

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Terapi Gestalt

##### a. Konsep Terapi Gestalt

Kata gestalt berasal dari bahasa Jerman, yang dalam bahasa Inggris berarti *form, shape, configuration, whole*; dalam bahasa Indonesia berarti “bentuk” atau “konfigurasi”, “hal”, “peristiwa”, “pola”, “totalitas”, atau “bentuk keseluruhan”.<sup>49</sup>

Berbagai istilah bahasa Inggris telah dicoba untuk menerjemahkan istilah gestalt ini. Namun istilah-istilah tersebut rupanya tidak pas, dalam arti tidak bisa menggambarkan arti yang sesungguhnya dari istilah itu dalam bahasa Jerman. Agak sulit memang untuk menerjemahkan istilah gestalt ke dalam bahasa lain. Sebab itu istilah gestalt tetap digunakan sebagaimana adanya dalam bahasa Inggris dan juga oleh kalangan ahli psikologi di Indonesia.<sup>50</sup>

Terapi ini dikembangkan oleh Frederick S. Pearls (1894-1970) yang didasari oleh empat aliran, yaitu psikoanalisis, fenomenologis, dan eksistensialisme, serta psikologi gestalt.

---

<sup>49</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal . 116.

<sup>50</sup> *Ibid.*

Menurut Pearls individu itu selalu aktif sebagai keseluruhan. Individu bukanlah jumlah dari bagian-bagian atau organ-organ semata. Individu yang sehat adalah yang seimbang antara ikatan organisme dengan lingkungan. Karena itu pertentangan antara keberadaan sosial dengan biologis merupakan konsep dasar terapi gestalt.<sup>51</sup>

Terapi gestalt menekankan pada “apa” dan “bagaimana” dari pengalaman masa kini untuk membantu klien menerima perbedaan-perbedaan mereka. Konsep pentingnya adalah holisme, proses pembentukan figur, kesadaran, unfinished business dan penolakan, kontak dan energi.<sup>52</sup>

Selain itu, gestalt juga menekankan pada pentingnya tanggung jawab diri. Sebagaimana yang dikatakan oleh Eleanor O’Leary dalam *Konseling dan Psikoterapinya* Stephen Palmer bahwa:

“Bertanggung jawab pada diri sendiri adalah inti terapi gestalt. Klien dibantu untuk berpindah dari posisi ketergantungan pada orang lain, termasuk pada terapis, ke keadaan yang bisa mendukung diri sendiri. Klien didorong untuk melakukan banyak hal secara mandiri. Awalnya klien melihat perasaan, emosi, dan masalahnya sebagai sesuatu di luar dirinya; digunakan frasa-frasa seperti ‘ia membuat aku merasa sangat bodoh’. Klien tidak bertanggung jawab atas dirinya, dan dalam pandangannya tak ada yang bisa dilakukan terhadap situasi itu kecuali menerima begitu saja. Klien tidak melihat dirinya telah punya masukan atau kendali atas kehidupannya. Klien dibantu menyadari bahwa ia bertanggung jawab atas hal yang taerjadi pada dirinya. Dialah yang harus memutuskan apakah harus mengubah situasi kehidupannya atau membiarkan tidak berubah.”<sup>53</sup>

---

<sup>51</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal. 66.

<sup>52</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI Press, 2005), hal. 43.

<sup>53</sup> Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 151.

Jadi, terapi gestalt adalah sebuah terapi yang didasari oleh aliran psikoanalisis, fenomenologis, dan eksistensialisme, serta psikologi gestalt yang mengutamakan pada tanggung jawab diri dan keutuhan atau totalitas organisme seorang individu, individu bukanlah organisme yang terpotong-potong pada bagian tertentu dalam menjalani kehidupannya.

#### **b. Pandangan tentang Manusia**

Asumsi dasar pendekatan gestalt tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi sendiri permasalahannya dalam hidup, terutama bila mereka menggunakan kesadaran akan pengalaman yang sedang dialami dan dunia sekitarnya. Gestalt berpendapat bahwa individu memiliki masalah karena menghindari masalah. Oleh karena itu pendekatan gestalt mempersiapkan individu dengan intervensi dan tantangan untuk membantu konseli mencapai integrasi diri dan menjadi lebih autentik.

Area yang paling penting yang harus diperhatikan dalam konseling menurut pendekatan ini adalah pemikiran dan perasaan yang individu alami pada saat sekarang. Perilaku yang normal dan sehat terjadi bila individu bertindak dan bereaksi sebagai organisme yang total, yaitu memiliki kesadaran pada pemikiran, perasaan dan tindakan pada masa sekarang. Banyak orang yang memisahkan kehidupannya dan berkonsentrasi serta memfokuskan perhatiannya pada poin-poin dan kejadian-kejadian tertentu dalam kehidupannya. Hal ini menyebabkan fragmentasi dalam diri yang dapat

terlihat dari gaya hidup yang tidak efektif yang berakibat pada produktifitas yang rendah bahkan membuat masalah kehidupan yang lebih serius.

