>7</sup> Memilih pasangan sebelum menikah merupakan hal yang penting dalam memenuhi salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal. Pada kenyataannya tidak semudah itu dalam memilih seseorang untuk menjadi pasangan

---

<sup>5</sup> Djadja Rahardja, "Pendidikan Luar Biasa dalam Perspektif," *JASSI*, 1, 9, no. 1 (2010).

<sup>6</sup> Vania Utami, Lukmanul Hakim, dan Junaidin, "HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL," *JURNAL PSIMAWA* 2, no. 1 (5 Desember 2019): 15–20, <https://doi.org/10.1234/jp.v2i1.431>.

<sup>7</sup> Dariyo Agoes, *Psikologi Perkembangan Remaja* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2004), hal. 13.

hidupnya, banyak pertimbangan salah satunya adalah kondisi fisik. Seseorang yang memiliki kondisi fisik tidak sempurna atau kelainan fisik memiliki kecemasan dalam memilih seseorang yang menjadi pasangan hidupnya.

Berdasarkan hasil observasi pada konseli yang merupakan penyandang tuna daksa dari lahir, konseli seorang mahasiswa tingkat akhir di salah satu kampus favorit Jawa Timur. Usia konseli sudah memasuki masa dewasa awal, sesuai dengan tugas perkembangan yang harus terpenuhi yaitu memilih pasangan.

Konseli mempunyai kelainan pada kedua tangannya yang memiliki jari tidak seluruhnya utuh dan pada kaki sebelah kanan tidak sempurna yang mengakibatkan konseli membutuhkan alat bantu pada kakinya untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Konseli mengaku dulunya dia malu dengan kondisinya yang berbeda dengan teman-temannya, tapi semenjak konseli kuliah dan bertemu banyak orang dengan kondisi latar belakang yang berbeda konseli mulai terbuka dengan kondisinya. Konseli mengaku ketika bertemu dengan orang baru masih canggung apakah orang tersebut mampu menerima kondisi konseli. Kekhawatiran itu berlaku juga ketika konseli diajak bertemu dengan seseorang yang sedang mendekatinya.

Dengan berbuat baik kepada teman dan orang sekitarnya konseli bisa diterima dengan baik tanpa melihat kondisi kekurangan konseli. Karena konseli sendiri tidak pernah bercerita kepada teman-temannya mengenai kondisi yang sebenarnya dan memilih diam ketika ada seseorang yang bertanya.

Semenjak kuliah konseli bertemu dengan banyak orang dan tidak jarang banyak cowok yang tertarik dengannya karena konseli merupakan pribadi yang ceria, pandai bersosial, pintar, dan keberaniannya dalam menyampaikan pendapat menjadi daya tarik sendiri bagi teman-temannya



yang ingin mengenalnya lebih dekat. Sering kali konseli lupa akan kekhawatirannya sebagai penyandang tuna daksa yang memiliki kelainan fisik, akan tetapi sebagai manusia biasa konseli tidak bisa menutupi kekhawatirannya itu. Konseli juga menjelaskan kalau saat ini ada beberapa teman cowok konseli yang ingin mengenal konseli lebih dekat, dan tak jarang konseli sering menolak ajakan teman cowoknya untuk bertemu langsung dengan konseli sebelum konseli benar-benar yakin kalau seseorang itu akan menerima dengan kondisinya. Ketika konseli memutuskan untuk mau bertemu langsung dengan seseorang tersebut konseli sendiri masih merasa canggung, tak jarang konseli keringat dingin sebelum bertemu dengan seseorang itu.

Saat ini konseli sedang menjalin kedekatan dengan seseorang. Menurutnya teman dekatnya ini berbeda dari yang sebelumnya, dia lebih bisa menghargai konseli, lebih sabar, dan bisa menyakinkan konseli. Akan tetapi, belum bisa mengurangi rasa takut konseli akan penerimaan terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian di atas menurut Pangesti, kecemasan memilih pasangan hidup merupakan perwujudan dari berbagai perasaan baik secara fisik maupun psikis seperti perasaan takut, khawatir, gelisah, tegang, dan kurang percaya diri dalam kaitannya dengan memilih pasangan hidup sebagai tempat berbagi dan pemenuhan kebutuhan biologis maupun psikologisnya.<sup>8</sup> Bentuk fisik yang mereka miliki cenderung menjadi penyebab para perempuan mengalami kekhawatiran untuk memilih pasangan hidup mereka sehingga hal ini menimbulkan kecemasan.

---

<sup>8</sup> Yulianingsih, “*Hubungan antara obesitas dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada perempuan dewasa awal*” (Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008).

Kekurangan yang dimiliki seseorang merupakan informasi yang tidak diketahui oleh banyak orang. Beberapa orang yang memiliki kekurangan fisik atau cacat fisik berusaha untuk terlihat sempurna dihadapan banyak orang, sehingga banyak orang yang tidak mengetahui kekurangan orang tersebut. Dengan pengungkapan diri (*self disclosure*) membantu individu untuk menyampaikan informasi yang tidak diketahui banyak orang kepada orang lain dengan tujuan tertentu.

Menurut Marton, *self disclosure* merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain, informasi di dalam pengungkapan diri (*self disclosure*) bersifat deskriptif dan evaluatif.<sup>9</sup> sedangkan menurut Altman dan Taylor, *self disclosure* dapat menimbulkan rasa suka jika langkah-langkahnya dijaga sebaik mungkin. Tahap-tahap yang harus dilakukan dalam proses *self disclosure* sebaiknya dilakukan secara lebih perlahan agar kedua pihak tidak merasa terancam.<sup>10</sup>

Mengungkapkan diri atas kekurangan diri sendiri kepada orang lain bukan sesuatu yang mudah untuk dilakukan, adanya kepercayaan untuk menceritakan kekurangan seseorang. Sahabat dapat menjadi sumber-sumber kognitif dan emosi sejak masa kanak-kanak sampai dengan masa tua sahabat dapat memperkuat harga diri dan perasaan bahagia. Konseling sebaya atau (*peer counseling*) dapat dilakukan ketika konseli lebih percaya kepada teman sebayanya.

*Peer counseling* atau konseling sebaya merupakan salah satu layanan konseling yang mana konselor merupakan teman sebaya konseli. Menurut Tindall dan Gray mendefinisikan *Peer counseling* tingkah laku individu non profesional yang berusaha membantu membantu individu

---

<sup>9</sup> Tri Dayaksini, *Psikologi Sosial* (Malang: UMM Press, 2009).

<sup>10</sup> Sears, David O, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Erlangga, 1985).

secara interpersonal dalam menyelesaikan permasalahannya.  
<sup>11</sup>. Konseling sebaya (*peer counseling*) ini dipandang cukup efektif jika diberikan oleh teman sebayanya sendiri.<sup>12</sup>

Dari permasalahan yang dihadapi konseli, peneliti menggunakan *peer counseling* sebagai layanan konseling untuk membantu konseli mengatasi kecemasannya dalam memilih pasangan. Peneliti menggunakan teman dekat konseli sebagai konselor sebaya. Peneliti juga berharap konselor sebaya dan konseli dapat saling percaya dan bertukar pengalaman agar konseli termotivasi dalam menyelesaikan masalahnya. Dengan begitu konseli akan merasa terdukung, dimengerti dan bersama sama dengan konselor dapat menemukan solusi dari masalah yang sedang konseli hadapi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk menerapkan teknik *Self Disclosure* dalam mengatasi masalah klien dengan judul **“Peer Counseling Dengan Menggunakan Teknik *Self Disclosure* Dalam Mengatasi Kecemasan Dalam Memilih Pasangan Pada Mahasiswa Tuna Daksa Di Desa Randuboto Sidayu Gresik”**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa?

---

<sup>11</sup> Harold Dean Gray, Judith A Tindall, *Peer Counseling: In-Depth Look at Training Peer Helpers*. (Muncie: Accelerated Development Inc, 1985).

<sup>12</sup> Shofi Puji Astiti, “Efektivitas Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa,” *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology* 1, no. 2 (1 Desember 2019): 243–63, <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.243-263>.

2. Bagaimana hasil penerepan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menjelaskan dan mendeskripsikan penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.
2. Menjelaskan dan mendiskripsikan hasil penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi tentang penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Peneliti**

Penelitian ini memberikan jawaban permasalahan yang diteliti serta memberikan pengalaman-pengalaman pelaksanaan konseling menggunakan *self disclosure* dalam mengatasi

kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

b. Bagi Konselor

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling untuk mengatasi prokrastinasi akademik.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dalam mengatasi kecemasan, serta sebagai rujukan dalam mengatasi kecemasan dengan menggunakan *self disclosure*.

## E. Definisi Konsep

Dalam memudahkan pembaca dalam memahami judul di atas, maka penulis perlu menjelaskan penegasan dalam judul tersebut. Adapun definisi konsepnya adalah sebagai berikut:

### 1. *Peer Counseling*

*Peer counseling* atau konselor sebaya adalah suatu cara yang dilakukan oleh seseorang untuk membantu orang lain serta menerapkan salam kehidupan sehari-hari. Menurut Tindall dan Gray mendefinisikan *Peer counseling* merupakan tingkah laku individu non profesional yang berusaha membantu individu secara interpersonal dalam menyelesaikan permasalahannya. Yang berperan sebagai konselor ada teman sebaya konseli (seusia, tingkatan pendidikan). Seorang teman sebaya dapat berupa seseorang dalam situasi atau kondisi yang sama, atau seseorang dengan usia sebaya atau seseorang dengan latar belakang dan budaya yang sama. Keputusan tentang kapan akan memulai dan mengakhiri serta dimana akan melakukan konseling sebaya terletak pada konseli.

Dapat disimpulkan yang dimaksud *Peer counseling* dalam penelitian ini merupakan salah satu

layanan konseling yang dilakukan untuk membantu seseorang menyelesaikan masalah nya, konselor merupakan teman sebaya (seusia, tingkatan pendidikan) konseli.

## 2. *Self Disclosure*

*Self disclosure* merupakan pengungkapan diri (keterbukaan diri) seseorang kepada orang lain untuk menyampaikan informasi tentang dirinya yang tidak diketahui oleh orang lain. Informasi tersebut biasanya bersifat rahasia yang tidak diketahui oleh orang lain, dan informasi tersebut harus diceritakan kepada orang lain.

Jumlah informasi yang diungkap antar individu memiliki kadar yang berbeda, ketika melakukan *self disclosure* ini harus bersifat timbal balik (*reciprocal*). *Self disclosure* dapat bersifat dalam (hangat) atau dangkal. Bersifat dangkal biasanya dalam hal ini individu hanya melakukan mengungkapkan diri secara umum dan bersifat kurang intim seperti hobi, jenis pekerjaan/ sekolah, agama. Bersifat dalam (hangat) individu biasanya mengungkapkan informasi yang berkaitan dengan pikiran, masalah yang dialami, menceritakan tujuan hidup, dan keinginan keinginannya.

Yang dimaksud *self disclosure* dalam penelitian adalah proses menghadirkan diri sendiri kepada orang lain secara terbuka yang diwujudkan dengan kegiatan membagi informasi perilaku, mengungkapkan ide, perasaan dan informasi yang belum diketahui oleh orang lain.

## 3. Tuna Daksa

Tuna daksa menurut Mumpuniarti, merupakan kondisi individu yang mengalami cacat, hambatan, kerugian pada jasmani, syaraf penggerak atau motorik, anggota gerak yang memerlukan pengobatan untuk

meluruskan anggota gerak atau tulang punggung yang tidak lurus atau salah.<sup>13</sup>

Menurut Somantri, ketunadaksaan dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya nya faktor yang timbul sebelum kelahiran, faktor yang timbul saat kelahiran, dan faktor yang timbul setelah kelahiran.<sup>14</sup>

Klasifikasi tuna daksa menurut Musjafak Assjari ada tiga tingkatan yaitu; tuna daksa ringan yaitu individu yang memiliki keerbatasan fisik namun dapat di terapi, tuna daksa sedang yaitu memiliki keerbatasan secara motorik maupun sensorik, dan tuna daksa berat yaitu individu yang memiliki keterbatasan fisik secara penuh.<sup>15</sup>

Yang dimaksud tuna daksa adalah kondisi dimana individu mengalami hambatan secara fisik pada syaraf penggerak atau motorik nya, sehingga membutuhkan pengobatan atau alat bantu khusus untuk melakukan aktivitas sehari-hari.

#### 4. Kecemasan Memilih Pasangan

Kecemasan memilih pasangan hidup merupakan perwujudan dari berbagai perasaan baik secara fisik maupun psikis seperti perasaan takut, khawatir, gelisah, tegang, dan kurang percaya diri dalam kaitannya dengan memilih pasangan hidup sebagai tempat berbagi dan pemenuhan kebutuhan biologis maupun psikologisnya.

Penampilan fisik merupakan dasar dari segala-galanya. Jadi, ketika seseorang memiliki tubuh yang tidak sempurna hal ini dapat menjadikan seseorang mengalami kecemasan dalam memilih pasangan sebagai tugas perkembangan di masa dewasa awal. Utamanya

---

<sup>13</sup> Mumpuniarti, *Pendidikan Anak Tuna Daksa*, hal. 33.

<sup>14</sup> Somantri Sujihati, *Psikologi Anak Luar Biasa*, hal. 125.

<sup>15</sup> Djadja Rahardja, "Pendidikan Luar Biasa dalam Perspektif."

pada wanita karena pada umumnya wanita lebih peduli terhadap penampilan fisik dibanding dengan laki-laki.

Yang dimaksud kecemasan memilih pasangan dalam penelitian adalah perilaku seseorang yang berupa khawatir, gelisa, tegang dan kurang percaya diri dalam hal memilih pasangan yang terbaik untuk dirinya. Kecemasan ini terjadi karena adanya kekurangan fisik pada diri seseorang.

#### **F. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah dalam menelaah proposal ini, maka dalam penyusunannya dibuat sistematika sebagai berikut:

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab I merupakan pendahuluan, yaitu latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian secara teoritis dan praktis, definisi konsep mengenai *peer counseling*, *self disclosure*, kecemasan dalam memilih pasangan, metode penelitian serta sistematika pembahasan.

#### **BAB II TINJUAN PUSTAKA**

Bab II membahas tentang tinjauan pustaka, yaitu kajian teoritik dari beberapa referensi untuk menelaah variabel penelitian. Bab ini berisi telaah tentang *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa. Selain itu, juga diuraikan tentang penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini.

#### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

Bab III berisi pembahasan mengenai metodologi penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini.



Bab ini berisi metodologi penelitian yang menguraikan tentang penyajian data. Pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan, sasaran dan lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas data, teknik analisis data, serta deskripsi umum objek penelitian dan deskripsi hasil penelitian.

#### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab IV berisi penyajian data, yaitu berisi implementasi *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan pada mahasiswa tuna daksa. Bagian ini memaparkan penyajian data tentang hasil penelitian, yaitu deskripsi umum objek penelitian dan deskripsi hasil penelitian, berupa proses dan hasil penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan pada mahasiswa tuna daksa. Pada bab ini juga analisis data proses serta hasil dari penerapan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan pada mahasiswa tuna daksa.

#### BAB V PENUTUP

Bab V berisi kesimpulan dari proses serta hasil penelitian dan juga saran mengenai proses serta hasil penelitian sebagai koreksi untuk penelitian selanjutnya serta keterbatasan penulisan penelitian sebagai penutup.

## BAB II

### KAJIAN TEORITIK

#### A. Kerangka Teoritik

##### 1. *Peer Counseling*

###### a) Pengertian *Peer Counseling*

*Peer counseling* berasal dari kata “*Peer*” dan “*Counseling*”. Menurut kamus konseling “*peer*” dalam bahasa Inggris berarti kawan, maksudnya adalah teman yang seajar dalam usia, pendidikan, atau pergaulan. Menurut Santrock, sebaya adalah individu atau remaja yang memiliki tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama.<sup>16</sup>

“*Counseling*” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai pemberian bimbingan oleh yang lebih ahli kepada seseorang yang membutuhkan bantuan dan sebagainya, selain itu juga diartikan sebagai proses pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli sehingga memndapatkan pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri dalam memecahkan masalahnya.<sup>17</sup>

*Peer counseling* atau konseling sebaya adalah suatu cara yang dilakukan oleh seseorang untuk membantu orang lain serta menerapkan salam kehidupan sehari-hari.<sup>18</sup> *Peer counseling* atau

---

<sup>16</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 2006), hal.216.

<sup>17</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2001).

<sup>18</sup> Hardi Prasetiawan, “Konseling Teman Sebaya (*Peer Counseling*) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 02, 01 (2015).

konseling sebaya sebagai layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebaya (seusia, setingkat pendidikan yang hampir sama) yang sebelumnya diberikan pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga diharapkan dapat memberikan bantauan baik secara individu maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah atau mengalami hambatan dalam perkembangan kebadiannya.

Menurut Tindall dan Gray mendefinisikan *Peer counseling* sebagai tingkah laku individu non profesional yang berusaha membantu individu secara interpersonal dalam menyelesaikan permasalahannya di bawah kendali konselor ahli.<sup>19</sup> *Peer counseling* / konseling sebaya mencakup hubungan membantu yang dilakukan secara individual dilakukan oleh konselor sebaya (*one-to-one helping relationship*), kepemimpinan kelompok, kepemimpinan diskusi, dan semua aktivitas interpersonal manusia untuk saling membantu dan menolong.