Pendekatan gestalt berpendapat bahwa individu yang sehat secara mental adalah:

1. Individu yang dapat mempertahankan kesadaran tanpa dipecah oleh berbagai stimulasi dari lingkungan yang dapat mengganggu perhatian individu. Orang tersebut dapat secara penuh dan jelas mengalami dan mengenali kebutuhannya dan alternatif potensi lingkungan untuk memenuhi kebutuhannya.
2. Individu yang dapat merasakan dan berbagi konflik pribadi dan frustrasi tapi dengan kesadaran dan konsentrasi yang tinggi tanpa ada pencampuran dengan fantasi-fantasi.
3. Individu yang dapat membedakan konflik dan masalah yang dapat diselesaikan dan tidak dapat diselesaikan.
4. Individu yang dapat mengambil tanggung jawab atas hidupnya.
5. Individu yang dapat berfokus pada satu kebutuhan (*the figure*) pada satu waktu sambil menghubungkannya dengan kebutuhan yang lain (*the ground*), sehingga ketika kebutuhan itu terpenuhi disebut juga Gestalt yang sudah lengkap.

Menurut gestalt, individu menyebabkan dirinya terjerumus pada masalah-masalah tambahan karena tidak mengatasi kehidupannya dengan baik pada kategori di bawah ini:

- 1) Kurang kontak dengan lingkungan, yaitu individu menjadi kaku dan memutus hubungan antara dirinya dengan orang lain dan lingkungan.
- 2) *Confluence*, yaitu individu yang terlalu banyak memasukkan nilai-nilai lingkungan pada dirinya, sehingga mereka kehilangan pijakan dirinya dan kemudian lingkungan yang mengontrol dirinya.
- 3) *Unfinished business*, yaitu orang yang memiliki kebutuhan yang tidak terpenuhi, perasaan yang tidak terekspresikan dan situasi yang belum selesai yang mengganggu perhatiannya (yang mungkin dimanifestasikan dalam mimpi).
- 4) *Fragmentasi*, yaitu orang yang mencoba untuk menemukan atau menolak kebutuhan, seperti kebutuhan agresi.
- 5) *Topdog/underdog*, orang yang mengalami perpecahan dalam kepribadiannya, yaitu antara apa yang mereka pikir “harus” dilakukan (*topdog*) dan apa yang mereka “inginkan” (*underdog*).
- 6) *Polaritas/dikotomi*, yaitu orang yang cenderung untuk “bingung dan tidak dapat berkata-kata (*speecheless*)” pada saat terjadi dikotomi pada dirinya seperti antara tubuh dan pikiran (*body and mind*), antara diri dan lingkungan (*self-external world*), antara emosi dan kenyataan (*emotion-reality*), dan sebagainya.

Terdapat lima tipe polaritas, yaitu sebagai berikut:

1. Polaritas fisik, yaitu polaritas maskulin dan feminin.

2. Polaritas emosi, yaitu polaritas antara kesenangan dan kesakitan, antara kesenangan (*excitement*) dan depresi, serta antara cinta dan benci.
3. Polaritas mental, yaitu polaritas antar ego orang tua dan ego anak, antara eros (perasaan) dan logos (akal sehat), serta antara yang harus dilakukan (*topdog*) dan yang diinginkan (*underdog*).
4. Polaritas spiritual, yaitu polaritas antara keraguan intelektual dan dogma agama.
5. Polaritas interindividual, yaitu polaritas antara laki-laki dan perempuan.<sup>54</sup>

Terapi gestalt juga mengatakan bahwa manusia bertujuan untuk *wholeness* (diri yang utuh) dan integrasi diri dari pikiran, perasaan dan tingkah laku. Manusia memiliki kemampuan untuk mengenali pengaruh masa lalu terhadap masalah pada saat ini. Penekanan pada *here and now* (keadaan di sini dan sekarang), pilihan dan tanggung jawab pribadi.<sup>55</sup>

Menurut Perls, manusia yang sehat adalah mereka yang dapat bertindak secara produktif dalam melaksanakan tugas-tugas kehidupan dan pemeliharaan, dan secara intuitif bergerak menuju pertumbuhan dan pemeliharaan diri (*self-preservation*). Setiap manusia dapat menangani dengan berhasil masalah dalam hidupnya jika mereka tahu siapa dirinya dan dapat

---

<sup>54</sup> Gantina Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT INDEKS, 2011), hal. 289-292.

<sup>55</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, hal. 41.

mengorganisasikan (mengintegrasikan) semua kemampuannya ke dalam suatu rajutan tindakan-tindakan yang efektif.<sup>56</sup> Oleh karena itu, dalam konseling, konselor perlu perlu mengarahkan konseli untuk mengembangkan kesadaran (*awareness*), menemukan dukungan dari dalam dirinya sendiri (*inner support*), dan mengembangkan perasaan mampu (*self-sufficiency*) sehingga mereka dapat mengakui bahwa kemampuan yang mereka butuhkan untuk membantu dirinya pada dasarnya berada di dalam diri mereka sendiri dan bukan di dalam diri orang lain (konselor).<sup>57</sup>

Manusia dapat melakukan banyak cara untuk mencapai kesadaran, salah satunya adalah dengan melakukan kontak dengan lingkungan. Kontak ini dilakukan melalui tujuh fungsi indera, yaitu melihat, mendengar, menyentuh, berbicara, bergerak, tersenyum, dan merasakan. Melalui kontak dengan lingkungan seseorang dapat belajar tentang diri dan lingkungan, dan itu akan membantunya untuk merasa menjadi bagian dari lingkungan, di samping memperoleh batasan yang lebih jelas tentang siapa dirinya. Orang yang menghindari kontak dengan lingkungan mungkin merasa bahwa mereka melindungi dirinya, tetapi sebenarnya mereka sedang membentuk hambatan pertumbuhan dan aktualisasi diri. Konseling gestalt juga menekankan pada pentingnya manusia untuk mengambil tanggung jawab pribadi bagi kehidupannya sendiri, tidak menyerahkan nasibnya pada orang lain atau

---

<sup>56</sup> Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling*, (Surabaya: UNESA University Press, 2007), hal. 85.

<sup>57</sup> Retno Tri Hariastuti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 58.

lingkungan, dan tidak menyalahkan orang lain bagi kekecewaan atau kegagalannya.<sup>58</sup>

Sebuah contoh manusia tidak sehat menurut gestalt adalah seorang individu yang sedang depresi karena ibunya meninggal dunia. Maka anak ini menurut gestalt adalah manusia yang tidak sehat dengan alasan sebagai berikut:

1. Akibat stimulasi lingkungan, kesadaran dan perhatian individu tersebut terpecah.
2. Individu tidak dapat merasakan dan berbagi konflik pribadi/frustasinya kepada orang lain dengan kesadaran dan konsentrasi yang tinggi.
3. Individu tidak dapat membedakan antara masalah yang dapat diselesaikan dan masalah yang tidak dapat diselesaikan.
4. Individu tidak dapat bertanggung jawab atas dirinya sendiri (tidak dapat mandiri), ia merasa hidupnya bergantung pada ibunya.
5. Individu tersebut tidak dapat fokus dengan hidupnya.

### **c. Tujuan Terapi Gestalt**

Tujuan konseling gestalt adalah menciptakan eksperimen dengan konseli untuk membantu konseli dalam:

- a. Mencapai kesadaran atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya. Kesadaran itu termasuk di dalamnya, insight,

---

<sup>58</sup> *Ibid.*



penerimaan diri, pengetahuan tentang lingkungan, tanggung jawab terhadap pilihannya.

- b. Kemampuan untuk melakukan kontak dengan orang lain.
- c. Memiliki kemampuan mengenali, menerima mengekspresikan perasaan, pikiran dan keyakinan dirinya.<sup>59</sup>

Terapi gestalt ini juga bertujuan mendampingi klien dalam mencapai kesadaran dari pengalaman momen ke momen dan memperluas kapasitas dalam memilih. Yang mana tujuan terapi bukanlah analisis melainkan integrasi.<sup>60</sup>

Menurut Sofyan S. Willis dalam bukunya *Konseling Individual Teori dan Praktek* mengatakan bahwa tujuan konseling adalah membantu klien menjadi individu yang merdeka dan berdiri sendiri. Untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan:

- 1) Usaha membantu penyadaran klien tentang apa yang dilakukannya.
- 2) Membantu penyadaran tentang siapa dan hambatan dirinya.
- 3) Membantu klien menghilangkan hambatan dalam pengembangan penyadaran diri.<sup>61</sup>

Sebagaimana contoh seorang individu yang sedang depresi karena ibunya meninggal dunia, maka tujuan terapi gestalt ini diberikan agar individu

---

<sup>59</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 310.

<sup>60</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, Hal. 44.

<sup>61</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal. 66-67.

tersebut dapat mencapai kembali kesadaran dirinya, dapat hidup mandiri dan berkembang tanpa meratapi kepergian ibunya.

#### **d. Peran Dan Fungsi Konselor**

Pembinaan siswa di sekolah dilaksanakan oleh seluruh unsur pendidikan di sekolah, orang tua, masyarakat dan pemerintah. Pola tindakan siswa yang memiliki masalah di sekolah adalah sebagai berikut: seorang siswa memiliki masalah tentang kesulitan belajar di sekolah. Hal ini diketahui oleh guru kelasnya. Kemudian guru kelas tersebut menginformasikannya kepada guru bimbingan dan konseling. Di sinilah guru pembimbing berperan dalam mengetahui sebab-sebab yang melatar belakangi permasalahan siswa tersebut. Guru pembimbing meneliti latar belakang permasalahan siswa melalui serangkaian wawancara dan informasi dari sejumlah sumber data.<sup>62</sup>

Dalam proses konseling gestalt, konselor memiliki peran dan fungsi yang unik, yaitu:

- (1) Konselor memfokuskan pada perasaan, kesadaran, bahasa tubuh, hambatan energi, dan hambatan untuk mencapai kesadaran yang ada pada konseli.
- (2) Konselor adalah “*artistic participant*” yang memiliki peranan dalam menciptakan hidup baru konseli.
- (3) Konselor berperan sebagai *projection screen*.

---

<sup>62</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 96.