Berbeda dengan Kan yang mendefinisikan *peer counseling* sebagai metode, sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Kan,

*“Peer counseling is the use problem solving skills and active listening, to support people who are our peers”*<sup>20</sup>

*”Konseling sebaya adalah penggunaan keterampilan pemecahan masalah dan mendengarkan secara aktif, untuk mendukung orang-orang yang menjadi rekan kita”*

---

<sup>19</sup> Harold Dean Gray, Judith A Tindall, *Peer Counseling: In-Depth Look at Training Peer Helpers*.

<sup>20</sup> Erhamwilda, *Konseling Sebaya Alternatif Kreatif layanan bimbingan dan konseling di sekolah* (Bandung: Media Akademi, 2011).

Menurut Kan ada beberapa elemen pokok dari *peer counseling* adalah sebagai berikut:

- 1) Premis dasar yang mendasari *peer counseling* adalah pada umumnya individu mampu menemukan solusi-solusi dari berbagai kesulitan yang dialami dan mampu menemukan cara mencapai tujuan masing-masing.
- 2) *Peer counselor* (konselor sebaya) merupakan seorang teman sebaya dari memiliki pengalaman hidup yang sama yang memungkinkan membuat rileks, memungkinkan bertukar pengalaman dan menjaga rahasia tentang apa yang dibicarakan dan dikerjakan dalam pertemuan tersebut.
- 3) Keputusan tentang kapan akan memulai dan mengakhiri serta dimana akan melakukan konseling sebaya terletak pada konseli.
- 4) Semua teknik yang dilakukan dalam konseling sebaya membantu konseli dalam memperoleh pemahaman dan pengalaman tentang dirinya.
- 5) Keputusan tentang kapan akan memulai dan mengakhiri serta dimana akan dilakukan proses konseling terletak pada konseli bukan pada konselor.
- 6) Seorang teman sebaya dapat berupa seseorang dalam situasi atau kondisi yang sama, atau seseorang dengan usia sebaya atau seseorang dengan latar belakang dan budaya yang sama.<sup>21</sup>

Pada hakikatnya *peer counseling* atau konseling sebaya adalah proses konseling yang terjadi antara konselor ahli dengan perantara konselor sebaya atau teman sebaya dari konseli (*counseling through peers*). Yang dimaksud “konselor sebaya” adalah bukan

---

<sup>21</sup> Erhamwilda.

konselor ahli atau seseorang yang berprofesi sebagai konselor atau ahli terapi, akan tetapi “konselor sebaya” adalah seseorang yang dianggap dekat dengan konseli dan dapat memberikan bantuan kepada individu dibawah kendali konselor ahli.<sup>22</sup>

Adapun karakteristik calon konselor sebaya berbeda dengan karakteristik konselor ahli sebagai berikut:

- 1) Konselor sebaya merupakan teman sebaya konseli
- 2) Konselor sebaya memiliki minat untuk membantu
- 3) Konselor sebaya terbuka dan mampu berempati
- 4) Konselor sebaya memiliki disiplin yang baik
- 5) Konselor sebaya dapat diterima orang lain
- 6) Konselor sebaya toleran terhadap perbedaan sistem nilai
- 7) Konselor sebaya memiliki sikap energik
- 8) Konselor sebaya memiliki emosi yang stabil
- 9) Konselor sebaya mampu bersosialisasi
- 10) Konselor sebaya bisa menjadi model yang baik bagi teman-temannya
- 11) Konselor sebaya hanya mengetahui dasar dari konseling

Berbeda dengan konselor sebaya, konselor ahli merupakan seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang konseling dan terapis dengan menggunakan beberapa teknik dan terapi konseling. Konselor ahli menempuh pendidikan konseling, konselor sebaya hanya mendapatkan pelatihan dasar konseling.

Adanya pendapat yang berbeda mengenai *peer counseling* sendiri, menurut Kan keberadaan *peer*

---

<sup>22</sup> Hardi Prasetiawan, “Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 02, 01 (2015).

*counseling* merupakan kombinasi dari dua aspek yaitu adanya teknik dan pendekatan. Berbeda dengan Tindal dan Gray, Kan membedakan antara *peer counseling* (konseling sebaya) dengan *peer support* (dukungan sebaya). Menurutnya, *peer support* lebih bersifat umum seperti bantuan informasi, saran umum, dan nasehat yang diberikan oleh dan untuk teman sebaya. Sementara *peer counseling* berupa suatu metode yang terstruktur. *Peer counseling* merupakan suatu bentuk pendidikan psikologis yang disengaja dan sistematis.<sup>23</sup>

Secara khusus *peer counseling* tidak memfokuskan pada evaluasi isi, akan tetapi lebih fokus pada proses berfikir, proses perasaan, dan proses pengambilan keputusan. Dengan demikian, *peer counseling* berkontribusi pada pengalaman yang dimiliki, pengalaman yang kuat, serta yang dibutuhkan oleh para remaja.<sup>24</sup>

Dari penjelasan di atas dapat dijelaskan bahwa *Peer counseling* merupakan salah satu layanan konseling yang dilakukan untuk membantu seseorang menyelesaikan masalahnya. Seseorang konselor merupakan teman sebaya (seusia, tingkatan pendidikan) dari konseli, yang memiliki pengalaman hidup yang sama, dengan harapan dapat bertukar pengalaman, dan dapat memberikan bantuan baik secara individu maupun secara kelompok yang bermasalah atau memiliki hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

---

<sup>23</sup> Suwarjo, *Model konseling teman teman sebaya untuk pengembangan daya lentur (Resilience): "studi pengembangan panti sosial asuhan anak propinsi daerah Yogyakarta"* di sertai universitas pendidikan Indonesia tidak di terbitkan (Yogyakarta: Universitas Pendidikan Indonesia, 2008).

<sup>24</sup> Astiti, "Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa."

Peneliti sebagai konselor ahli, dan teman dekat konseli sebagai konselor sebaya. Peneliti akan mengamati proses *peer counseling* yang dilakukan oleh konselor sebaya pada konseli yang memiliki masalah kecemasan dalam memilih pasangan. Harapannya konselor sebaya dan konseli dapat membangun hubungan yang akrab dan saling percaya melalui *peer counseling*. Mengingat usia konselor sebaya dan konseli tergolong teman sebaya. Peneliti juga berharap konselor sebaya dan konseli dapat saling bertukar pengalaman agar konseli termotivasi dalam menyelesaikan masalahnya. Dengan begitu konsel merasa terdukung, dimengerti dan bersama-sama dengan konselor dapat menemukan solusi dari masalah yang sedang dihadapi. Selain itu adanya dukungan dari konselor yang sebaya dengan dirinya kepercayaan diri konseli juga akan meningkat.

b) Tujuan *Peer Counseling*

Tujuan utama konseling sendiri adalah memperbaiki sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan, serta pendapat konseli tentang sesuatu yang *irrasional* dan *illogis* menjadi sesuatu yang *rasional* dan *logis* agar konseli mampu mengembangkan potensi diri, meningkatkan aktualisasi diri melalui perilaku kognitif dan afektif yang positif.<sup>25</sup>

*Peer counseling* merupakan salah satu layanan konseling yang dianggap cukup efektif karena diberikan oleh teman sebayanya. Seorang individu akan mudah percaya dengan teman sebayanya ketika mereka sudah saling percaya. Oleh karena itu, *peer counseling* dipandang lebih mudah dan efektif untuk

---

<sup>25</sup> Astiti.

membantu masalah konseli yang sulit untuk membangun *trust* dengan konselor ahli.

Adapun tujuan proses *peer counseling* menurut beberapa ahli. Menurut Krumbolt, sebagai berikut:

- 1) Membantu individu lain memecahkan permasalahannya.
  - 2) Membantu individu lain yang mengalami penyimpangan fisik.
  - 3) Membantu individu-individu baru dalam menjalani pekan orientasi individu untuk mengenal sistem dan suasana lingkungan sekitar secara keseluruhan.
  - 4) Membantu individu baru membina dan mengembangkan hubungan baru dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar.
  - 5) Melakukan tutorial dan penyesuaian sosial bagi individu-individu asing.<sup>26</sup>
- c) Langkah-langkah pelaksanaan *peer counseling*

Menurut Erhamwilda ada 4 langkah dalam pelaksanaan *peer counseling* untuk meningkatkan kompetensi interpersonal konselor sebaya, yaitu; 1) Pemilihan dan pelatihan konselor sebaya; 2) Pelaksanaan konseling yang dilakukan oleh konselor sebaya kepada konseli; 3) Konselor sebaya melakukan evaluasi dan follow up dari proses konseling; 4) Konselor ahli menindak lanjuti dan mengevaluasi kegiatan *peer counseling* atau konseling sebaya.<sup>27</sup>

- 1) **Langkah pertama:** Pemilihan dan pelatihan konselor sebaya.

---

<sup>26</sup> Mary Rebeca Regation, *Peer Counseling, A way of Life* (Manila: The Peer Counseling Foundation, 1982), hal. 16.

<sup>27</sup> Erhamwilda, *Konseling Sebaya Alternatif Kreatif layanan bimbingan dan konseling di sekolah*, hal. 96.



Meskipun keterampilan pemberian bantuan dapat dikuasai oleh siapa saja, faktor kesukarelaan dan faktor kepribadian pemberi bantuan (“konselor” sebaya) ternyata sangat menentukan keberhasilan proses *peer counseling*. Oleh karena itu perlu dilakukan pemilihan calon “konselor” sebaya. Pemilihan didasarkan pada tingkat kompetensi calon konselor sebaya dengan melihat hasil belajar, sosiometri, dan angket.<sup>28</sup>

Selain itu konselor sebaya juga memiliki minat untuk membantu, terbuka dan mampu berempati, memiliki disiplin yang baik, dapat diterima orang lain, toleran terhadap perbedaan sistem nilai, energik, memiliki emosi yang stabil, mampu bersosialisasi dan menjadi model yang baik bagi teman-temannya, dan memiliki prestasi belajar yang cukup baik, serta mampu menjaga rahasia.<sup>29</sup>

Setelah pemilihan calon konselor sebaya, konselor ahli melakukan pelatihan dengan memberikan bekal sebagai dasar konseling. Pelatihan ini untuk menumbuhkan sikap dan keterampilan dasar konseling yang meliputi kemampuan berempati, kemampuan melakukan attending, keterampilan bertanya dan keterampilan lainnya.

2) **Langkah kedua:** Pelaksanaan dan pengorganisasian *peer counseling*

Dalam proses pelaksanaan *peer counseling*, konselor sebaya lebih bersifat spontan dan

---

<sup>28</sup> Astiti, “Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa.”, hal. 256.

<sup>29</sup> hardi Prasetiawan, “Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online.”, hal. 13.

informal. Spontan maksudnya interaksi dapat terjadi kapan saja dan dimana saja.<sup>30</sup>

Pelaksanaan *peer counseling* secara sederhana dilakukan beberapa tahap yaitu:

- a) Tahap awal (waktu: 30 menit)
  - i. “Konselor” sebaya mendengarkan secara aktif permasalahan yang disampaikan konseli sebaya.
  - ii. “Konselor” sebaya mengenali dan menetapkan jenis masalah yang dihadapi konseli sebaya.
  - iii. “Konselor” sebaya melakukan penjajakan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah konseli sebaya.
  - iv. “Konselor” sebaya menegosiasikan kontrak dengan konseli sebaya.
- b) Tahap kerja (waktu: 60-120 menit)
  - i. “Konselor” sebaya melakukan empati sambil menjelaskan dan mengeksplorasi masalah empati sambil menjelajahi dan mengeksplorasi masalah yang sedang dihadapi konseli sebaya.
  - ii. “Konselor” sebaya membangun afeksi positif konseli sebaya dalam menghadapi permasalahan seksualitas.
  - iii. “Konselor” sebaya melatih konseli sebaya untuk membiasakan bertindak secara konstruktif dalam menghadapi masalah seksualitas.

<sup>30</sup> Suwarjo, *Model konseling teman-teman sebaya untuk pengembangan daya lentur (Resilience): “studi pengembangan panti sosial asuhan anak propinsi daerah Yogyakarta” di sertai universitas pendidikan Indonesia tidak di*

*terbitkan*, hal. 9-10.

- iv. “Konselor” sebaya menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara.
  - v. “Konselor” sebaya melakukan alih tangan (referral) dan konferensi kasus (case conference) jika diperlukan kepada konselor ahli.
- c) Tahap akhir (waktu: 30 menit)
- i. “Konselor” sebaya menanyakan keadaan konseli sebaya tentang pikiran dan perasaannya setelah menjalani konseling sebaya.
  - ii. “Konselor” sebaya menanyakan manfaat yang didapat dari konseling sebaya.
  - iii. “Konselor” sebaya bersama konselor ahli mengamati perubahan sikap positif konseli sebaya dalam menghadapi masalah perilaku seksual yang dialaminya.<sup>31</sup>
- 3) **Langkah ketiga:** konselor sebaya melakukan evaluasi
- a) Membuat laporan tertulis terkait pengalaman dan perasaannya menjadi konselor sebaya.
  - b) Pengamatan terhadap perubahan pada konseli.
  - c) Berdiskusi tentang perubahan sikap konseli.
  - d) Konselor sebaya berkonsultasi kepada guru bimbingan konseling.
- 4) **Langka keempat:** Konselor ahli menindak lanjuti dan mengevaluasi kegiatan *peer counseling* atau konseling sebaya
- a) Konselor ahli meminta konselor sebaya untuk menyampaikan laporan secara tulisan maupun

---

<sup>31</sup> Astiti, “Efektivitas Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa.”

lisan secara berkala misal tiga minggu sekali atau sebulan sekali.

- b) Mengamati perubahan yang terjadi pada konseli.
- c) Memberikan format isian terkait pengalaman konseli setelah proses konseling selesai. Mengisi lembaran format isian bertujuan untuk memantau kegiatan konseling, mendorong konselor mempraktekkan ilmunya, dan sebagainya.
- d) Prinsip dalam *peer counseling*

Dalam proses *peer counseling* dimana peran konselor ahli dipegang oleh teman sebaya konseli. Oleh karena itu, ada beberapa prinsip yang dapat dilakukan sebagai berikut:

- 1) Informasi (termasuk masalah) yang dibahas dalam pertemuan konseling sebaya adalah rahasia. Setiap informasi yang disampaikan oleh konseli menjadi rahasia kelompok, atau rahasia sesama teman, dan tidak boleh dibagikan kepada siapa pun.
- 2) Menghormati harapan, hak-hak, nilai-nilai dan keyakinan-keyakinan “konseli”.
- 3) Dalam pertemuan tidak ada penilaian mengenai konseli.
- 4) Proses konseling konselor sebaya tidak diperkenankan memberikan nasihat, akan tetapi wajib memberikan informasi.
- 5) Konseli bebas untuk membuat pilihan, dimana, dan kapan akan mengakhiri pertemuan konseling.
- 6) *Peer counseling* dilakukan atas dasar kesetaraan.
- 7) Setiap saat “konseli” membutuhkan dukungan yang tidak dapat dipenuhi melalui konseling

sebaya, dia di alih tangankan kepada konselor ahli, lembaga, atau organisasi yang lebih tepat.

- 8) Kapanpun membutuhkan, “konseli” memperoleh informasi yang jelas tentang konseling sebaya, tujuan, proses, dan teknik yang digunakan dalam konseling sebaya sebelum mereka memanfaatkan layanan tersebut.<sup>32</sup>

e) Teknik dan Keterampilan Konselor Sebaya

Menurut Aldag, dalam proses *peer counseling* memakai teori *Family Health* yang mengemukakan asumsi dan pengembangan dari konselor sebaya yaitu sebagai berikut:<sup>33</sup>

- 1) *Attending*. Perilaku *attending* disebut juga perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan. Contoh: kepala; melakukan anggukan jika setuju, ekspresi wajah; tenang, ceria, senyum.
- 2) *Empathizing*. Keterampilan atau teknik yang digunakan konselor untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif, sehingga klien bebas mengekspresikan atau mengungkapkan pikiran, perasaan, ataupun tingkah lakunya.
- 3) *Summarizing*. Keterampilan konselor untuk mendapatkan kesimpulan atau ringkasan mengenai apa yang telah dikemukakan oleh konseli.

---

<sup>32</sup> Rimayanti Kusmilah, *Model Peer Counseling dalam Mengatasi Problematika Remaja Akhir* (Yogyakarta: FIP UNY, 2001).

<sup>33</sup> Aldag, “*Developing Peer Helping Program And Testing Effectiveness*”. *Thesis of middle east technical University* (Social Sciences of Middle East Technical University: Thesis of middle east technical University., 2005).

- 4) *Questioning*. Teknik mengarahkan pembicaraan dan memberikan kesempatan pada konseli untuk mengolaborasi, mengeksplorasi atau memberikan jawaban dari berbagai kemungkinan sesuai dengan keinginan konseli dan bersifat mendalam Psikologi konseling.
- 5) *Directing* (Mengarahkan). Yaitu teknik untuk mengajak dan mengarahkan klien melakukan sesuatu. Misalnya menyuruh klien untuk bermain peran dengan konselor atau menghayalkan sesuatu.
- 6) *Assertiveness* (Asertif). Asertif merupakan hak setiap individu untuk mengungkapkan perasaan, pendapat, dan apa yang diyakini terhadap ketidakmampuannya dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.
- 7) *Confrontation* (Konfrontasi). Suatu teknik konseling yang menantang klien untuk melihat adanya diskrepansi (perbedaan) atau inkonsistensi antara perkataan dan bahasa badan (perbuatan), ide awal dengan ide berikutnya, senyuman, dengan kepedihan, dan sebagainya.
- 8) *Problem Solving* (Pemecah masalah). Satu teknik yang juga dimiliki oleh konselor yakni menjadi pemecah masalah dan penawar solusi. Konselor ahli perlu memberikan bimbingan kepada konselor sebaya untuk memberikan tawaran solusi kepada konseli.