(4) Konselor harus dapat membaca dan menginterpretasi bentuk-bentuk bahasa yang dilontarkan konseli.<sup>63</sup>

Hubungan antara konselor dan konseli adalah aspek yang paling penting dalam konseling. Hubungan terapeutik terapi gestalt menekankan pada empat karakteristik dialog, yaitu:

1) Inklusi (*inclusion*)

Inklusi adalah menempatkan individu sepenuhnya dalam pengalaman orang lain tanpa menilai, menganalisis, dan menginterpretasi selagi secara simultan mempertahankan perasaan individu, kemandirian individu. Pendekatan ini adalah aplikasi eksistensial dan interpersonal dari fenomenologi. Inklusi mempersiapkan lingkungan yang aman untuk konseli dan dengan komunikasi yang penuh pemahaman terhadap pengalaman konseli sehingga membantu mempertajam kesadaran konseli.

2) Kehadiran (*presence*)

Konselor yang menggunakan pendekatan gestalt mengekspresikan dirinya kepada konseli. Pada umumnya, konselor memperlihatkan perasaan dan pengalaman pribadi, serta pemikiran dalam proses konseling untuk membantu konseli belajar tentang kepercayaan dan menggunakan pengalaman untuk meningkatkan kesadarannya.

3) Komitmen untuk dialog (*commitment to dialogue*)

---

<sup>63</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal 310.

Komitmen untuk dialog didapatkan melalui kontak. Kontak bukan sekedar hubungan dengan dua orang, tetapi kontak adalah segala sesuatu yang terjadi dua orang-konselor dan konseli. Konselor gestalt menciptakan kontak yang egaliter antara konselor dan konseli, bukan memanipulasi kliennya dengan mengontrol tujuan konseling.

4) Dialog yang hidup (*dialogue is lived*)

Dialog adalah segala sesuatu yang dilakukan, bukan sekedar dibicarakan. *Lived* menekankan pada kesenangan dan kepentingan dari melakukan eksperimen. Jenis dialog dapat berupa tarian, lagu, kata-kata atau berbagai bentuk yang dapat mengekspresikan dan menggerakkan energi konseli.<sup>64</sup>

Jadi, konselor di sini fungsinya adalah sebagai fasilitator, pembimbing, dan pendamping klien dalam perannya membantu klien mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya, sehingga klien dapat secara sadar dan mandiri mengembangkan atau meningkatkan potensi-potensi yang dimilikinya.

**e. Proses Dan Fase Terapi**

**a. Proses konseling**

1. *Transisi*, yaitu keadaan klien dari selalu ingin dibantu oleh lingkungan kepada keadaan berdiri sendiri. Artinya kepribadiannya tak sempurna, ada bagian yang hilang. Bagian yang hilang ini disebut pusat. Tanpa

---

<sup>64</sup> *Ibid*, hal. 316-317.

pusat berarti terapi berlangsung pada bagian-bagian yang *pariferal* sehingga tak suatu titik awal yang baik.

Contoh: seorang individu yang depresi karena ibunya meninggal dunia, individu tersebut sangat kehilangan ibunya yang selama ini menjadi bagian dari hidupnya.

2. *Avoidance and Unfinished Business*. Yang termasuk dalam *unfinished business* ialah emosi-emosi, peristiwa-peristiwa, pemikiran-pemikiran yang terlambat dikemukakan klien. *Avoidance* adalah segala sesuatu yang digunakan klien untuk lari dari *unfinished business*. Bentuk *unfinished business* antara lain *phobia*, *escape*, ingin mengganti konselor.

Contoh: klien merasa sangat bersedih, frustrasi atas kepergian ibunya, klien merasa takut tidak dapat menjalani hidup tanpa ibunya.

3. *Impasse*, yaitu individu atau konseling yang bingung, kecewa, terhambat. Contoh: individu yang bingung, kecewa dan beberapa aktifitas hidupnya terhambat seperti tidak makan, minum, mandi, ataupun tidak berangkat ke sekolah.

4. *Here and Now*, yaitu penanganan kasus adalah di sini dan masa kini. Konselor tidak menanyakan *why* karena hal itu akan menyebabkan

klien melakukan rasionalisasi dan tak akan menghasilkan pemahaman diri.<sup>65</sup>

Contoh: konselor membantu mengatasi kesedihan atau rasa frustrasi klien agar dapat menemukan kembali sesuatu yang lain yang dapat membuatnya tersenyum kembali. Konselor juga berusaha memotivasi individu tersebut bahwa ia dapat hidup dan berkembang secara mandiri.

#### **b. Fase Konseling**

1- Fase Pertama. Membentuk pola pertemuan terapeutik agar terjadi situasi yang memungkinkan perubahan perilaku klien. Pola yang diciptakan berbeda untuk setiap klien karena masing-masing mempunyai keunikan sebagai individu, serta memiliki kebutuhan yang bergantung kepada masalah yang harus dipecahkan. Situasi ini mengandung komponen emosional dan intuitif.

2- Fase Kedua. Melaksanakan pengawasan (*control*) yaitu usaha konselor untuk meyakinkan klien untuk mengikuti prosedur konseling.

Dalam fase ini dilakukan dua hal:

a. Menumbuhkan motivasi klien, dalam hal ini klien diberi kesempatan untuk menyadari ketidak senangannya atau ketidak puasannya. Makin tinggi kesadaran klien terhadap ketidak puasannya makin besar motivasi untuk mencapai perubahan

---

<sup>65</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal. 68.

dirinya, sehingga makin tinggi keinginan klien untuk bekerjasama dengan konselor.