## 2. *Self-Disclosure*

### a. Pengertian *Self-disclosure*

Menurut bahasa *Self* berarti diri sendiri, sedangkan *closure* berarti penutupan, pengakhiran. Sehingga *disclosure* berarti terbuka atau keterbukaan. *Self-disclosure* merupakan suatu proses komunikasi

interpersonal dimana seseorang bersedia mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain.

*Self disclosure* merupakan pengungkapan diri atau keterbukaan diri. Menurut Wrightsman, *self disclosure* adalah proses penyampaian diri yang diwujudkan dalam bentuk pengungkapan perasaan dan informasi kepada orang lain.<sup>34</sup> Menurut DeVito menjelaskan *self disclosure* merupakan suatu bentuk komunikasi dalam rangka menyamakan informasi tentang diri kepada orang lain yang biasanya tidak pernah diungkapkan sebelumnya.<sup>35</sup>

Menurut Wheelless, *self disclosure* didefinisikan sebagai suatu kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain secara lisan pada suatu kelompok kecil. Sedangkan menurut Person, *self disclosure* dianggap sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi pribadi kepada orang lain secara sukarela dan sejenak.<sup>36</sup>

Menurut Marton, *self disclosure* merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain, informasi didalam pengungkapan diri (*self disclosure*) bersifat deskriptif dan evaluatif. Deskriptif yang artinya individu melukiskan berbagai fakta mengenai diri sendiri yang mungkin belum diketahui oleh pendengar seperti jenis kelamin, jenis pekerjaan, alamat dan usia. Sedangkan evaluatif artinya

---

<sup>34</sup> Tri Dayaksini, *Psikologi Sosial* (Malang: UMM Press, 2009), hal. 104.

<sup>35</sup> J. A. DeVito, *Komunikasi antar manusia (Ed.5)* (Jakarta: Professional Books, 2010), hal.71.

<sup>36</sup> M. B. Gainau, "Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling," *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 1, 33 (2009), hal. 96.

individu mengemukakan pendapat atau perasaan pribadinya seperti tipe orang yang disukai atau hal-hal yang disukai atau dibenci.<sup>37</sup>

Menurut Altman dan Taylor, *self disclosure* dapat menimbulkan rasa suka jika langkah-langkahnya dijaga sebaik mungkin. Tahap-tahap yang harus dilakukan dalam proses *self disclosure* sebaiknya dilakukan secara lebih perlahan agar kedua pihak tidak merasa terancam.<sup>38</sup>

Yang dimaksud *self disclosure* dalam penelitian adalah proses menghadirkan diri sendiri kepada orang lain secara terbuka yang diwujudkan dengan kegiatan membagi informasi perilaku, mengungkapkan ide, perasaan dan informasi yang belum diketahui oleh orang lain.

Pada persoalan yang dihadapi konseli, konseli merasa kurang percaya diri dikarenakan kondisi yang tidak sempurna, maka dari itu peneliti menggunakan *self disclosure* diharapkan konseli lebih percaya diri untuk memberi informasi pribadinya kepada konselor maupun orang lain.

#### b. Faktor-faktor *Self-disclosure*

Dalam pengungkapan diri tidak semua individu mampu melakukan dengan baik, ada beberapa faktor yang mendorong individu untuk melakukannya. Menurut Magno, ada lima faktor yang mendorong individu melakukan *self disclosure*, yaitu:<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> Tri Dayaksini, hal. 104.

<sup>38</sup> Sears, David O, *Psikologi Sosial*.

<sup>39</sup> Arifianti Fajar Jayanti, "Self-Disclosure pada Remaja yang Mengalami Ketunadaksaan Karena Kecelakaan," *Jurnal. Universitas Gunadarma* 3 (2010).



1) *Beliefs* (kepercayaan)

Faktor kepercayaan merupakan faktor yang berisi pengungkapan kepercayaan pada agama, mengungkapkan faktor kepercayaan individu dengan berbagai pemikiran dan emosi yang dialami terkait dengan kepercayaannya, berbagai persepsi, dan pandangan spiritualnya.

2) *Relationships* (hubungan)

Faktor hubungan merupakan faktor yang menggambarkan hubungan individu tersebut dengan teman atau sesama.

3) *Personal matters* (masalah pribadi)

Faktor masalah pribadi (*Personal matters*) merupakan faktor yang berisikan tentang pengungkapan yang bersifat rahasia, pengungkapan sikap seseorang ataupun persoalan pribadi

4) *Interest* (minat atau ketertarikan)

Faktor minat atau ketertarikan merupakan faktor yang berisikan tentang pengungkapan terhadap selera dan minat terhadap sesuatu.

5) *Intimate feelings* (perasaan yang intim)

Faktor ini berisikan pengungkapan tentang perasaan-perasaan mengenai diri sendiri, perasaan terhadap masalah yang dihadapi, perasaan cinta, kesuksesan, dan kefrustasian.

Berbeda dengan Sears, menurutnya ada dua faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri, yaitu:

1) Rasa suka

Orang akan mengungkapkan dirinya pada pasangannya. Dan individu menyukai orang yang dapat mengungkapkan diri pada waktu yang tepat.

## 2) Timbal balik

Individu akan mengungkapkan dirinya ketika lawan bicara mampu mengungkapkan diri dengan baik dalam tingkat yang setara dengan dirinya.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi individu melakukan *self disclosure* atau pengungkapan diri adalah rasa suka, kepercayaan, hubungan, dan masalah pribadi.

### c. Aspek-aspek *Self-disclosure*

*Self disclosure* merupakan tindakan individu dalam menyamakan informasi kepada orang lain yang bersifat pribadi dengan tujuan tertentu. Menurut Johnson, *self disclosure* memiliki beberapa aspek yaitu:

- 1) Keberanian mengambil resiko. Dalam hal ini keberanian mengambil resiko berhubungan dengan keberanian untuk membuka semua informasi tentang dirinya kepada orang lain.
- 2) Rasa aman, individu merasa nyaman dan rileks dalam berkomunikasi ketika menyampaikan informasi tentang dirinya kepada orang lain dan tidak disembunyikan terus menerus.
- 3) Kejujuran, *self disclosure* merupakan perilaku individu mengungkapkan diri secara jujur dan apa adanya, dengan tujuan tertentu sehingga ketika informasi itu tidak disampaikan dengan jujur maka akan berkurang maknanya.<sup>40</sup>

Dari uraian diatas, dapat diketahui bahwa *self disclosure* memiliki beberapa aspek yaitu, keberanian

---

<sup>40</sup> Arifianti Fajar Jayanti., hal.12.

menyampaikan informasi pribadi, adanya rasa aman, dan kejujuran dalam menyampaikan informasi kepada orang lain.

d. Tingkatan *Self-disclosure*

Menurut Supratiknya,<sup>41</sup> proses hubungan interpersonal dalam pengungkapan diri ada beberapa tingkatan sebagai berikut:

- 1) Basa-basi, merupakan taraf pengungkapan diri yang paling lemah dan dangkal walaupun terdapat keterbukaan diantara individu tetapi tidak terjadi hubungan antar pribadi.
- 2) Membicarakan orang lain yang diungkapkan dalam komunikasi hanyalah tentang orang lain atau hak-hak yang di luar dirinya. Walaupun pada tingkat ini komunikasi lebih mendalam tetapi pada tingkat individu tidak mengungkapn diri.
- 3) Menyatakan gagasan atau pendapat sudah mulai di jalin hubungan yang erat. Individu mulai mengungkapkan dirinya kepada individu lain.
- 4) Perasaan. Setiap individu dapat memiliki gagasan atau pendapat yang sama tetapi perasaan atau emosi yang menyertai gagasan setiap individu dapat berbeda. Setiap hubungan yang mengungkapkan peretemuan antar pribadi haruslah atas hubungan yang jujur, terbuka dan menyarankan perasaan-perasaan yang mendalam.
- 5) Hubungan puncak. Pengungkapan diri telah dilakukan secara mendalam, individu yang menjalin hubungan antar pribadi dapat

---

<sup>41</sup> Tri Dayaksini, *Psikologi Sosial*.

menghayati perasaan yang di alami individu lainnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat dijelaskan bahwa *self disclosure* dalam penelitian ini adalah proses penyampaian diri yang diwujudkan dalam bentuk pengungkapan perasaan dan informasi kepada orang lain. Informasi yang disampaikan merupakan informasi yang belum diketahui oleh orang lain dengan tujuan tertentu.

e. Dimensi *Self-disclosure*

Menurut Pearson menjelaskan komponen atau dimensi dari *self disclosure*,<sup>42</sup> yaitu:

1) Jumlah informasi yang diungkapkan

*Self disclosure* dan jumlah informasi yang diungkap antar individu memiliki kadar yang berbeda, ketika melakukan *self disclosure* ini harus bersifat timbal balik (reciprocal). Pola timbal balik ini harus stabil dan mungkin dapat terjalin dalam lima menit pertama dari percakapan (interaksi). Ada beberapa orang yang memberikan informasi pribadi, sosial, karir dan pendidikan, namun ada beberapa orang yang relatif tidak memberikan informasi

2) Sifat dasar yang positif atau negatif

*Self disclosure* yang bersifat positif biasanya menyangkut pernyataan tentang seseorang yang dapat dikategorikan sebagai sanjungan atau pujian. Sedangkan yang negatif biasanya tentang pernyataan yang berkaitan

---

<sup>42</sup> Arifianti Fajar Jayanti, "Self-Disclosure pada Remaja yang Mengalami Ketunadaksaan Karena Kecelakaan," *Jurnal*, Universitas Gunadarma., 2010.

dengan kritikan seseorang negatif atau jelek pada dirinya.

3) Kedalaman *self disclosure*

*Self disclosure* dapat bersifat dalam (hangat) atau dangkal. Bersifat dangkal biasanya dalam hal ini individu hanya melakukan mengungkapkan diri secara umum dan bersifat kurang intim seperti hobi, jenis pekerjaan/sekolah, agama. Bersifat dalam (hangat) individu biasanya mengungkapkan informasi yang berkaitan dengan pikiran, masalah yang dialami, menceritakan tujuan hidup, dan keinginan keinginannya.

4) Waktu *self disclosure*

Lamanya waktu yang dibutuhkan individu untuk dapat bercerita kepada orang lain. Waktu *self disclosure* berkaitan dengan keintensifan menggunakan waktu dengan seseorang maka proses *self disclosure* cenderung akan lebih meningkat. Situasi dan kondisi yang tepat juga cenderung dapat membuat orang lebih terbuka dengan orang lain.

5) Lawan bicara

Lawan bicara merupakan individu yang akan dituju untuk melakukan *self disclosure*. Biasanya orang-orang ini merupakan orang yang terdekat atau orang yang sudah dikenal dengan baik. Lawan bicara yang dituju biasanya dilakukan dengan orang tua, dengan suami atau istri, dengan pacar, atau dengan teman yang berjenis kelamin sama.

Menurut Jourard,<sup>43</sup> *self disclosure* memiliki tiga dimensi yaitu meliputi dimensi keluasan, kedalaman, dan target atau sasaran. Dimensi keluasan pada *self disclosure* mengacu pada informasi yang diungkapkan dan dijabarkan dalam enam kategori yaitu:

- a) Sikap atau opini
- b) Selera dan minat
- c) Pekerjaan dan pendidikan.
- d) Fisik
- e) Keuangan
- f) Kepribadian

Sedangkan dimensi kedalaman *self disclosure* mengacu pada empat tingkatan yaitu:

- a) Tidak pernah bercerita kepada orang lain tentang aspek diri
- b) Bericara didepan umum
- c) Berbicara secara penuh dan mendetail
- d) Berbohong atau salah mengartikan aspek diri.

Sedangkan untuk dimensi target atau sasaran dalam *self disclosure* terdiri atas lima orang yaitu:

- a) Ayah
- b) Ibu
- c) Teman pria
- d) Teman wanita
- e) Pasangan

---

<sup>43</sup> M. S. Jourard, *The Transparant Self: Self Disclosure and Well-Being*, hal.127.

### 3. Tuna daksa

#### a. Pengertian tuna daksa

Menurut Musjafak Assjari, istilah tuna daksa berasal dari kata “tuna” yang berarti rugi, kurang. Dan “daksa” yang berarti tubuh.<sup>44</sup> Dapat didefinisikan tuna daksa adalah individu yang mengalami keadaan cacat, hambatan, kerugian pada jasmani, syaraf penggerak atau motorik, anggota gerak yang memerlukan pengobatan untuk meluruskan anggota gerak atau tulang punggung yang tidak lurus atau salah bentuk.<sup>45</sup>

Menurut Santoso, tuna daksa merupakan kelainan yang meliputi cacat tubuh atau kerusakan tubuh, kelainan fisik atau kecacatan fisik pada kesehatan kelainan atau kerusakan yang disebabkan oleh kerusakan otak dan saraf tulang belakang.<sup>46</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tuna daksa adalah kondisi cacat tubuh, cacat fisik, hambatan pada syaraf penggerak atau motorik yang membutuhkan pengobatan khusus.

#### b. Penyebab tuna daksa

Menurut Mumpuniarti,<sup>47</sup> penyebab-penyebab terjadinya ketuna daksaan ditinjau dari asal faktornya yaitu:

##### 1) Faktor yang berasal dari dalam (intern)

Termasuk faktor ini adalah faktor keturunan (genetis), faktor kromosoma, faktor RH (Rhesus factor).

---

<sup>44</sup> Musjafak Assjari, *Ortopedagogik Anak Tuna Daksa* (Bandung: Depdikbud RI, 1995), hal.37.

<sup>45</sup> Mumpuniarti, *Pendidikan Anak Tuna Daksa* (Yogyakarta: PLB FIP, 2001), hal. 30.

<sup>46</sup> Somantri Sujihati, *Psikologi Anak Luar Biasa* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), hal.72.

<sup>47</sup> Mumpuniarti, *Pendidikan Anak Tuna Daksa*.

2) Faktor yang berasal dari luar (ekstern)

- a) Faktor gizi yang kurang sewaktu anak masih dalam kandungan.
- b) Faktor kejiwaan dari ibu sewaktu anak masih dalam kandungan.
- c) Berbagai macam penyakit yang didapatkan selama masih dalam kandungan atau sesudah lahir (masa kanak-kanak) seperti : virus Rubeola, penyakit kotor, Polio, TBC tulang dan persendian, *Meningitis* dan *Encephaliti*.
- d) Berbagai macam zat kimia yang terbawa oleh makanan dan minuman pada waktu ibu mengandung anak
- e) Berbagai macam kecelakaan
- f) Berbagai macam radiasi, sinar tembus (rontgen), atau sinar yang mengandung ion lainnya.

c. Klasifikasi tuna daksa

Tuna daksa dapat diklasifikasikan menjadi beberapa macam. Tingkat gangguan tuna daksa menurut Musjafak Assjari dapat di klasifikasikan menjadi tiga, yaitu:<sup>48</sup>

1) Ringan

Pada kategori ringan seseorang yang memiliki keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisik namun dapat ditingkatkan melalui terapi.

2) Sedang

Pada kategori sedang seseorang memiliki keterbatasan secara motorik dan mengalami gangguan koordinasi sensorik.

3) Berat

---

<sup>48</sup> Djadja Rahardja, "Pendidikan Luar Biasa dalam Perspektif."



Kategori berat adalah mereka yang memiliki keterbatasan penuh dalam melakukan aktivitas fisik dan tidak mampu mengontrol gerakan fisik.

#### **4. Kecemasan Memilih Pasangan**

##### **a. Pengertian Kecemasan**

Kecemasan merupakan suatu keadaan perasaan (mood) yang ditandai dengan gejala-gejala jasmaniah seperti gejala fisik, gejala afektif, gejala kognitif, dan kekhawatiran tentang masa depan. Dalam kamus lengkap psikologi, *anxiety* (kecemasan) diartikan sebagai perasaan campur yang berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut, rasa takut kekhawatiran kronis pada tingkat ringan, kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan meluap-luap, dan satu dorongan sekunder mencakup suatu reaksi penghindaran yang dipelajari.<sup>49</sup>

Menurut Atkinson, kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, ketakutan, dan keprihatinan dan rasa takut yang kita alami dalam tingkat yang berbeda, bilamana individu menyadari ada hal-hal yang tidak berjalan dengan baik sesuai dengan harapannya maka hal tersebut menimbulkan kecemasan.<sup>50</sup>

Menurut Az-Zahrani, kecemasan merupakan kondisi kejiwaan yang dipenuhi dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang mungkin terjadi baik

---

<sup>49</sup> J. P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2000).

<sup>50</sup> Richard C Atkinson Rita L Atkinson dan Ernest R Hilgard, *Pengantar Psikologi*, (diterjemahkan oleh Dr. Wijaya Kusuma) (Jakarta: Interkasara Publisher, 2010).

berkaitan dengan permasalahan yang terbatas maupun hal-hal yang aneh, emosi seperti sedih dan sakit akan hilang ketika penyebabnya hilang, namun tidak dengan kecemasan.<sup>51</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, kecemasan merupakan kondisi kejiwaan yang ditandai dengan rasa khawatir, rasa takut yang berlebihan akan sesuatu yang belum terjadi di masa yang akan datang.

b. Aspek-aspek Kecemasan

Menurut Shah membagi kecemasan menjadi tiga aspek, yaitu:<sup>52</sup>

- 1) Aspek fisik, seperti pusing, sakit kepala, tangan mengeluarkan keringat, menimbulkan rasa mual pada perut, mulut kering, grogi, dan lain-lain.
- 2) Aspek emosional, seperti timbulnya rasa panik dan rasa takut.
- 3) Aspek mental atau kognitif, timbulnya gangguan terhadap perhatian dan memori, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berpikir, dan bingung.

Kemudian menurut Ivi Marie Blackburn & Kate M. Davidson<sup>53</sup> membagi analisis fungsional gangguan kecemasan, diantaranya:

- 1) Suasana hati, diantaranya: kecemasan, mudah marah, perasaan sangat tegang.
- 2) Pikiran, diantaranya: khawatir, sukar berkonsentrasi, pikiran / kosong, membesar-

---

<sup>51</sup> Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi* (Jakarta: Gema Insani, 2005).

<sup>52</sup> Rini Risnawita M. Nur Ghufon, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014).

<sup>53</sup> Kate M. Davidson Ivi Marie Blackburn, *Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan Suatu Petunjuk Bagi Praktisi* (Semarang: IKIP Semarang Press, 1994).

- besarkan ancaman, memandang diri sebagai sangat sensitif, dan merasa tidak berdaya.
- 3) Motivasi, diantaranya: menghindari situasi, ketergantungan tinggi, dan ingin melarikan diri.
  - 4) Perilaku, diantaranya: gelisah, gugup, kewaspadaan yang berlebihan.
  - 5) Gejala biologis, diantaranya: gerakan otomatis meningkat, seperti berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, dan mulut kering.
- c. Kecemasan memilih pasangan

Salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal adalah memilih pasangan hidup, apabila tugas ini belum terpenuhi hambatan dalam pencapaian tugas perkembangan selanjutnya. Dalam agama islam sudah diatur pedoman seorang muslim dalam memilih pasangan diantaranya:

- 1) Agamanya, memilih istri karena agamanya adalah jaminan utama bagi pendidikan dan pertumbuhan anak-anak dengan pertumbuhan yang baik. Begitu pula dengan memilih suami karena agamanya adalah jaminan bagi kesalihan dan tanggung jawab istri.
- 2) Keturunannya, dalam pernikahan memiliki nasab yang baik sebab jika memiliki nasab yang baik itu secara tidak langsung akan mempunyai perilaku yang baik juga.
- 3) Ketampanan atau kecantikannya, seorang wanita akan menyenangkan hati seorang laki-laki saat dipandang, dan menjaga pandangan sang suami kepada wanita lainnya begitu juga sebaliknya untuk seorang laki-laki.

Pada saat ini kerikteria dalam memilih pasangan yang paling mendasar adalah bentuk fisik dan penampilan yang menarik. Salah satu yang membuat

bentuk fisik yang kurang menarik itu adalah bentuk fisik yang tidak sempurna atau memiliki kecacatan di tubuh seseorang, sehingga hal ini menjadi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dapat berpengaruh khususnya pada wanita dewasa awal.

Penampilan fisik merupakan dasar dari segala-galanya. Jadi, ketika seseorang memiliki tubuh yang tidak sempurna hal ini dapat menjadikan seseorang mengalami kecemasan dalam memilih pasangan sebagai tugas perkembangan di masa dewasa awal. Utamanya pada wanita karena pada umumnya wanita lebih peduli terhadap penampilan fisik dibanding dengan laki-laki.

Menurut Pangesti, kecemasan memilih pasangan hidup merupakan perwujudan dari berbagai perasaan baik secara fisik maupun psikis seperti perasaan takut, khawatir, gelisah, tegang, dan kurang percaya diri dalam kaitannya dengan memperoleh pasangan hidup sebagai tempat berbagi dan pemenuhan kebutuhan biologis maupun psikologisnya.<sup>54</sup>

Dari uraian di atas, dapat dijelaskan kecemasan memilih pasangan dalam penelitian adalah bentuk perilaku seseorang yang berupa khawatir, gelisah, tegang dan kurang percaya diri dalam hal memilih pasangan yang terbaik untuk dirinya. Kecemasan ini terjadi karena adanya kekurangan fisik atau cacat fisik pada diri seseorang.

---

<sup>54</sup> Yuliana, "Corona Virus Disease (Covid-19): Sebuah Tinjauan Literatur," *Wellness and Healthy Magazine*, 2, no. 1 (2020).

## B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang telah peneliti amati, maka penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Skripsi. Eva Yuni Nursita. Dengan judul *Peer Counseling Dengan Teknik Self Disclosure Dalam Menumbuhkan Keterampilan Sosial Lansia Di Griya Palang Merah Indonesia (Pmi) Kota Surakarta*.
  - Persamaan  
Persamaan yang dilakukan peneliti dengan penelitian di atas adalah sama-sama menggunakan *Peer Counseling Dengan Teknik Self Disclosure* dalam menyelesaikan suatu masalah.
  - Perbedaan  
Perbedaan dengan penelitian di atas adalah peneliti menggunakan kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa sebagai subjek penelitian.
2. Jurnal. Shofi Puji Astiti. Dengan judul “*Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) dalam Menuntaskan Masalah Siswa*”.
  - Persamaan  
Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian di atas adalah sama-sama menggunakan *Peer Counseling* sebagai media dalam mengatasi suatu masalah
  - Perbedaan  
Perbedaan dengan penelitian di atas adalah peneliti menggunakan mahasiswa tuna daksa sebagai subjek penelitian, sedangkan penelitian di atas menggunakan siswa sebagai subjek penelitian.
3. Skripsi. Delan Setyawan. Dengan judul “*Self Disclosure Pada Remaja Tuna Daksa Dari Lahir*”.
  - Persamaan

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian di atas adalah sama-sama menggunakan teknik *Self Disclosure* dalam mengatasi masalah. Dan menggunakan penyandang tuna daksa sebagai subjek penelitian

- Perbedaan

Perbedaan dengan penelitian di atas adalah peneliti fokus pada masalah yang sedang dialami mahasiswa tuna daksa sejak lahir yaitu kecemasan dalam memilih pasangan.

4. Jurnal. Vania Utami. Dengan judul “*Hubungan Harga Diri Dengan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Pada Perempuan Dewasa Awal*”.

- Persamaan

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian di atas adalah sama-sama menggunakan kecemasan memilih pasangan sebagai subjek yang diteliti.

- Perbedaan

Perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penelitian di atas menggunakan pendekatan kuantitatif yang menghubungkan tingkat kepercayaan diri dengan kecemasan memilih pasangan.

5. Jurnal. Yeny Trianawati. Dengan judul “*Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Dalam Menjalin Hubungan Lawan Jenis Pada Perempuan Dewasa Awal*”.

- Persamaan

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian di atas adalah sama-sama menggunakan kecemasan sebagai subjek yang diteliti.

- Perbedaan  
Perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah penelitian di atas menggunakan pendekatan kuantitatif, yang menjelaskan hubungan penerimaan diri dengan tingkat kecemasan.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode atau metodologi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari proses berfikir, analisis, berfikir serta cara mengambil kesimpulan yang tepat, dilengkapi dengan penelitian dan observasi.<sup>55</sup> Metode penelitian yang digunakan peneliti adalah kualitatif, pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang digunakan untuk menyelidiki, menemukan, menggambarkan, dan menjelaskan kualitas dari pengaruh sosial yang tidak dapat dijelaskan, diukur, diuraikan melalui pendekatan kuantitatif.<sup>56</sup>

Menurut Bogdan dan Taylor pendekatan kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang tertentu dan perilaku yang diamati.<sup>57</sup> Pendekatan kualitatif diharapkan mampu menghasilkan suatu uraian yang mendalam mengenai ucapan, tulisan, dan tingkah laku yang dapat diamati dari suatu individu, kelompok, masyarakat, organisasi tertentu yang dikaji dari sudut pandang yang utuh, komprehensif dan holistik.<sup>58</sup>

Adapun jenis penelitian kualitatif ini secara spesifik diarahkan pada penggunaan metode studi kasus. Studi kasus merupakan uraian dan penjelasan komprehensif mengenai

---

<sup>55</sup> Sapari Imam Asy'ari, *Suatu Petunjuk Praktis Metode Penelitian* (Surabaya: Usaha Nasional, 1981).

<sup>56</sup> Saryono, *Metodologi Penelitian di Bidang Kesehatan* (Yogyakarta: NuhaMedika, 2010).

<sup>57</sup> Lexy J Moleong, *Meodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007).

<sup>58</sup> Beni Ahmad Saebeni, *Metode Penelitian* (Bandung: Pustaka Setia, 2008).



beberapa aspek individu, kelompok, atau organisasi (komunitas), suatu program atau suatu situasi sosial.<sup>59</sup> Menurut Nasution S, studi kasus merupakan bentuk penelitian yang mendalam mengenai suatu aspek lingkungan sosial yang terdapat manusia didalamnya.

Dalam penelitian ini peneliti berusaha memahami serta memaknai setiap kejadian yang terjadi pada subjek penelitian dalam rangka menggali informasi tentang kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

## **B. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian adalah tempat dimana peneliti mendapatkan informasi mengenai data yang dibutuhkan dalam proses penelitian. Adapun tempat atau lokasi penelitian ini di rumah konseli Desa Randuboto Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik Jawa Timur. Sesuai kesepakatan antara peneliti dengan objek penelitian. Desa Randuboto dipilih peneliti karena dekat dengan rumah peneliti, mengingat pandemi Covid-19 yang tak kunjung membaik.

## **C. Jenis dan Sumber Data**

Data adalah keterangan mengenai suatu hal yang sudah sering terjadi dan berupa himpunan fakta, angka, grafik, table, gambar, lambang, kata, huruf-huruf yang menyatakan sesuatu pemikiran, objek, serta kondisi dan situasi. Adapun jenis data dalam penelitian ini adalah:

### **1. Data Primer**

Data primer adalah data yang diperoleh dari sumber data pertama atau tangan pertama dilapangan. Sumber data ini bisa responden atau subjek riset, dari hasil pengisian kuesioner, wawancara, observasi. Dalam

---

<sup>59</sup> Deddy Mulyana, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Permata Rosdakarya, 2010).

analisis isi, data primernya adalah isi komunikasi yang diteliti. Karena itu sumber datanya berupa dokumentasi. Data primer ini termasuk data mentah yang harus diproses lagi sehingga menjadi informasi yang bermakna.

60

Dalam penelitian ini yang dimaksud data primer yaitu Catatan hasil wawancara, Hasil observasi lapangan, Data-data mengenai informan yang dikemudian menjadi latar belakang dan masalah sedang klien hadapi, pelaksanaan proses dan dampak perilaku pada klien serta hasil akhir pelaksanaan konseling.

## 2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang didapat dari sumber-sumber bacaan dan sumber lain yang terdiri dari catatan harian konseli. Selain itu juga data sekunder bisa didapatkan dari beberapa literasi seperti jurnal, buku bacaan, maupun hasil studi, hasil survey, dan sebagainya.

Dalam hal ini data sekunder adalah buku-buku referensi yang diperlukan atau yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan.

Untuk mendapatkan data penelitian, maka peneliti harus mendapatkan keterangan informasi dari klien, yang dimaksud dari sumber data adalah subyek darimana data diperoleh.

### 1. Sumber data Primer

Sumber data primer yaitu, data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti dari sumber pertamanya melalui interview, observasi, dan instrument yang khusus dirancang sesuai dengan tujuannya. Adapun yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini adalah konseli itu sendiri.

---

<sup>60</sup> Rachmat Kriyantono, *Teknis Praktis Riset Komunikasi* (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2010).

## 2. Sumber data Sekuder

Sumber data sekunder yaitu, data yang didapatkan dari orang lain sebagai data pendukung untuk melengkapi data yang diperoleh peneliti dari sumber data primer. Sumber ini dapat diperoleh dari significant other. Significant other tersebut adalah orangtua, guru, dan teman sekolah subyek.

### **D. Tahap-Tahap Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga tahapan dalam penelitian, diantaranya: tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap analisa data. Untuk lebih jelasnya peneliti akan menguraikan tiap-tiap tahapan sebagai berikut:

#### 1. Tahap pra lapangan

Pada tahap ini peneliti menyusun rancangan penelitian, yang sebelumnya peneliti sudah membaca fenomena yang ada dilinggungan sekitar peneliti untuk dijadikan sebagai objek penelitian dan memilih satu permasalahan yang peneliti anggap perlu untuk diteliti, menyiapkan pedoman wawancara, alat tulis, dan alat penunjang dalam penelitian.

#### 2. Tahap kerja lapangan

Uraian tentang tahap pekerjaan lapangan dibagi atas tiga bagian yaitu, peneliti memahami penelitian, mempersiapkan diri untuk memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data yang ada di lapangan. Di sini peneliti menindaklanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang dapat diteliti dengan cara mengumpulkan data-data hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan.<sup>61</sup>

---

<sup>61</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D* (Bandung: Elfabeta, 2007).

### 3. Tahap penyelesaian

Pada tahap ini, Peneliti akan mengelompokkan hasil data yang didapat berdasarkan fokus penelitian sejak awal. Selanjutnya peneliti melakukan analisis data tersebut secara kualitatif. peneliti menganalisa data yang telah didapatkan dari lapangan yakni dengan menggambarkan atau menguraikan masalah yang ada sesuai dengan kenyataan.

Di sini peneliti menindaklanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang dapat diteliti dengan cara mengumpulkan data-data hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan. Analisis data mencakup menguji, menyeleksi, menyortir, mengategorikan, mengevaluasi, membandingkan, dan merenungkan data yang telah direkam, juga meninjau kembali data mentah dan terekam.<sup>62</sup>

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Observasi

Observasi (pengamatan) adalah teknik atau cara pengumpulan data untuk mengamati suatu kegiatan, perilaku atau perbuatan yang sedang dilakukan oleh subjek. Data yang dikumpulkan berupa fakta-fakta tentang perilaku dan aktivitas yang dapat diamati atau yang nampak dari luar, sedangkan aktivitas yang tidak tampak tidak dapat diperoleh melalui observasi.<sup>63</sup>

Dengan pengamatan peneliti dapat melihat kejadian sebagaimana subyek yang diamati mengalaminya, menangkap, merasakan fenomena sesuai pengertian

---

<sup>62</sup> Almanshur Fauzan Ghony Djunaidi, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012).

<sup>63</sup> Mukhlisah, *Bimbingan dan Konseling* (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014).

subyek dan obyek yang diteliti. Observasi yang dilakukan oleh seorang peneliti dapat menggunakan alat bantu seperti alat perekam ataupun berupa catatan harian, daftar cek, dan sebagainya yang berfungsi agar semua aktivitas pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dapat terekam dengan maksimal dan memudahkan peneliti dalam menyusun laporan/mengolah data. Observasi digunakan untuk memperoleh data meliputi observasi perilaku, kegiatan dan lingkungan sosial klien.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah teknik untuk mengumpulkan informasi melalui komunikasi langsung dengan responden. Adapaun kelebihanannya adalah sebagai berikut : merupakan teknik yang paling tepat untuk mengungkapkan keadaan pribadi objek secara mendalam; dapat dilakukan terhadap segala tingkatan umur; dapat diselenggarakan serempak dengan observasi; digunakan untuk melengkapi data dari hasil pengamatan dengan teknik penelitian yang lain.<sup>64</sup>

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi diartikan sebagai suatu catatan tertulis/gambar yang tersimpan tentang sesuatu yang sudah terjadi. Teknik pengumpulan data dokumentasi bertujuan untuk menggali data-data masa lampau secara sistematis dan objektif.<sup>65</sup>

Dokumentasi tak terbatas pada ruang dan waktu sehingga memberi peluang kepada peneliti untuk mengetahui halhal yang pernah terjadi untuk penguat data observasi dan wawancara dalam memeriksa keabsahan data, membuat interpretasi dan penarikan kesimpulan.

---

<sup>64</sup> Mukhlisah.

<sup>65</sup> Rachmat Kriyantono, *Teknis Praktis Riset Komunikasi*.

## **F. Teknik Validitas Data**

Validitas data penelitian kualitatif terletak pada waktu peneliti turun lapangan mengumpulkan data dan sewaktu proses analisis data. Validitas data yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah metode analisis triangulasi sumber data. Analisis triangulasi sumber data adalah metode menganalisis jawaban subjek dengan meneliti kebenarannya dengan data empiris (sumber data lainnya) yang tersedia. Jawaban subjek tersebut di cross-check dengan dokumen yang ada.<sup>66</sup>

Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik analisis data berupa triangulasi data. Triangulasi data adalah pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data dengan triangulasi, maka sebenarnya peneliti mengumpulkan data yang sekaligus menguji kredibilitas data, yaitu mengecek kredibilitas data dengan berbagai teknik pengumpulan data dan berbagai sumber data.<sup>67</sup>

## **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan upaya yang dilakukan peneliti berjalan dengan data yang sudah diperoleh, mengorganisasikan data, memilih dan memilah data, menjadi suatu yang dapat dikelola, dicari, dan menemukan pola baru, memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.<sup>68</sup>

Analisis data kualitatif dapat digunakan bila data yang terkumpul dalam penelitian adalah data-data kualitatif. Dan data kualitatif berupa kata-kata, kalimat, atau sebuah narasi

---

<sup>66</sup> Rachmat Kriyantono.