- b. Menciptakan rapport, yaitu hubungan baik antara konselor dengan klien agar timbul rasa percaya pada klien bahwa segala usaha konselor itu disadari benar oleh klien untuk kepentingannya. Dalam fase ini konselor harus membangkitkan otonomi klien dan menekankan pada klien bahwa klien boleh menolak saran-saran konselor asal dapat mengemukakan alasan-alasannya. Segala kegiatan pada fase ini didasarkan pada tujuan dan harapan-harapan klien.

3- Fase Ketiga. Mendorong klien untuk mengungkapkan perasaan-perasaan dan kecemasannya. Di dalam fase ini diusahakan untuk menemukan aspek-aspek kepribadian klien yang hilang.

4- Fase Terakhir. Setelah terjadi pemahaman diri maka pada fase ini klien harus sudah memiliki kepribadian yang terintegral sebagai manusia individu yang unik. Klien harus sudah mempunyai kepercayaan pada potensinya, selalu menyadari dirinya, sadar dan bertanggung jawab atas sifat otonominya, perbuatannya, perasaan-perasannya, pikiran-pikirannya. Klien harus sudah menunjukkan ciri-ciri terintegrasinya

atensi dan kesadaran. Tindakan-tindakannya terarah pada aspek-aspek lingkungan yang relevan secara harmonis dan terpadu.<sup>66</sup>

#### **f. Tahap-Tahap Konseling**

Ketika seorang konselor ingin menggunakan konseling gestalt, ia harus menyadari bahwa konseli itu unik dan selalu berevolusi sepanjang waktu. Hal ini berimplikasi bahwa diagnosis yang dibuat bersifat fleksibel. Dengan demikian tahap awal yang dilakukan konselor dalam menggunakan konseling gestalt adalah mempertimbangkan kesesuaian konseling gestalt dengan konseli.

Proses konseling gestalt terjadi dalam tahapan tertentu yang fleksibel. Tiap-tiap tahap memiliki prioritas dan tujuan tertentu yang membantu konselor dalam mengorganisasikan proses konseling. Tahapan-tahapan tersebut adalah:

##### 1. Tahap pertama (*the beginning phase*)

Pada tahap ini konselor menggunakan metode fenomenologi untuk meningkatkan kesadaran konseli, menciptakan hubungan dialogis, mendorong keberfungsian konseli secara sehat dan menstimulasi konseli untuk mengembangkan dukungan pribadi (*personal support*) dan lingkungannya.

---

<sup>66</sup> Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal 63-64.



Secara garis besar, proses yang dilalui dalam konseling pada tahap pertama adalah:

- a. Menciptakan tempat yang aman dan nyaman (*safe container*) untuk proses konseling.
- b. Mengembangkan hubungan kolaboratif (*working alliance*).
- c. Mengumpulkan data, pengalaman konseli, dan keseluruhan gambaran kepribadiannya dengan pendekatan fenomenologis.
- d. Meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab pribadi konseli.
- e. Membangun sebuah hubungan yang dialogis.
- f. Meningkatkan *self-support*, khususnya dengan konseli yang memiliki proses diri yang rentan.
- g. Mengidentifikasi dan mengklarifikasikan kebutuhan-kebutuhan konseli dan tema-tema masalah yang muncul.
- h. Membuat prioritas dan kesimpulan diagnosis terhadap konseli.
- i. Mempertimbangkan isu-isu budaya dan isu-isu lainnya yang memiliki perbedaan potensial antara konselor dan konseli serta mempengaruhi proses konseling.
- j. Konselor mempersiapkan rencana untuk menghadapi kondisi-kondisi dari konseli, seperti menyakiti diri sendiri, kemarahan yang berlebihan, dan sebagainya.
- k. Bekerjasama dengan konseli untuk membuat rencana konseling.

## 2. Tahap kedua (*clearing the ground*)

Pada tahap ini konseling berlanjut pada strategi-strategi yang lebih spesifik. Konseli mengeksplorasi berbagai introyeksi, berbagai modifikasi kontak yang dilakukan dan *unfinished business*. Peran konselor adalah secara berkelanjutan mendorong dan membangkitkan keberanian konseli mengungkapkan ekspresi pengalaman dan emosi-emosinya dalam rangka katarsis dan menawarkan konseli untuk melakukan berbagai eksperimentasi untuk meningkatkan kesadarannya, tanggung jawab pribadi dan memahami *unfinished business*. Adapun proses tahap ini meliputi:

- a. Mengeksplorasi introyeksi-introyeksi dan modifikasi kontak.
- b. Mengatasi urusan yang tidak selesai (*unfinished business*).
- c. Mendukung ekspresi-ekspresi konseli atau proses katarsis.
- d. Melakukan eksperimentasi perilaku baru dan memperluas pilihan-pilihan bagi konseli.
- e. Terlibat secara terus menerus dalam hubungan yang dialogis.