<sup>67</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*.

<sup>68</sup> Lexy J Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*.

yang diperoleh dari wawancara secara mendalam maupun pengamatan atau observasi.

Pada tahap analisis yang menjadi faktor utama penilaian kualitas tidaknya suatu penelitian. Penelitian kualitatif merupakan cara berfikir yang berangkat dari hal-hal yang khusus (fakta empiris) menuju hal-hal yang umum (tataran konsep). Oleh karena itu secara garis besar teknik analisis atau kualitatif dimulai dari data yang didapatkan peneliti di lapangan. Peneliti harus memilih mana data yang kurang valid karena informasi yang disampaikan subjek dalam memberikan jawaban diragukan, menarasikan data yang satu dengan yang lain, dan sebagainya.

Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dari lapangan yang kemudian dimasukkan dalam catatan kecil peneliti yang nantinya disajikan dalam bentuk data. Peneliti mengelompokkan data yang penting dan data yang tidak penting atau tidak berhubungan dengan penelitian, kemudian mendeskripsikan kembali. Dari deskripsi data peneliti mengkaji kembali data yang kemudian disajikan dalam bentuk laporan penelitian.

Setelah data terkumpul, maka tahap selanjutnya peneliti melakukan analisis data. Peneliti menggunakan teknik analisis data berupa analisis deskriptif. Analisis yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan proses *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.
2. Mendeskripsikan keberhasilan proses *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan dalam memilih pasangan pada mahasiswa tuna daksa.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

##### 1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat dimana penelitian itu dilakukan. Lokasi penelitian ini bertempat rumah konseli di Dusun Tanjungsari Desa Randuboto Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik. Desa Randuboto memiliki 4 (empat) dusun yang berbeda yaitu: dusun Randuboto, dusun Tanjungsari, dusun Ujungsari, dan dusun Ujung Timur yang letaknya terpisah dari dusun-dusun lainnya karena letaknya disebrang sungai bengawan solo. Berikut ini adalah penjelasan lebih lanjut mengenai desa Randuboto:

##### a) Sejarah Desa Randubo

Pada zaman peradaban Hindu Budha, di Desa Randuboto terdapat pohon randu yang sangat besar di tengah Desa. Pohon randu besar itu memiliki ketinggian hingga terlihat dari desa. Masyarakat desa lebih banyak memeluk keyakinan Hindu, dibuktikan dengan adanya pohon yang dibungkus kain khas Bali (kotak-kotak putih) menjadi tempat ritual sesembahan masyarakat sekitar.

Selain pohon randu yang sangat besar juga terdapat batu bata dalam bahasa jawa berarti Boto. Batu bata ini belum diketahui asal muasalnya, akan tetapi pada saat itu difungsikan sebagai tempat duduk dan tempat meletakkan sesajen, selain itu Sering dilakukan acara sesembahan layaknya ajaran agama Hindu juga sering di lakukan kegiatan keagamaan seperti Syukuran, dll. Pada perjalanan waktu tempat itu dikenal dengan sebutan Randuboto, yang diasumsikan oleh masyarakat



sekitar tempat yang terdapat pohon randu besar dan batu bata alias boto.

Perkembangan agama islam di Desa Randuboto sangatlah rumit, meski Agama Isla telah berkembang pesat di Indonesia terutama di wilayah Sidayu. peradaban Hindu masih sangat kental, terbukti dengan adanya ritual-ritual Hindu yang masih dilakukan oleh masyarakat desa. Hingga pada akhirnya datangnya seorang pemuka agama datang dari pondok pesantren Tebu Ireng Jombang. Pemuka agama mengajarkan banyak hal mengenai syariat islam. Pada suatu malam beliau melepaskan kain yang dililitkan pada pohon randu yang membuat warga resah dan ketakutan. Namun tidak ada satupun yang mengetahui siapa yang melepas kain itu. beliau melanjutkan dakwah nya dengan menebang pohon randu dengan tujuan melunturkan sikap peradaban Hindu yang masih terjaga. Lokasi itu sekarang telah menjadi gedung sekolah bagi masyarakat Desa Randuboto yang menjunjung tinggi syari'at Islam dan berbudi pada sejarah yang ditorehkan oleh desanya.

b) Letak Geografis

Secara Geografis Desa Randuboto terletak di Ujung Timur Kecamatan Sidayu. Desa Randuboto memiliki jarak tempuh ke Kecamatan 3.5 Km. Dapat ditempuh dalam waktu sekitar 20 menit. Jarak tempuh ke Kota Kabupaten Gresik adalah 27 Km, dapat ditempuh perjalanan sekitar 1 Jam perjalanan. Desa Randuboto memiliki luas 937,342 Ha yang terdiri dari tanah pekarangan atau perumahan warga 11.897 Ha, tanah sawah seluas 43.411

c) Jumlah Penduduk

Desa Randuboto memiliki jumlah penduduk 4.594 jiwa, dengan 2.265 penduduk laki-laki dan 2.329 penduduk perempuan. Dengan jumlah 7 Rukun Waraga (RW) dan 16 Rukun Tetangga (RT) yang terdiri dari sekitar 938 Kepala Keluarga (KK). Masyarakat Desa Randuboto merupakan penduduk asli Desa Randuboto, hanya beberapa yang berasal dari luar desa atau tetangga Desa yang menikah dan memilih berdomisili di Desa Randuboto.

d) Mata Pencaharian

Masyarakat Desa Randuboto mayoritas bekerja sebagai nelayan, dikarenakan letak Desa yang dekat dengan Sungai Bengawan Solo, dan laut Utara Pulau Jawa. Dan pekerjaan nelayan sudah menjadi pekerjaan sejak nenek moyang. Selain itu masyarakat Desa Randuboto bekerja sesuai dengan keahlian dan keterampilan seperti guru, penjahit, pedagang, sampai pegawai negeri sipil (PNS).

e) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan di Desa Randuboto sudah cukup maju. Pendidikan sebagai indikator yang digunakan untuk mengukur sejauh mana tinggi rendahnya kemajuan masyarakat. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi pula strata sosial mereka. Desa Randuboto sendiri memiliki gedung sekolah mulai dari TK, SD, SMP, masing-masing lembaga sebagai berikut:

- 1) Play Grup, sebanyak 4 Unit
- 2) Taman Kanak-kanak, sebanyak 4 Unik
- 3) Sekolah Dasar / Madrasah Ibtida'iyah, sebanyak 4 unit
- 4) Madrasah Tsanawiyah, sebanyak 1 unit
- 5) Taman Pendidikan Qur'an, sebanyak 4 unit

f) **Keagamaan**

Masyarakat Desa Randuboto mayoritas baragama islam. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan masyarakat desa yang sering melakukan keiatan-keiatan keislaman seperti sholat berjamaah di masjid maupun musholah, tahlilan, dhiba'an, dan lain-lain.

Penduduk desa mayoritas NU, hal tersebut dapat dilihat dari kegiatam keagamaan yang rutin dilakukan mulai dari orang tua, pemuda, dan anak-anaknya. Kegiatan yang dilakukan rutin seperti selamatan, tahlilan, dzibaan sebagai amalia warga nahdlatul ulama'. kelompok-kelompok masyarakat yang berbau agama disana juga banyak, seperti Muslimat, Al-Khidmah, kelompok yasinan, IPNU-IPPNU, dan lain sebagainya. Setiap RW memiliki kelompok yasin tersendiri. Ada kelompok yasinan ibu-ibu maupun bapak-bapak.

**2. Deskripsi Konselor Ahli, Konselor sebaya dan Konseli**

Dalam pelaksaan *peer counseling* sendiri peneliti sebagai konselor ahli yang mendampingi konselor sebaya dalam melaksanakan konseling, selain itu konselor sebaya tidak berhak memberi nasihan kepada konseli di luar kendali konselor ahli.

a) **Deskripsi Konselor Ahli**

Konselor merupakan seseorang yang memberikan bantuan kepada seseorang yang membutuhkan bantuan dalam mengatasi masalahnya dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan mandiri sehingga tercapai kebahagiaan dan kehidupan yang lebih baik. Konselor harus memberikan dukungan dan motivasi kepada konseli denga harapan konseli tidak merasakan masalahnya sanat berat, tetap semangat dalam menghadapi dan menyelesaikan masalahnya.

Berikut data mengenai konselor ahli dalam penelitian ini, yaitu:

1) Identitas Konselor Ahli

Nama : Istihabul Imamah

Tempat, Tanggal lahir : Gresik, 24 Januari 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Jl. Langgar Sawo Rt 03 Rw 02 Sidomulyo, Kecamatan Sidayu, Kabupaten Gresik

Pendidikan : Mahasiswi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Ampel Surabaya, Semester VII

2) Latar Belakang Pendidikan Konselor Ahli

Jenjang Pendidikan	Tahun
TK Islamiyah Sidayu	2004 - 2005
MI Islamiyah Sidayu	2005 - 2011
MTs Kanjeng Sepuh Sidayu	2011 - 2014
MA Kanjeng Sepuh	2014 - 2017

3) Pengalaman Konselor Ahli

Bagi seorang konselor pengalaman merupakan guru sekaligus pelajaran terbaik. Dari pengalaman kita bisa belajar banyak dan bertemu dengan hal-hal baru yang sebelumnya belum kita temui. Sebagai seorang konselor tidak hanya belajar di dalam kelas dengan berbagai materi yang sudah disiapkan oleh, yang di dalam nya ada komunikasi. Belajar di luar kelas juga perlu bagi seorang konselor untuk menambah pengetahuan

nya. Dengan bekal materi yang sudah disampaikan oleh dosen mata kuliah, konselor mengembangkan keilmuan nya dengan mengadakan layanan konseling individu maupun konseling kelompok.

Pada semester tiga, pada mata kuliah teori dan teknik konseling. Konselor mendapat tugas untuk melakukan konseling individu, konselor mendapatkan konseli yang sedang mengalami masalah dengan orang tua nya karena dijodohkan. Konseli merasa marah dengan orang tuanya karena menjodohkan konseli dengan anak teman nya, padahal konseli sendiri sudah punya pacar dan mereka sudah berkomitmen mau mengenalkan pasangannya ke orang tua masing-masing.

Di semester yang sama konseli bergabung dengan komunitas Psikologi Jawa, di dalamnya ada psikolog dari berbagai daerah dan mahasiswa psikologi dari berbagai kampus di Indonesia. Tujuan dari komunitas itu sendiri adalah membantu anak-anak Indonesia yang sedang mengalami permasalahan dengan keluarganya. Konselor mendapat konseli yang mengalami stress karena kedua orang tuanya meninggal dan adik-adiknya yang masih kecil. Konselor membantu konseli untuk lebih menerima kondisinya saat ini, karena konseli masih belum bisa menerima kematian orang tuanya dan terus-terus menyalahkan dirinya sendiri karena tidak bisa menjaga orang tua nya dengan baik.

Pada semester empat, konselor menjadi relawan di *Special Olympics Indonesia* (SOIna)

Jawa Timur, sebagai *volunteer* dalam pelatihan *e-drawing* untuk anak-anak *downsyndrome*. *Special Olympics Indonesia* (SOIna) merupakan organisasi khusus yang menyelenggarakan pelatihan dan kompetisi olahraga bagi warga disabilitas intelektual di Indonesia, khususnya di Jawa Timur. Konselor sebagai *volunteer* yang membantu adik-adik penyandang disabilitas intelektual (*downsyndrome*) untuk menggambar dengan media komputer. Selain itu sebagai pendamping selama proses pelatihan.

Pada semester lima mata kuliah intervensi inklusi, konselor mendapat tugas untuk melakukan konseling dengan anak-anak korban perceraian. Korban perceraian sendiri merupakan anak berkebutuhan khusus (ABK) temporer. Konselor mendapat konseli yang mengalami gangguan emosi akibat dari kedua orang tua nya yang bercerai dan konseli tinggal bersama ibunya. Kondisi konseli saat itu merasa asing dengan orang baru, dan cenderung diam, dengan ibunya juga tidak jauh beda. Konselor melakukan pendekatan dengan mengajak konseli bermain sambil membantu konseli untuk mengontrol emosinya saat itu. dari beberapa pertemuan konseli mulai merasa percaya dengan konselor dan mau bercerita dengan konselor, meskipun cerita yang disampaikan tidak terlalu runtut. Dengan keterbatasan konselor pertemuan itu berakhir dengan perubahan perilaku konseli yang mulai membuka percakapan kepada ibunya dan adiknya di rumah.

Pada semester enam, konselor melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di salah

satu sekolah berkebutuhan khusus di Surabaya. Selama PPL konselor mendapat tugas mendampingi dan observasi kepada anak autis. Selama kurang lebih dua bulan konselor melakukan pendampingan dengan anak autis, konselor mengetahui banyak hal mengenai anak autis yang belum diketahui sebelumnya, seperti bagaimana berkomunikasi dengan anak autis, bagaimana bisa menjadi bagian dari mereka, sampai bagaimana proses belajar dengan anak autis, dan masih banyak yang konselor dapatkan selama PPL.

b) Deskripsi Konselor Sebaya

1) Identitas Konselor Sebaya

Nama : Wawa (nama samaran)

Tempat, Tanggal Lahir: Gresik, 04 November 1999

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Jl. Pemuda RT 03 RW 02 Sidomulyo

Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik

Pendidikan : Mahasiswi S1

2) Latar Belakang Pendidikan Konselor Sebaya

Jenjang Pendidikan	Tahun
TK Islamiyah Sidayu	2004 - 2005
MI Islamiyah Sidayu	2005 - 2011
MTs Kanjeng Sepuh Sidayu	2011 - 2014
SMA 1 Gresik	2014 - 2017

3) Pengalaman Konselor Sebaya

Konselor sebaya merupakan teman dekat konseli sejak duduk di bangku MTs setara SMP,

usia mereka hanya terpaut 4 bulan. Mereka berpisah ketika melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Konseli melanjutkan sekolah di daerah konseli sendiri dan konselor sebaya melanjutkan sekolah ke Kota. Mereka bertemu kembali ketika konselor sebaya dan konseli melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi negeri yang sama dengan jurusan yang sama.

Konselor sebaya dan konseli kembali akrab, mereka sering main bareng ketika selesai kuliah dan tidak jarang mereka sering bikin janji untuk pulang bersama ke Gresik.

Konselor sebaya memiliki pribadi yang ramah, humble, periang. Selain itu konselor sebaya sering kali membantu teman-temannya yang sedang kesulitan baik dalam bidang akademik maupun di luar akademik. Konselor sebaya juga merupakan salah satu mahasiswi yang aktif di organisasi kampus maupun di bidang akademik.

Di lingkungan pertemanan konselor sebaya merupakan teman yang baik, tidak jarang teman-temannya bercerita mengenai masalahnya, dan konselor sebaya ini bisa menjaga rahasia teman-temannya dengan baik.

Dari penjelasan di atas peneliti memilih Wawa sebagai konselor sebaya bukan hanya karena wawa teman dekat konseli, akan tetapi wawa memiliki kepribadian yang cukup baik dan dapat menjaga rahasia. Dengan harapan ketika proses *peer counseling*, konseli merasa nyaman, lebih percaya dengan konselor sebaya sehingga



bisa memberikan informasi kepada konselor sebaya dengan baik.

c) Deskripsi Konseli

1) Identitas Konseli

Nama : Nana (Nama samaran)

Tempat, Tanggal lahir : 25 Maret 1999

Jenis Kelamin: Perempuan

Alamat : Jl. Pelita Desa Randuboto Kecamatan

Sidayu Kabupaten Gresik

Pendidikan: Mahasiswi S1

2) Latar Belakang Pendidikan Konseli

Jenjang Pendidikan	Tahun
TK Mambaud Dakwa	2004 - 2005
MI Mambaud Dakwa	2005 – 2011
MTs Kanjeng Sepuh Sidayu	2011 – 2014
MA Kanjeng Sepuh	2014 – 2017

3) Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli merupakan anak terakhir dari 3 bersaudara, dengan satu kakak laki-laki dan satu kakak perempuan. Jarak usia konseli dengan kedua kakaknya terpaut lumayan jauh. Konseli sangat disayangi oleh kedua kakaknya, karena konseli adik paling kecil dan karena konseli memiliki keterbatasan. Meski demikian konseli merupakan individu yang mandiri, dia tidak mau merepotkan kedua kakaknya atau kedua orang tuanya. jika konseli masih bisa melakukan sesuatu itu dengan kemampuannya sendiri konseli tidak meminta bantuan kedua kakaknya.

Orang tua konseli bekerja sebagai petani tambak, dan jarang di rumah. Konseli menyadari kehidupan konseli lebih dihabiskan di kamar dengan menonton film drama Korea, mengerjakan tugas kuliah, atau bermain sosial media

#### 4) Kepribadian Konseli

Sejak kecil konseli di didik oleh kedua orang tuanya untuk bisa melakukan semua nya dengan kemampuannya sendiri, bukan karena dia memiliki keterbatasan konseli menjadi inividu pemalas atau tidak bisa melakukan apa-apa. Kemandirian konseli sering kali bersifat keras kepala dan tidak mau mengalah.

Dalam hal tertentu konseli merupakan pribadi yang manja, apa yang menjadi keingannya dan konseli merasa kedua kakak nya bisa mewujudkannya, konseli akan meminta kakaknya untuk memenuhi keinginannya itu. Hal ini yang menjadi kekhawatiran konseli dalam memilih pasangannya, konseli menyadari sikapnya yang manja susah di terima oleh semua orang.

Konseli memiliki pribadi yang periang, tak jarang konseli selalu tampak bahagia ketika konseli sedang mengalami masalah yang rumit. Menurut konseli dengan tetap senyum di depan teman-temannya, sebagai kekuatan untuk konseli dalam menyelesaikan masalah yang sedang dialami.

#### 5) Latar Belakang Perekonomian Konseli

Konseli lahir di keluarga yang mampu, ayah konseli bekerja sebagai petani tambak, dan kedua kakak nya yang usia nya terpaut jauh dari

konseli sudah memiliki pekerjaan yang tetap. Konseli hidup berkecukupan. Apa yang menjadi keinginannya selalu terpenuhi. Walaupun begitu, konseli tidak menjadi sombong dan tetap hidup secara sederhana.

6) Latar Belakang Agama Konseli

Dalam hal agama, konseli lahir di keluarga yang taat beribadah, kedua orang tua konseli taat menjalankan perintah ibadah dengan baik. Kedua orang tua nya juga berusaha untuk melaksanakan sholat berjamaah di masjid dekat rumah konseli. Begitupun kedua kakak nya. Kakak pertama konseli sering mengikuti ngaji kitab kuning di beberapa pondok pesantren salaf. Pemahaman mengenai islam konseli pelajari ketika di sekolah yang berbasis islam maupun ketika dirumah bersama kedua orang tuanya atau kakaknya.

7) Latar Belakang Sosial Konseli

Konseli yang memiliki kepribadian yang periang dan ramah, sehingga konseli mudah di terima oleh teman-teman nya atau lingkungan sekitarnya. Konseli tidak membatasi teman bergaulnya, jika konseli merasa tidak baik konseli akan meninggalkan pergaulannya tersebut. konseli termasuk individu yang mudah simati dan empati dengan lingkungan sekitarnya, terutama dengan teman-temannya. Tidak jarang konseli membantu kepada yang membutuhkan.

d) Deskripsi Masalah Konseli

Tumbuh dan besar sebagai penyandang tuna daksa bukan keingan semua orang. Akan tetapi menerima keadaan merupakan cara terbaik agar tetap tumbuh dan besar layaknya manusia

normal lainnya. Sama halnya dengan kondisi konseli yang tumbuh dan besar sebagai penyandang tuna daksa sedang yang menyebabkan konseli membutuhkan alat bantu untuk beraktivitas sehari-hari.

Kondisi yang tidak banyak orang tahu sering kali membuat konseli merasa takut akan kenyataan yang akan dihadapi ketika orang terdekatnya mengetahui kondisi yang sebenarnya, meskipun dari kondisi tangan konseli sudah bisa diketahui kondisi yang sebenarnya, tapi tidak dengan kondisi kaki konseli, tidak semua bisa menerimanya.

Menurut konseli akan ada saatnya semua tahu, termasuk ketika konseli memutuskan untuk menjalin hubungan dengan seseorang yang dianggap sangat spesial. Menurut konseli seseorang itu perlu untuk mengetahui kondisinya saat ini, dan seseorang itu harus menerima semua yang ada pada diri konseli tidak hanya kelebihannya saja tapi kondisi konseli sebagai penyandang disabilitas fisik. Akan tetapi, konseli masih terbayang-bayang oleh rasa takut akan kehilangan seseorang itu setelah mengetahui kondisinya. Ketakutan ini terjadi ketika konseli mulai punya banyak teman laki-laki dan ada seseorang yang mengenal konseli lebih dekat.

Tidak mudah bagi konseli untuk memberitahu apa yang tidak diketahui oleh banyak orang kepada seseorang yang konseli percaya bisa menerima keadaanya dan tetap menjadi bagian hidup konseli. Menurut konseli butuh waktu yang cukup lama untuk

menyakinkan dirinya akan sikap positif dari seseorang yang mengetahui kondisinya.

## **B. Penyajian Data**

### **1. Deskripsi Proses Pelaksanaan *Peer Counseling* dengan Teknik *Self Disclosure* untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Tuna Daksa**

#### **a) Identifikasi Masalah**

##### **1) Data yang bersumber dari konseli**

Menurut cerita konseli, sebagai penyandang tuna daksa tidak mudah untuk menerima kondisinya sendiri apalagi menerima kenyataan dirinya tidak bisa diterima oleh lingkungan sekitarnya akan tetapi semenjak kuliah konseli mulai menerima dan terbuka atas kondisinya saat ini. Konseli sendiri tidak menginginkan kondisi seperti ini, akan tapi jika ini yang terbaik untuknya konseli ikhlas menerima. Menerima dan berdamai dengan kondisinya merupakan cara konseli untuk menjalani proses hidupnya, karena konseli sadar tidak semua orang di sekitarnya bisa menerima kondisinya dengan baik.

Konseli mengaku ketika bertemu dengan orang baru masih canggung apakah orang tersebut mampu menerima kondisi konseli. Kekhawatiran itu berlaku juga ketika konseli diajak bertemu dengan seseorang yang sedang mendekatinya.

Menurutnya, konseli tidak bisa memaksa teman-temannya atau seseorang disekitarnya bisa menerima kondisinya, dengan berbuat baik kepada teman-teman sekitarnya merupakan cara yang bisa konseli lakukan untuk bisa di

terima. Konseli sendiri tidak pernah bercerita kepada teman-temannya mengenai kondisinya, begitupun teman-temannya hanya mengetahui kondisi luar tangan konseli saja dan tidak pernah berani bertanya kepada konseli secara langsung.

Konseli memiliki banyak teman laki-laki maupun perempuan, tapi tidak semua teman konseli mengetahui kondisi konseli yang sebenarnya yang mereka tahu hanya kondisi tangan konseli yang tidak sempurna. Konseli sendiri tidak ingin menunjukkan kekurangannya itu kepada semua orang, karena konseli sulit percaya kepada orang terutama orang baru di kehidupan konseli.

Tumbuh dewasa sebagai penyandang disabilitas tidaklah mudah bagi konseli, pertemanan yang semakin luas membuat konseli takut akan kondisinya. Ketika bertemu dengan orang baru, ketakutan itu sering kali muncul dan sering kali konseli merasa tidak mampu mengendalikannya. Sama seperti ketika konseli mulai berteman dengan laki-laki yang belum konseli kenal sebelumnya, hingga konseli mulai sadar akan tugas perkembangannya di usia dewasa yaitu memilih pasangan.

Sebagai mahasiswa yang aktif di beberapa organisasi, selama kuliah di semester satu konseli tidak memiliki teman dekat laki-laki, dan semua teman-temannya bisa menerimanya dengan baik meskipun yang mereka tau kondisi tangan konseli. Di semester tiga konseli mulai didekati oleh laki-laki yang konseli kenal

melalui sosial media. Konseli menjalin hubungan baik dengannya, sampai teman konseli ingin mengenalnya lebih dekat. Akan tetapi konseli tidak ingin temannya itu mengetahui kondisinya dan memilih untuk menjauhi laki-laki itu, karena konseli tidak yakin laki-laki itu bisa menerima kondisinya karena konseli pernah di mendapatkan sikap yang tidak baik di chat WA pribadinya.

***”Dia hanya mengetahui kondisi tanganku saja dan sudah berubah sikapnya, bagaimana dengan mengetahui kondisi kakiku yang sebenarnya pasti dia sudah pergi tanpa pamit.”***

Ada beberapa teman konseli yang ingin mengenal konseli lebih dekat, maksudnya adalah ada ketertarikan dari teman laki-laki konseli. Salah satunya adalah kakak tingkat konseli yang sudah lulus, konseli tidak pernah menolak siapapun yang ingin mengenalnya lebih dekat, akan tetapi konseli akan lebih berhati-hati untuk memilih siapa yang bisa dipercaya untuk mengetahui kondisi konseli.

***”Sebenarnya ada beberapa yang chat di wa dan lebih intens, tapi ya kalau dia tidak bisa meyakinkanku untuk menceritakan semuanya darimana aku bisa yakin sama dia kalau dia bisa menerimaku”***

Menurut cerita konseli, dari beberapa teman laki-laki yang ingin mengenalnya lebih dekat ada satu teman laki-lakinya yang menurut konseli bisa dipercaya. Menurutnya teman dekatnya ini berbeda dari yang sebelumnya, dia lebih bisa menghargai konseli, lebih sabar, dan

bisa menyakinkan konseli. Akan tetapi, belum bisa mengurangi rasa takut konseli akan penerimaan terhadap dirinya. Maksudnya, konseli masih merasa takut teman dekatnya itu tidak bisa menerima kondisinya.

***”Aku lebih nyaman dengan si A, karena dia beda aja sama yang sebelumnya. Aku kenal dari Twit dan ternyata dia juga suka kucing, jadi nyambung aja pembicaraan kita”***

Dari cerita konseli, mereka berteman dari sosial media dan belum pernah bertemu satu sama lain. Mereka saling memiliki hoby yang sama yaitu pecinta kucing. Dari situ konseli merasa nyaman ketika berhubungan dengannya. 5 bulan waktu yang cukup lama bagi konseli untuk bisa menerima laki-laki itu untuk menjadi teman dekatnya. Dan keputusan konseli untuk menceritakan kondisinya yang sebenarnya, tidak hanya kondisi tangannya melainkan kondisi kakinya yang menurut konseli itu hal yang paling sulit untuk diterima. Selain itu konseli merasa kurang percaya diri ketika bertemu dengan orang baru, karena kondisi tangannya yang secara langsung mudah di lihat oleh orang lain meskipun orang yang konseli temui tidak mempermasalahkan kondisinya saat itu.

Sejak kecil konseli selalu di penuhi keinginannya, konseli sendiri mengaku kalau konseli masih memiliki sifat seperti anak kecil yang suka ngambek ketika sedang marah atau keinginannya tidak terpenuhi. Konseli terbiasa dengan sikap sabar dari kakak laki-laki nya, hal itu yang membuat konseli membutuhkan sosok



pengganti dari kakaknya itu. Akan tetapi, sebagai penyandang disabilitas konseli merasa kesulitan untuk memilih pasangan yang bisa menggantikan kakak laki-lakinya atau minimal bisa menerima dan memahami kondisi konseli.

Menurut konseli, yang terpenting saat ini adalah seseorang yang bisa menerima konseli dengan kondisinya saat ini. Tidak terlalu penting bagi konseli pekerjaan, penghasilan, latar belakang pendidikan, ketampanan, karena untuk mencari seseorang yang menerima kondisi tidak mudah.

2) Data dari teman kampus konseli

Puput merupakan teman konseli dikampus, Puput bisa dibilang teman dekat konseli. Menurut Puput pertama kali bertemu dengan konseli tidak bermasalah dengan kondisinya.

***“Ya, saya tahu kalau dia anak tuna daksa, tangannya tidak sempurna. Tapi dia baik, jadi saya bisa berteman dengan dia. Selama ini sih tidak pernah membahas lebih. Cuma sekedar tahu, dan tidak ingin bertanya lebih dalam”***.

Akan tetapi ketika konseli mulai dekat dengan orang spesial, menurutnya konseli lebih berhati-hati untuk memberi tahu mengenai kondisinya. Menurut Puput sikap konseli berbeda saat bermain dengan teman lamanya yang sudah menerima keadaannya, dengan bermain atau bertemu dengan orang baru.

***“Nana, lebih prepare ketika bertemu orang baru dari pada bertemu dengan saya, ya mungkin dia ingin menunjukkan yang terbaik untuk orang tersebut atau dia tidak ingin***

***mengecewakan orang yang bertemu dengannya”***

3) Data dari teman konseli di sekolah

Menurut Adis, sebagai teman dekat konseli ketika dirumah. Menurutnya konseli tidak pernah memberitahu kondisinya, dan Adis juga tidak pernah bertanya kepada konseli mengenai kondisinya itu.

***“Kalau tanya langsung sih tidak pernah, Cuma ketika bertemu pertama kali kaget dengan cara berjalannya seperti ada yang aneh. Dia juga tidak pernah membicarakan kekurangannya. Kita tahu sendiri tanpa dia memberitahu, selama ini tidak ada masalah sih.”***

Konseli merupakan teman yang baik dan mudah bergaul, akan tetapi konseli memiliki perilaku yang manja dan semena-mena dengan temannya.

***“Karena dia pintar sering kali minta bantuan ke dia kalau ada yang tidak tau atau tidak faham. Tapi ya gitu anaknya moody an, tidak bisa di ganggu kalau mood nya sedang buruk”***

Selain itu, selama sekolah dulu konseli merupakan individu yang lebih memilih menghindari kerumunan teman laki-laki nya memilih bergabung dengan teman perempuan. Konseli juga tidak terlihat sedang dekat dengan seseorang ketika sekolah.

***“Setahuku sih tidak ya is, walaupun ada dia tidak seperti teman-teman yang lain. Mungkin cukup dia yang tau dan memilih diam. Wajar aja sih kalau dia suka sama***

*seseorang, tapi tidak tau bagaimana dia menyampaikan rasa sukanya itu”*

Penjelas dari teman dekat konseli yang menjelaskan kondisi selama di sekolah dulu, yang menurutnya konseli kurang percaya diri ketika bergabung dengan teman laki-lakinya dan memilih meninggalkan teman-temannya yang asik berbincang dan tertawa.

4) Data dari teman dekat konseli

Wawa sebagai teman dekat konseli yang sebelumnya tidak pernah sedekat sekarang. Menurut Wawa, konseli tidak pernah memberitahu kekurangannya dan Wawa pun bisa menerima kondisi konseli. Karena, kekurangan konseli tidak tampak. Konseli selalu berbuat baik kepada siapapun bahkan kepada orang yang baru dia kenal.

Dari penjelasan Wawa, konseli bukan menutupi kekurangannya tapi konseli lebih memilih teman-temannya tau dengan sendirinya tanpa konseli minta.

*“Nana tidak pernah bercerita mengenai kondisi tangan dan kaki nya. Dia Cuma bersikap seperti biasa layaknya anak normal saja. kalau untuk tertarik sama laki-laki sepertinya pernah cuma tidak banyak yang tau. Nana sebenarnya orangnya terbuka tapi dengan teman-teman ”*

b) Diagnosis

1) Masalah Yang Terjadi

Diagnosisi adalah analisis tentang latar belakang dan sebab-sebab terjadinya masalah sehingga menjadi masalah yang perlu ditangani. Setelah melakukan identifikasi masalah yang

terjadi pada konseli dan mengumpulkan data dari beberapa *signifikan other*. Peneliti dapat menyimpulkan permasalahan yang sedang dialami oleh konseli, yaitu kecemasan dalam memilih pasangan, yang diakibatkan rasa tidak percaya diri akan kondisi tubuhnya, sebagai penyandang tuna daksa sejak lahir.

## 2) Penyebab Masalah

Dari diagnosis yang ditetapkan, peneliti menyebutkan beberapa faktor yang menjadi penyebab konseli merasa cemas dalam memilih pasangan:

- a) Konseli sebagai penyandang tuna daksa sejak lahir yang memiliki kedua tangan yang tidak sempurna, dan kaki sebelah kanan yang tidak sempurna.
- b) Karena kondisi nya Konseli merasa kurang percaya diri, tidak nyaman, dan tidak yakin ketika bertemu dengan orang baru.
- c) Konseli mudah khawatir terhadap sesuatu yang belum terjadi.
- d) Konseli kurang terbuka mengenai kondisinya terhadap orang lain.
- e) Konseli merupakan pribadi yang mudah tersinggung dengan ucapan orang lain.

## c) Prognosis

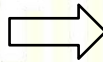
Pada tahap ini peneliti sebagai konselor ahli, setelah mengetahui beberapa penyebab dari permasalahan yang dialami oleh konseli, maka peneliti menentukan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli dalam mengatasi masalahnya. Peneliti sekaligus sebagai konselor ahli menentukan jenis bantuan yang sesuai dengan permasalahan yang dialami konseli saat ini.

Dalam tahap ini peneliti menggunakan *peer counseling* atau konselor sebaya dengan metode *self disclosure* dalam membantu konseli mengatasi kecemasan akibat rasa tidak percaya diri akan kondisi tubuhnya, sebagai penyandang tuna daksa sejak lahir.

Dengan menggunakan *peer counseling*, peneliti berharap konseli lebih bisa terbuka dengan orang lain melalui teman sebayanya, selain itu konseli bisa lebih berani dalam menyampaikan informasi yang belum diketahui oleh orang lain melalui teman sebayanya.

**Masalah yang dialami:**

Konseli memiliki kecemasan dalam memilih pasangan akibat rasa tidak percaya diri akan kondisi tubuhnya, sebagai penyandang tuna daksa sejak lahir

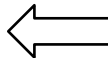


**Faktor penyebab:**

- a) Konseli sebagai penyandang tuna daksa sejak lahir yang memiliki kedua tangan yang tidak sempurna, dan kaki sebelah kanan yang tidak sempurna.
- b) Karena kondisinya Konseli merasa kurang percaya diri, tidak nyaman, dan tidak yakin ketika bertemu dengan orang baru.
- c) Konseli mudah khawatir terhadap sesuatu yang belum terjadi.
- d) Konseli kurang terbuka mengenai kondisinya terhadap orang lain.
- e) Konseli merupakan pribadi yang mudah tersinggung dengan ucapan orang lain.