## 3. Tahap ketiga (*the existential encounter*)

Pada tahap ini ditandai dengan aktifitas yang dilakukan konseli dengan mengeksplorasi masalahnya secara mendalam dan membuat perubahan-perubahan yang cukup signifikan. Tahap ini merupakan fase tersulit karena pada tahap ini konseli menghadapi kecemasan-kecemasannya sendiri, ketidak pastian dan ketakutan-ketakutan yang selama ini terpendam dalam diri. Selain itu konseli menghadapi perasaan terancam yang kuat disertai

dengan perasaan kehilangan harapan untuk hidup yang lebih mapan. Pada fase ini konselor memberikan dukungan dan motivasi berusaha memberikan keyakinan ketika konseli cemas dan ragu-ragu menghadapi masalahnya.

Pada tahap ini terdapat beberapa langkah yaitu:

- a. Menghadapi hal-hal yang tidak diketahui dan mempercayai regulasi diri organismik klien untuk berkembang.
  - b. Memiliki kembali bagian dari diri konseli yang tadinya hilang atau tidak diakui.
  - c. Memuat suatu keputusan eksistensial untuk hidup dan terus berjalan.
  - d. Bekerja secara sistematis dan terus-menerus dalam mengatasi keyakinan konseli yang destruktif, tema-tema kehidupan klien yang negative.
  - e. Memilih hidup dengan keberanian menghadapi ketidakpastian.
  - f. Berhubungan dengan makna-makna spiritual.
  - g. Mengalami sebuah hubungan perbaikan yang terus menerus berkembang.
4. Tahap keempat (*integration*)

Pada tahap ini konseli sudah mulai mengatasi krisis-krisis yang dialami sebelumnya dan mulai mengintegrasikan keseluruhan diri (*self*), pengalaman dan emosi-emosinya dalam perspektif yang baru. Konseli telah mampu menerima ketidakpastian, kecemasan dan ketakutannya, serta

menerima tanggung jawab atas kehidupannya sendiri. Tahap ini terdiri dari beberapa langkah di antaranya yaitu:

- a. Membentuk kembali pola-pola hidup dalam bimbingan pemahaman baru dan insight baru.
- b. Memfokuskan pada pembuatan kontrak relasi yang memuaskan.
- c. Berhubungan dengan masyarakat dan komunitas secara luas.
- d. Menerima ketidakpastian dan kecemasan yang dapat menghasilkan makna-makna baru.
- e. Menerima tanggung jawab untuk hidup.

5. Tahap kelima (*ending*)

Pada tahap ini konseli siap untuk memulai kehidupan secara mandiri tanpa supervisi konselor. Tahap pengakhiran ditandai dengan proses sebagai berikut:

- a. Berusaha untuk melakukan tindakan antisipasi akibat hubungan konseling yang telah usai.
- b. Memberikan proses pembahasan kembali isu-isu yang ada.
- c. Merayakan apa yang telah dicapai.
- d. Menerima apa yang belum tercapai.
- e. Melakukan antisipasi dan perencanaan terhadap krisis di masa depan.
- f. Membiarkan pergi dan terus melanjutkan kehidupan.

Setiap tahap-tahap di atas, Perls mengungkapkan tahapan konseling yang dikaitkan dengan perkembangan kepribadian individu. Perls

mengumpamakan kepribadian individu seperti mengupas lapisan bawang (*peeling an of onion*). Lima lapisan di bawah ini membentuk tahap-tahap konseling atau disebut juga dengan lima tahap menuju gaya hidup gestalt.

1) Lapisan phony (*the phony layer*)

Tahap dimana individu yang terjebak pada proses menjadi orang yang sebenarnya bukan mereka. Phony layer dikarakteristikan sebagai individu yang memiliki banyak konflik yang tidak pernah diselesaikan. Contoh: seorang individu yang mengalami depresi atas kepergian ibunya.

2) Lapisan phobic (*the phobic layer*)

Tahap ini individu menjadi lebih sadar tentang ketakutan untuk mempertahankan permainan ini. Pengalaman ini seringkali ditakuti. Contoh: individu merasa takut atau khawatir tidak dapat melakukan beberapa aktivitas tanpa didampingi ibunya.

3) Lapisan impasse (*the impasse layer*)

Pada lapisan ini individu mencapai ketika mereka mendapat dukungan dan menemukan, bahwa mereka tidak mengetahui cara yang terbaik untuk menghadapi ketakutan dan ketidaksenangan. Orang seringkali menjadi terhambat pada tahap ini dan menolak untuk maju. Contoh: aktivitas hidup individu terhambat, tidak makan, dan tidak minum.

4) Lapisan implosif (*the implosive layer*)

Pada lapisan ini individu memiliki lapisan bahwa mereka membatasi diri mereka, dan mereka memulai bereksperimen dengan tingkah laku

baru dalam setting konseling. Contoh: individu mencoba melakukan aktivitas sendiri, makan atau memasak makanan sendiri.

5) Lapisan eksplosif (*the explosive layer*)

Bila eksperimen dengan tingka laku baru mereka sukses di luar setting konseling, individu baru mencapai *the explosive layer*, dimana mereka banyak menemukan energi yang tidak terpakai dan terjebak dalam *the phony layer*.<sup>67</sup> Contoh: individu yang sebelumnya takut melakukan sesuatu seperti makan atau memasak tanpa didampingi ibunya menjadi mandiri dalam melakukan aktivitas tersebut.