**Prognosis:**

Pendekatan *Peer counseling* dengan menggunakan teknik *Self Disclosure*



Setelah melakukan identifikasi masalah dan peneliti memilih *peer counseling* atau konseling sebaya dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam membantu konseli mengurangi kecemasannya memilih pasangan. Dalam penerapan teknik *self disclosure* peneliti membagi beberapa tahapan, ada 4 tahapan sebagai berikut:

1. Tahap pertama (Memilih konselor sebaya)

Pada tahap peneliti sebagai konselor ahli, sebelumnya peneliti sudah memilih siapa yang menjadi konselor sebaya bagi konseli. konselor sebaya merupakan teman dekat konseli. Tidak hanya sebagai teman dekat akan tetapi adanya kepercayaan antara konseli dengan konselor sebaya. Dengan harapan selama proses konseling, konseli merasa nyaman dan dapat tercapai tujuan konseling sendiri yaitu membantu konseli untuk mengurangi rasa cemasnya dalam memilih pasangan.

Peneliti melakukan pendekatan dengan beberapa teman dekat konseli, diantara 3 teman dekat konseli peneliti memilih Wawa sebagai konselor sebaya bagi konseli. Alasan peneliti memilih Wawa sebagai konselor sebaya adalah selain karena Wawa salah satu teman dekat konseli, Wawa memiliki kepribadian yang baik tidak hanya di depan konseli, dengan teman-teman yang lain pun Wawa bisa menjadi teman yang baik. Wawa bisa menjadi pendengar yang baik jika teman-temannya berbagi cerita dengannya, selain sebagai penengar yang baik Wawa juga dapat menjaga rahasia dari informasi yang disampaikan oleh teman- temannya.

***“Jika diberi amanah, tugas saya menjaga dengan sebaik mungkin. Meskipun saya harus mengorbankan sesuatu demi menjaga amanah tersebut. orang memberi saya amanah berarti orang tersebut percaya dengan saya.”***

Tidak hanya itu dalam pemilihan *peer counseling* atau konselor sebaya peneliti juga melihat Wawa memiliki minat dalam membantu konseli, mampu berempati, dan memiliki disiplin yang baik. Adapun beberapa pertanyaan yang peneliti tanyakan kepada calon konselor sebaya terlampir di lampiran.

Setelah memilih konselor sebaya atau *peer counseling*, peneliti melakukan pelatihan konselor sebaya guna memberikan bekal keterampilan dasar konseling. Selain itu melatih konselor sebaya untuk lebih berempati, melakukan *attending* dan keterampilan-keterampilan konseling lainnya. Dengan harapan konselor sebaya mampu melakukan proses konseling dengan baik dan membuat konseli dengan mudah memberikan informasi yang ingin disampaikan.

## 2. Tahap kedua (Pelaksanaan *peer counseling*)

Pelaksanaan *peer counseling* pada remaja tuna daksa yang mengalami kecemasan dalam memilih pasangan adalah dengan melatih konseli untuk melakukan *self disclosure* dengan teman sebayanya tanpa takut tidak diterima. Karena sebelumnya konseli belum pernah terbuka dengan temannya atau seseorang yang sudah mengenalnya lama. Hal tersebut

disampaikan oleh konseli kepada konselor sebaya:

*“Tidak ada yang tau, bahkan kamu sendiri tidak tahu kan kondisi kaki ku seperti apa? Dan buat apa kalau aku kasih tau, nantinya kamu bakal merasa jijik dan tidak mau jadi temanku”*

Pelaksanaan *peer counseling* dilaksanakan di cafe yang berada tidak jauh dari rumah konseli. Alasan memilih tempat di cafe karena konseli merasa tidak nyaman ketika proses konseling dilakukan rumah dan didengarkan oleh orang rumah. Pada proses konseling, konselor sebaya memberi motivasi kepada konseli bahwa tidak semua kekurangan yang dimiliki konseli sulit diterima. Kondisi konseli sudah diciptakan oleh dengan sebaik-baik ciptaan. Sekaligus menyakinkan kepada konseli bahwa tugas konseli hanya menyampaikan informasi yang sebelumnya belum diketahui kepada seseorang yang ingin mengetahui dan konseli mengizinkan seseorang itu untuk mengetahuinya. Jika seseorang itu sudah meminta konseli untuk mengungkapkan mengenai dirinya, maka seseorang itu bisa menerima kondisinya seburuk apapun itu.

Pada pertemuan di tanggal 20 November 2020, di tempat yang sama konseli mulai mengungkapkan kondisinya kepada konselor sebaya. Akan tetapi informasi yang disampaikan tidak sepenuhnya. Konseli hanya bercerita mengenai kondisi yang sudah dialami sejak lahir, menurut konseli salah satu penyebabnya adalah adanya kelaian sewaktu lahir jadi kondisi kaki sebelah kanan lebih



pendek dan tidak bisa tumbuh seperti kaki sebelah kiri sehingga konseli membutuhkan alat bantu untuk beraktifitas sehari-hari. Selain kaki yang tumbuh berbeda, kedua tangan konseli juga tidak sempurna. Tangan sebelah kanan jari tangan dan jari manis tidak sempurna terlihat seperti habis di amputasi. Begitupun dengan tangan sebelah kiri jari tangan dan jari manis gabung jadi satu dan jari kelingking sangat kecil.

*“Ini bukan di amputasi loh, Tangan sebelah kanan jari tangan dan jari manis gabung gini, ya memang dari kecil seperti ini. Orangtua ku dulu tidak ada biaya buat memberiku pengobatan yan lebih.”*

Konseli hanya bercerita tidak menunjukkan secara langsung, hanya tangan yang bisa dilihat tanpa persetujuan konseli.

Dipertemuan selanjutnya tanggal 28 November 2020, konseli mulai nyaman dengan konselor sebayanya, konselipun meminta bertemu dan menceritakan sekaligus menunjukkan kondisi kaki nya. Proses konseling dilakukan dirumah konselor sebaya, karena konseli ingin menunjukkan kondisi kaki yang sebenarnya kepada konselor sebayanya. konseli menunjukkan bentuk kaki yang selama ini membantunya beraktifitas sehari-hari, dengan membuka kaus kaki yang selama ini digunakan untuk menutupi kekurangannya sehingga tidak banyak orang yang tahu.

Konseli memutuskan untuk menunjukkan bagaimana kondisi kakinya mulai dari paha sampai kebawah pada pertemuan ketiga pada

tanggal 30 November 2020. Menurutnya, konseli masih memiliki rasa takut untuk menunjukkan kondisi kaki mulai paha sampai ke bawah, dan bentuk dari kaki palsunya.

*“Tapi kamu jangan jijik ya?”*

*“apa kamu tidak jijik melihat seperti ini Wa?”*

Sering kali konseli mengatakan kata “jijik”. Akan tetapi semua itu dilakukan konseli untuk melawan ketakutannya yang tanpa di sadari konseli sudah mengungkapkan dirinya dan menyampaikan informasi yang selama ini tidak diketahui oleh orang lain bahkan teman dekatnya sendiri. Setelah konseli menunjukkan bentuk kecacatan kakinya itu konseli merasa lega dan cukup terheran dengan respon konselor sebayanya.

Pada proses konseling konselor sebaya tidak berhak memberi nasehat atau masukan kepada konseli. Konselor sebaya hanya mendengarkan cerita konseli, berempati kepada konseli, dan terbuka dengan konseli tidak ada yang sedang ditutupi.

### 3. Tahap ketiga (konselor sebaya melakukan evaluasi proses konseling)

Menurut konselor sebaya penyampaian *self disclosure* yang dilakukan konseli butuh beberapa kali pertemuan, konseli masih merasa ragu untuk menyampaikan informasi yang tidak banyak orang tahu. Terbukti pada pertemuan pertama konseli tidak langsung menyampaikannya, konseli masih berusaha

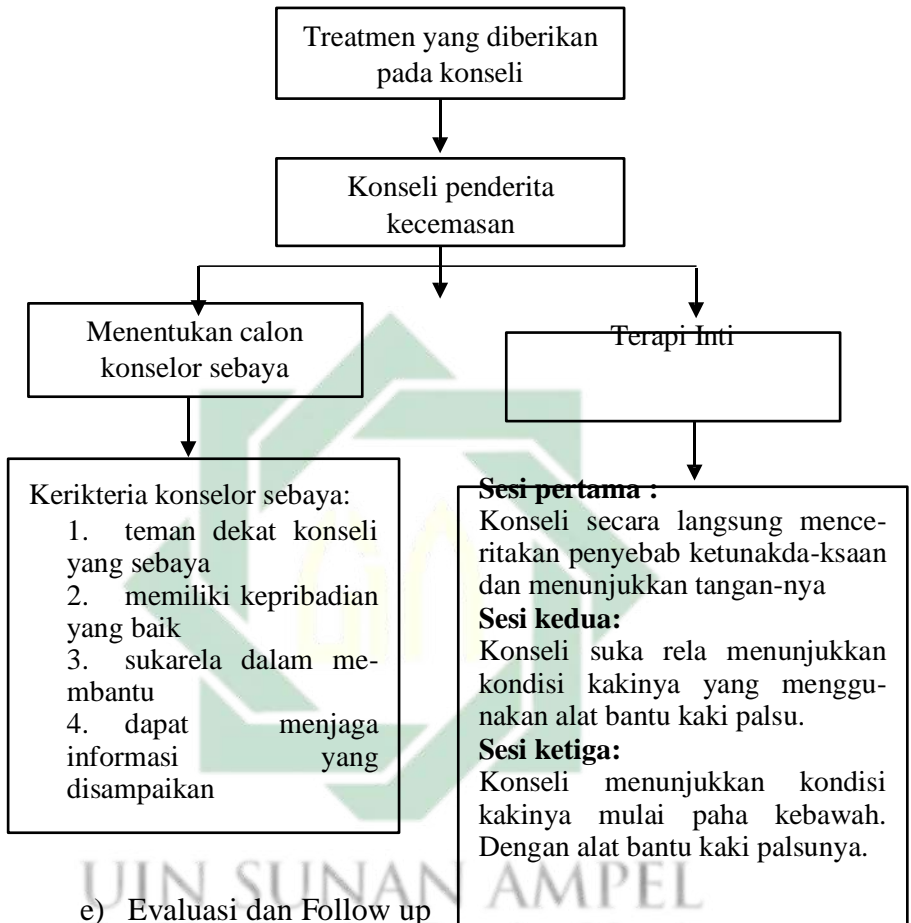
menyakinkan kalau konselor sebaya merupakan orang yang tepat untuk menerima informasi yang akan disampaikan oleh konseli.

Pada pertemuan pertama memiliki jeda yang cukup jauh dengan pertemuan kedua. Akan tetapi pada pertemuan ketiga konseli hanya berjarak 2 hari. menurut konselor sebaya pada pertemuan ketiga konseli sudah percaya dengan konselor sebaya dalam menerima informasi yang disampaikan.

4. Tahap keempat (Konselor ahli menindak lanjuti dan mengevaluasi kegiatan *peer counseling* atau konseling sebaya)

Peneliti menyampaikan kepada konseli bahwa konseli sudah melakukan *self disclosure* atau pengungkapan diri dengan baik kepada teman sebaya. Akan tetapi, peneliti meminta konseli untuk lebih menyakinkan dirinya sendiri bahwa sesuatu yang belum terjadi tidak selama buruk dan kejujuran atas informasi yang disampaikan mempengaruhi respon lawan bicara kepada kita.

Dari penjelasan diatas, peneliti membuat skema atau rangkaian treatment yang diterapkan pada konseli. Adapun skema yang peneliti lakukan kepada konseli:



e) Evaluasi dan Follow up

Dalam proses konseling seorang konselor wajib melakukan evaluasi dan follow up disesi terakhir konseling. Tujuannya adalah untuk mengukur keefektifan proses layanan konseling dalam membantu menyelesaikan masalah konseli. Dengan melakukan evaluasi peneliti atau konselor bisa melakukan follow up terhadap konseli.

Setidaknya dalam proses konseling yang dilakukan sebelumnya terdapat perubahan yang baik dari konseli. Yaitu mampu melakukan *self disclosure* dengan baik tanpa ada rasa cemas.

Peneliti melakukan wawancara kembali kepada konseli guna mengetahui perkembangan konseli dalam mengatasi rasa cemas yang dialami dalam memilih pasangan. Selain melakukan wawancara dengan konseli, peneliti melakukan wawancara kepada teman dekat konseli yang juga sebagai konselor sebaya.

**TABEL 4. 1**  
**CATATAN PROSES PELAKSANAAN KONSELING**

NO	Sesi ke-	Deskripsi
1.	Sesi pertama (20 November 2020)	<p>Konseli menceritakan kegiatan sehari-hari selama dirumah yang hanya di dalam kamar dengan menonton film drama korea</p> <p>Konselor memberikan motivasi kepada konseli untuk melakukan <i>self disclosure</i> atau pengungkapan diri</p> <p>Konseli secara langsung menceritakan penyebab ketunakdaksannya disebabkan sejak dari dalam kandungan</p> <p>Konseli secara tidak langsung menunjukkan kondisi tangannya.</p>

		<p>Konseli masih merasa kurang nyaman ketika menyampaikan informasi mengenai dirinya.</p> <p>Konseli melakukan gerakan-gerakan non verbal seperti melihat hiasan-hiasan yang ada di cafe, menggerakkan kedua tangannya secara tidak beraturan.</p>
2.	Sesi kedua (28 November 2020)	<p>Konseli sangat antusias bertemu dengan konselor sebayanya. Lebih banyak senyum kepada konselor sebaya. Konseli lebih dulu bertanya kabar kepada konselor sebaya. Konseli tidak terlalu bercerita hal diluar pengungkapan dirinya. Konseli suka rela menunjukkan kondisi kakinya yang menggunakan alat bantu kaki palsu.</p>
3.	Sesi ketiga (30 November 2020)	<p>Konseli lebih tenang dari sebelumnya. Dengan raut muka yang lebih tenang dari sebelumnya.</p>

		<p>Konseli mulai bercerita mengenai pasangannya. Konseli menunjukkan kondisi kakinya mulai paha kebawah. Dengan alat bantu kaki palsunya secara utuh.</p>
--	--	---

Dari catatan diatas peneliti melakukan follow up kepada konseli, dengan memberi penguatan positif bahwa ketakutan yang menimbulkan kecemasan pada diri konseli tidak terjadi. Informasi yang disampaikan secara jujur kepada koselor sebaya tidak membuat konseli dijauhi oleh teman dekatnya. Peneliti berharap konseli bisa melakukan hal yang sama dalam pengungkapan diri kepada pasangannya.

Dari penjelasan diatas peneliti menyimpulkan proses *peer counseling*

## C. Pembahasan Hasil Penelitian

### 1. Perspektif Teori

- a. Proses Pelaksanaan *Peer Counseling* dengan Menggunakan Teknik *Self Disclosure* dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan pada Mahasiswa Tuna Daksa di Kecamatan Sidayu

Dalam pelaksanaan konseling dengan menggunakan *peer counseling* sebagai layanan pemberian bantuan, peneliti menggunakan lima tahapan yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, serta evaluasi dan *follow up*. Dalam menganalisis suatu data peneliti menggunakan analisis deskriptif dalam

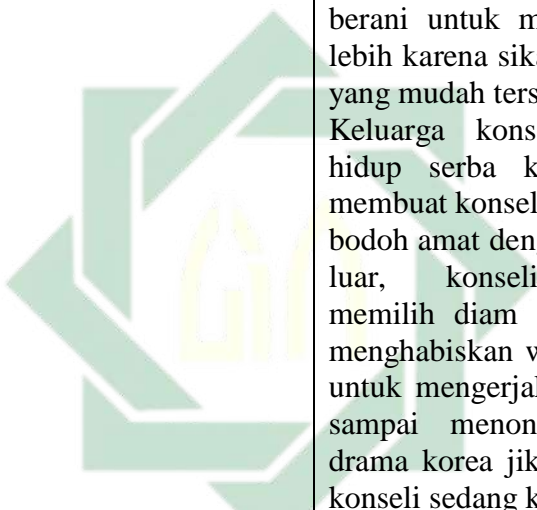
membandingkan data yang didapat di lapangan dengan data teori yang ada.

**Tabel 4. 2**

**Tabel Perbandingan Langkah-Langkah Proses Konseling Berdasarkan Teori dan Praktik Lapangan**

NO	TEORI KONSELING	DATA LAPANGAN
1.	<p><b>Identifikasi masalah</b> Tahap pertama dalam proses konseling yaitu mencari data baik dari subjek penelitian maupun signifikan other. Bertujuan untuk mengenal faktor-faktor penyebab terjadinya masalah</p>	<p>Pada tahap ini peneliti mengetahui masalah yang terjadi, dengan mengumpulkan data dari konseli, data dari <i>signifikan other</i> konseli yang berjumlah 3 orang. Dari data yang didapatkan di lapangan adalah peneliti mengidentifikasi masalah kecemasan konseli dalam memilih pasangan adalah, konseli belum melakukan <i>self disclosure</i> dengan baik mengenai kekurangan yang ada pada dirinya sebagai penyandang tuna daksa, sehingga rasa takut tidak diterima menjadi sebuah kecemasan yang mengakibatkan konseli mudah marah, kurang percaya diri ketika bertemu dengan orang baru, keringat dingin saat bertemu dengan orang</p>



		<p>baru dan merasa khawatir atas sesuatu yang belum pasti terjadi.</p> <p>Selain itu, teman-teman konseli yang bersikap tidak peduli dengan kekurangan yang ada pada diri konseli, tidak berani untuk mengetahui lebih karena sikap konseli yang mudah tersinggung. Keluarga konseli yang hidup serba kecukupan membuat konseli semakin bodoh amat dengan dunia luar, konseli lebih memilih diam di rumah menghabiskan waktunya untuk mengerjakan tugas sampai menonton film drama korea jika kondisi konseli sedang kacau.</p>
2.	<p><b>Diagnosis</b></p> <p>Dari suatu data yang didapatkan, tugas peneliti adalah menentukan masalah apa yang sedang dialami oleh konseli beserta penyebabnya.</p>	<p>Setelah melakukan identifikasi masalah dan mendapatkan data dari beberapa sumber baik dari konseli maupun dari signifikan other konseli. Peneliti menetapkan suatu masalah yang dialami konseli adalah kecemasan memilih pasangan yang disebabkan karena sebagai penyandang tuna</p>

		daksa pengungkapan diri atau <i>self disclosure</i> pada diri konseli kurang baik, kurang percaya diri ketika bertemu dengan orang baru, merasa canggung dan tidak jarang sampai berkeringan dingin ketika bertemu dengan orang baru.
3.	<p><b>Prognosis</b> Peneliti memilih langkah dan terapi atau treatment apa yang harus dilakukan untuk membantu konseli menyelesaikan masalahnya sesuai dengan permasalahan konseli saat ini.</p>	<p>Dari diagnosis yang ditetapkan peneliti sebelumnya. Peneliti sebagai konselor ahli menggunakan <i>Peer counseling</i> yang merupakan salah satu layanan konseling dengan menggunakan teknik <i>self disclosure</i> atau pengungkapan diri kepada konseli penyandang tuna daksa yang mengalami kecemasan memilih pasangan. Kecemasan ini mengakibatkan konseli menjadi sulit percaya dengan laki-laki yang ingin mengenalnya lebih dekat, dan kesulitan untuk menentukan siapa yang menjadi pasangannya saat ini.</p>

4.	<p><b>Treatment</b> Rangkaian proses pemberian bantuan yang dilakukan peneliti atau konselor dalam membantu konseli menyelesaikan masalah yang sedang dialami</p>	<p>Dalam pelaksanaan treatment peneliti menggunakan empat tahapan, yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menentukan konselor sebaya</li> <li>2. Pelaksanaan <i>peer counseling</i></li> <li>3. Evaluasi konselor sebaya</li> <li>4. Evaluasi dan follow up konselor ahli atau peneliti</li> </ol> <p>Dalam pelaksanaan <i>peer counseling</i> ini perlu adanya konselor sebaya tidak langsung dengan konselor ahli atau peneliti, karena konsep dari <i>peer counseling</i> adalah proses pelaksanaan konseling yang dilakukan oleh teman sebayanya. Dengan teman sebaya diharapkan menjadi faktor penguat harga diri dan perasaan bahagia dari konseli. Sementara <i>Self disclosure</i> sendiri sebagai cara interpersonal dalam membantu menunjukkan rasa terbuka pada konseli.</p>
----	---	---

5.	<p><b>Evaluasi dan Follow up</b></p> <p>Langkah terakhir yang dilakukan pada proses konseling untuk mengetahui apakah konseling terjadi dengan baik dan apakah ada perubahan pada diri konseli setelah melakukan konseling</p>	<p>Tahap evaluasi peneliti dengan mewawancarai kembali konseli dan konselor sebaya sebagai signifikan other dalam penelitian ini guna mengetahui perubahan yang dialami konseli. Perubahan yang terjadi tidak terlalu banyak, akan tetapi lebih baik dari sebelumnya.</p> <p>Menurut konseli bahwa dirinya merasa lebih peduli terhadap diri sendiri, selain itu konseli dapat lebih percaya dengan seseorang yang akan menerima informasi mengenai dirinya.</p> <p>Konseli merasa lebih terbuka dengan seseorang meskipun tidak semua orang, akan tetapi konseli lebih bisa menahan jika seseorang bertanya mengenai keadaannya.</p>
----	--	---

- b. Hasil Akhir Pelaksanaan *Peer Counseling* dengan Menggunakan Teknik *Self Disclosure* dalam Mengatasi Kecemasan Memilih Pasangan pada Mahasiswa Tuna Daksa di Kecamatan Sidayu

Untuk mengetahui hasil akhir proses pelaksanaan *peer counseling* dengan teknik *self disclosure*, dan memudahkan dalam membaca data. Peneliti menggunakan perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah melakukan konseling:

**Tabel 4.3**

**Tabel Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum Dan Sesudah Proses Konseling**

NO	KONDISI SEBELUM KONSELING	KONDISI SESUDAH KONSELING
1.	Konseli kurang percaya diri ketika bertemu orang baru dan selalu berusaha berpenampilan <i>Good Locking</i> agar tidak fokus dengan kekurangannya	Konseli lebih siap bertemu orang baru dengan lebih tampil sederhana dan menjadi dirinya sendiri.
2.	Konseli enggan bercerita atau memberi informasi kepada orang lain mengenai kondisinya.	Konseli lebih siap, ketika seseorang bertanya mengenai kondisinya. Dan siap untuk menyampaikan sedikit informasi kepada orang yang bertanya.
3.	Konseli merupakan pribadi yang mudah tersinggung dengan perkataan orang lain	Konseli bisa mengontrol emosinya untuk tidak mudah tersinggung. Jika ada yang bertanya, meskipun orang baru konseli siap menjawab dan memberikan sedikit

		informasi mengenai dirinya
4.	Konseli merasa takut ketika orang lain mengetahui kondisinya dan meninggalkan konseli	Konseli mulai percaya jika informasi yang disampaikan jujur dengan tujuan yang baik. Hasilnya lebih baik. Dan seseorang yang memutuskan bertanya kepadanya, berarti siap melihat kondisi yang sebenarnya.
5.	Konseli khawatir ketika diajak bertemu dengan teman laki-lakinya, dengan selalu menolak ketika diajak bertemu.	Konseli lebih yakin dan tidak menolak ketika diajak bertemu dengan teman laki-lakinya.
6.	Konseli merasa canggung sampai keringat dingin ketika bertemu dengan orang baru atau teman laki-lakinya.	Konseli lebih tenang dan bisa mengendalikan diri ketika bertemu dengan orang baru atau teman laki-lakinya.

Dari tabel diatas dapat diketahui perubahan yang dialami konseli sebelum melakukan proses konseling dan sesudah melakukan proses konseling dengan menggunakan teknik *self disclosure*. Penungkapan diri yang dilakukan konseli pun lebih baik daripada sebelum diberikan terapi.

Dalam pengungkapan diri konseli lebih baik dari sebelumnya, sebelum mendapatkan terapi konseli lebih mudah tersinggung ketika seseorang bertanya mengenai kondisinya, setelah

mendapatkan terapi konseli lebih siap mendapatkan pertanyaan dan menjawabnya dengan sukarela sesuai yang dibutuhkan.

## 2. Perspektif Islam

Setiap manusia diciptakan oleh Allah dengan sebaik-baik ciptaannya yang dibekali dengan kemampuan jasmani maupun rohani dan kemampuan menjalankan kehidupan. Dalam Al-Qur'an manusia merupakan makhluk biologis, sosial, dan spiritual. Sesuai dengan ayat Al-Qur'an Surah At-Tiin ayat 4.

٤ مَهْوُودًا نَسَحًا يَدُ نَسْرًا أَرْوَاهُ دَوْلًا

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (QS. At-Tiin: 4)”

Berdasarkan ayat diatas Allah menciptakan manusia dengan sempurna. Meskipun, terdapat beberapa orang yang lahir dengan fisik yang tidak sempurna. Dalam Al-Qur'an orang yang memiliki kelainan fisik atau cacat fisik disebut dengan *A'roj* (tuna daksa). Hidup sebagai penyandang tuna daksa bukan hal yang mudah, keinginan untuk menutupi kondisi saat ini memang hal yang wajar.

Akan tetapi, hidup sebagai makhluk sosial mengharuskan untuk bersikap terbuka dengan sesama. *Self disclosure* atau pengungkapan diri merupakan cara untuk bersikap terbuka dengan sesama mengenai kondisi saat ini baik kondisi menyedihkan maupun kebahagiaan.

Dalam penerapannya sikap terbuka harus diimbangi dengan keadilan. Yang artinya seseorang yang ingin terbuka dengan orang lain harus mengetahui situasi dan kondisi. Kapan harus menyampaikan suatu

informasi dan berapa banyak informasi yang disampaikan, dengan ini individu harus bersikap bijaksana. Tanpa adanya kebijaksanaan mengenai situasi dan kondisi dalam menerapkan sikap terbuka seseorang akan cenderung berbuat kedzaliman.

Dalam melakukan self disclosure juga perlu adanya keseimbangan, kepada siapa harus melakukan pengungkapan diri, dan batasan-batasan dalam melakukan pengungkapan diri. Adanya tujuan tertentu yang menentukan self disclosure dapat berjalan dengan sebagaimana mestinya.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan:

##### 1. Proses pelaksanaan

Proses pelaksanaan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan pada mahasiswa tuna daksa berjalan dengan lancar, meskipun pada penentuan konselor sebaya peneliti merasa kesulitan. Akan tetapi setelah melakukan pendekatan lebih dengan beberapa teman dekat konseli, peneliti dapat menentukan salah satu dari teman dekat konseli.

Proses pelaksanaan sesuai dengan proses pelaksanaan konseling pada umumnya yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi dan yang terakhir follow up.

Yang membedakan ada pada proses *self disclosure* (pengungkapan diri), konseli membutuhkan tiga sesi untuk melakukan *self disclosure* (pengungkapan diri) yaitu, sesi pertama basa-basi dengan sedikit menyinggung kondisi konseli. Sesi kedua konseli menyampaikan dan menunjukkan bentuk alat bantu kakinya, dan pada sesi ketiga konseli menunjukkan bentuk kedua kakinya dan alat bantu.

Keseluruhan tahapan diatas dilakukan konseli dengan baik, karena adanya kepercayaan, hubungan yang baik antara konseli dengan konselor sebaya

## 2. Hasil pelaksanaan konseling

Proses pelaksanaan *peer counseling* dengan menggunakan teknik *self disclosure* dalam mengatasi kecemasan pada mahasiswa tuna daksa dapat dikatakan berhasil.

Hal ini dilihat dari perubahan diri konseli yang sebelumnya sulit percaya dengan orang lain yang menyebabkan konseli tidak dapat melakukan *self disclosure* dengan baik. Namun, setelah melakukan konseling dengan menggunakan layanan *peer counseling* konseli merasa lebih diterima dan percaya dengan lawan bicaranya untuk menerima informasi yang belum diketahui sebelumnya oleh lawan bicaranya. Jadi, jika konseli sudah mampu untuk melakukan *self disclosure* secara baik dengan teman sebaya. maka, konseli lebih mudah untuk melakukan hal yang sama dengan tujuan yang berbeda kepada pasangannya

## B. Rekomendasi

### 1. Secara Teoritik

Penelitian yang dilakukan peneliti merupakan penelitian kualitatif, sehingga pada masa yang akan datang bisa berkembang lebih lanjut sehingga menjadi penelitian yang lebih sempurna. Harapan peneliti kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan dengan studi pustaka yang lebih luas sehingga menjadikan sempurna penelitian ini.

### 2. Secara Praktis

Rekomendasi ini ditujukan kepada peneliti sendiri maupun para praktisi konseling untuk menggunakan penelitian ini sebagai referensi dalam pelaksanaan konseling dengan masalah yang sama atau teknik yang sama.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa selama proses konseling masih belum sempurna, dan masih banyak kekurangan. Hal ini dikarenakan peneliti sebagai manusia biasa yang memiliki kekurangan dan keterbatasan dalam melaksanakan penelitian



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

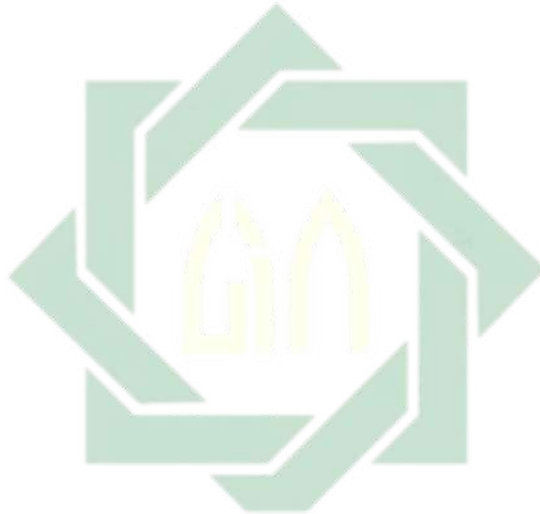
## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. *Psikologi Perkembangan*. Surabaya: Jaudar Press, 2017.
- Aldag. “*Developing Peer Helping Program And Testing Effectiveness*”. *Thesis of middle east technical University*. Social Sciences of Middle East Technical University: Thesis of middle east technical University., 2005.
- Arifianti Fajar Jayanti. “Self-Disclosure pada Remaja yang Mengalami Ketunadaksaan Karena Kecelakaan.” *Jurnal. Universitas Gunadarma* 3 (2010).
- . “Self-Disclosure pada Remaja yang Mengalami Ketunadaksaan Karena Kecelakaan.” *Jurnal, Universitas Gunadarma.*, 2010.
- Astiti, Shofi Puji. “Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) Dalam Menuntaskan Masalah Siswa.” *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology* 1, no. 2 (1 Desember 2019): 243–63. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.243-263>.
- Beni Ahmad Saebeni. *Metode Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Dariyo Agoes. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia, 2004.
- Deddy Mulyana. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Permata Rosdakarya, 2010.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2001.
- Djadja Rahardja. “Pendidikan Luar Biasa dalam Perspektif.” *JASSI*, 1, 9, no. 1 (2010).
- Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2006.

- Erhamwilda. *Konseling Sebaya Alternatif Kreatif layanan bimbingan dan konseling di sekolah*. Bandung: Media Akademi, 2011.
- Ghony Djunaidi, Almanshur Fauzan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Hardi Prasetiawan. "KONSELING TEMAN SEBAYA (PEER COUNSELING) UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN GAME ONLINE." *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 02, 01 (2015).
- Harold Dean Gray, Judith A Tindall. *Peer Counseling: In-Depth Look at Training Peer Helpers*. Muncie: Accelerated Development Inc, 1985.
- Ivi Marie Blackburn, Kate M. Davidson. *Terapi Kognitif untuk Depresi dan Kecemasan Suatu Petunjuk Bagi Praktisi*. Semarang: IKIP Semarang Press, 1994.
- J. A. DeVito. *Komunikasi antar manusia (Ed.5)*. Jakarta: Professional Books, 2010.
- J. P Chaplin. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2000.
- Kusmilah, Rimayanti. *Model Peer Counseling dalam Mengatasi Problematika Remaja Akhir*. Yogyakarta: FIP UNY, 2001.
- Lexy J Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007.
- M. B. Gainau. "Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya bagi Konseling." *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 1, 33 (2009).
- M. Nur Ghufron, Rini Risnawita. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014.
- M. S. Jourard. *The Transparent Self: Self Disclosure and Well-Being*. New York: Van Nostrand Reinhold Company, 1964.
- Mary Rebeca Regation. *Peer Counseling, A way of Life*. Manila: The Peer Counseling Foundation, 1982.

- Mukhlisah. *Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014.
- Mumpuniarti. *Pendidikan Anak Tuna Daksa*. Yogyakarta: PLB FIP, 2001.
- Musfir bin Said Az-Zahrani. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Musjafak Assjari. *Ortopedagogik Anak Tuna Daksa*. Bandung: Depdikbud RI, 1995.
- Rachmat Kriyantono. *Teknis Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media, 2010.
- Rita L Atkinson, Richard C Atkinson, dan Ernest R Hilgard. *Pengantar Psikologi*. (Diterjemahkan oleh Dr. Wijaya Kusuma). Jakarta: Interkasara Publisher, 2010.
- Sapari Imam Asy'ari. *Suatu Petunjuk Praktis Metode Penelitian*. Surabaya: Usaha Nasional, 1981.
- Saryono. *Metodologi Penelitian di Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: NuhaMedika, 2010.
- Sears, David O. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga, 1985.
- Somantri Sujihati. *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2006.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Elfabeta, 2007.
- Suwarjo. *Model konseling teman teman sebaya untuk pengembangan daya lentur (Resilience): "studi pengembangan panti sosial asuhan anak propinsi daerah Yogyakarta" di sertai universitas pendidikan Indonesia tidak di terbitkan*. Yogyakarta: Universitas Pendidikan Indonesia, 2008.
- Tri Dayaksini. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press, 2009.
- Utami, Vania, Lukmanul Hakim, dan Junaidin. "HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN KECEMASAN MEMILIH PASANGAN HIDUP PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL." *JURNAL PSIMAWA* 2, no. 1 (5 Desember 2019): 15–20. <https://doi.org/10.1234/jp.v2i1.431>.

- Yuliana. “Corona Virus Disease (Covid-19): Sebuah Tinjauan Literatur.” *Wellness and Healthy Magazine*, 2, no. 1 (2020).
- Yulianingsih. “Hubungan antara obesitas dengan kecemasan memperoleh pasangan hidup pada perempuan dewasa awal.” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A