**g. Teknik-Teknik Konseling**

Retno Tri Hariastuti dalam Dasar-dasar bimbingan dan Konselingnya mengemukakan bahwa konseling gestalt menggunakan banyak teknik atau strategi intervensi, namun yang paling banyak digunakan adalah eksperimen, penggunaan bahasa, analisis impian, fantasi, bermain peran, bermain topdog/underdog, interpretasi komunikasi tubuh dan kelompok.

*Eksperimen* berarti mendorong konseli untuk mengalami, dan mencoba cara-cara baru. Melalui teknik ini konselor membelajarkan konseli untuk mengalami dan menghayati kembali masalah-masalah yang tak terselesaikan ke dalam situasi di sini dan sekarang. *Penggunaan bahasa* yakni teknik dimana konselor dapat menciptakan suatu iklim lingkungan yang dapat mendorong perubahan bahasa-bahasa. Hal ini dilakukan dengan menggunakan

---

<sup>67</sup> Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik*, hal. 311-316.

pertanyaan “apa” dan “bagaimana” dan bukan “mengapa” dan menggunakan pernyataan “saya”. Penggunaan bahasa juga untuk mendorong konseli agar memusatkan perhatian pada perasaan dan pengalamannya sendiri, yakni menyatakan pengalaman “di sini dan sekarang”. *Memaknakan impian* yaitu memberikan interpretasi impian. Impian dipandang sebagai sebuah “jalan yang lebar menuju integrasi diri”. Dalam hal ini bagian dari impian dipandang merepresentasikan proyeksi atau aspek-aspek individu. Dengan memahami impian, konseli lebih mungkin memperoleh kesadaran. *Fantasi*, yakni teknik untuk membantu konseli untuk meningkatkan kesadaran dirinya. Fantasi dipandang merepresentasikan proyeksi atau aspek-aspek pribadi klien. Teknik ini, sebagaimana halnya eksplorasi impian, membantu konseli untuk lebih sadar tentang kontak dengan perasaannya dan menjadi lebih mampu untuk mengekspresikan emosi-emosinya.

*Bermain peran*, menjadi teknik yang esensial dalam konseling gestalt. Salah satu bentuk bermain peran yang paling awal digunakan adalah psikodrama. Yang pada perkembangannya hampir tidak digunakan lagi. Bentuk bermain peran yang paling sering digunakan adalah “kursi kosong” (*empty chair*) untuk format konseling individual, dan “berkeliling” (*making around*) untuk format konseling kelompok. *Permainan topdog/underdog*, yakni menempatkan satu bagian diri untuk menceramahi, mendorong, dan mengancam bagian diri yang lain dalam rangka menuju “perilaku baik”. Topdog membuat penilaian dan mengatakan kepada underdog tentang

bagaimana seharusnya ia berpikir, merasa, atau bertindak. Topdog dapat diibaratkan kata hati atau superego dalam konsep psikoanalisa. Di sisi lain underdog cenderung untuk menurut dan senang meminta maaf tetapi tidak sungguh-sungguh untuk berubah. Teknik kursi kosong dapat digunakan untuk memunculkan kesadaran tentang permainan topdog/underdog dan mendorong integrasi bagian-bagian diri di samping mendorong perubahan. Teknik konseling dari Fritz yang banyak dikenal adalah penggunaan “kursi kosong”. Dalam teknik ini kesadaran merupakan elemen yang esensial bagi kesehatan emosional, karena kesadaran memiliki nilai menyembuhkan dan merupakan komponen inti dari semua aspek pribadi yang sehat.<sup>68</sup>

## **B. Disleksia**

### **a. Konsep Disleksia**

Disleksia berasal dari bahasa Yunani “*dys*” yang berarti “sulit dalam” dan “*lex*” (berasal dari *legein* yang berarti “berbicara”). Menderita disleksia berarti menderita simbol-simbol tulis atau “kesulitan membaca”. Snowling mendefinisikan disleksia adalah gangguan kemampuan dan kesulitan yang memberikan efek terhadap proses belajar, di antaranya adalah gangguan dalam proses membaca, mengungkapkan, menulis, dan terkadang sulit untuk memberikan kode (pengkodean) angka ataupun huruf. Sedangkan Henry mendefinisikan disleksia tidak hanya kesulitan belajar membaca tetapi juga

---

<sup>68</sup> Retno Tri Hariastuti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 62-63.



menulis. Definisi menurut Henry tersebut dapat dipahami karena ada kaitan yang erat antara membaca dengan menulis. Anak yang kesulitan belajar membaca pada umumnya juga kesulitan menulis. Oleh karena itu, kesulitan belajar membaca dan menulis tidak dapat dilepaskan kaitannya dengan kesulitan bahasa, karena semua merupakan komponen sistem komunikasi yang terintegrasi.<sup>69</sup>

Istilah disleksia terkadang digunakan secara tidak tepat untuk mencakup kesulitan belajar secara luas. Sesungguhnya disleksia merupakan kesulitan belajar berbasis bahasa yang secara khusus terkait dengan membaca.<sup>70</sup>

Kesulitan belajar membaca sering disebut dengan disleksia. Kesulitan belajar membaca yang berat disebut *aleksia*. Kemampuan membaca tidak hanya merupakan dasar untuk menguasai berbagai bidang akademik, tetapi juga untuk meningkatkan keterampilan kerja dan memungkinkan orang untuk berpartisipasi dalam kehidupan masyarakat secara bersama. Ada dua jenis pelajaran membaca, yaitu membaca permulaan atau membaca lisan dan membaca pemahaman. Mengingat pentingnya kemampuan membaca bagi kehidupan, kesulitan belajar membaca hendaknya ditangani sedini mungkin.<sup>71</sup> Beberapa tokoh terkenal yang diketahui mempunyai disfungsi disleksia adalah

---

<sup>69</sup> Mulyadi, *Diagnosis Kesulitan Belajar & Bimbingan terhadap Kesulitan Belajar Khusus*, (Yogyakarta: Nuha Litera, 2010), hal. 153-14.

<sup>70</sup> Geoff Kewley dan Pauline Latham, *100 Ide Membimbing Anak ADHD*, hal. 83.

<sup>71</sup> Munawir Yusuf, *Pendidikan bagi Anak dengan Problema Belajar*, hal. 16.

Albert Einstein, Tom Cruise, Bella Thorne, Orlando Bloom, Whoopi Goldberg, Lee Kuan Yew dan Vanessa Amorosi.<sup>72</sup>

#### **b. Ciri-Ciri Anak yang Berindikasi atau Berpotensi Mengalami Disleksia**

Terminologi disleksia juga digunakan untuk merujuk kepada kehilangan kemampuan membaca pada seseorang dikarenakan akibat kerusakan pada otak. Selain memengaruhi kemampuan membaca dan menulis, disleksia juga ditengarai juga mempengaruhi kemampuan berbicara pada beberapa pengidapnya. Penderita disleksia secara fisik tidak akan terlihat sebagai penderita. Disleksia tidak hanya terbatas pada ketidak mampuan seseorang untuk menyusun atau membaca kalimat dalam urutan terbalik tetapi juga dalam berbagai macam urutan, termasuk dari atas ke bawah, kiri dan kanan, dan sulit menerima perintah yang seharusnya dilanjutkan ke memori pada otak. Hal ini yang sering menyebabkan penderita disleksia dianggap tidak konsentrasi dalam beberapa hal. Dalam kasus lain, ditemukan pula bahwa penderita tidak dapat menjawab pertanyaan yang seperti uraian, panjang lebar.<sup>73</sup>

Anak yang mengalami gangguan membaca memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a- Tidak lancar dalam membaca
- b- Sering banyak kesalahan dalam membaca

---

<sup>72</sup> <https://id.wikipedia.org/wiki/Disleksia>, diunduh pada hari Kamis, tanggal 11 April 2013 pukul 19:34 WIB.

<sup>73</sup> *Ibid.*

- c- Kemampuan memahami isi bacaan sangat rendah
- d- Sulit membedakan huruf yang mirip.<sup>74</sup>

Menurut Thomson dan Watkins dalam *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Bimbingan terhadap Kesulitan Belajar Khususnya* Mulyadi mengatakan bahwa disleksia memiliki kesulitan dalam tugas-tugas berikut:

1. Membaca dan menulis
2. Mengorganisir dan memahami waktu
3. Mengingat urutan nomor dan berkonsentrasi dalam jangka waktu yang lama
4. Belajar dan memahami ucapan dan tulisan
5. Mengenali dan mengulang kembali tulisan atau ucapan
6. Menemukan dan mengolah informasi tekstual.<sup>75</sup>

Sedangkan karakteristik umum disleksia adalah sebagai berikut:

- 1) Kurangnya kesadaran akan suara dalam kata-kata
- 2) Kesulitan membaca
- 3) Kesulitan menulis
- 4) Lemah dalam mengurutkan huruf atau angka
- 5) Kesulitan dengan ekspresi tulisan
- 6) Lambat dalam bahasa lisan
- 7) Lemah dalam menginterpretasikan apa yang didengar

---

<sup>74</sup> Munawir Yusuf, *Pendidikan bagi Anak dengan Problema Belajar*, hal. 37.

<sup>75</sup> Mulyadi, *Diagnosis Kesulitan Belajar & Bimbingan terhadap Kesulitan Belajar Khusus*, hal. 154.

- 8) Kesulitan dalam mengekspresikan secara lisan
- 9) Lemah dalam pemahaman membaca
- 10) Bingung dengan jarak, arah, dan waktu
- 11) Problem dengan tulisan tangan
- 12) Kesulitan dalam matematika terutama mengurutkan, arah, dan rumus matematika.<sup>76</sup>

Anak kesulitan belajar membaca sering memperlihatkan kebiasaan membaca yang tidak wajar. Mereka sering memperlihatkan adanya gerakan-gerakan membaca yang penuh ketegangan seperti mengernyitkan kening, gelisah, irama suara meninggi, atau menggigit bibir. Mereka juga sering memperlihatkan adanya perasaan tidak aman yang ditandai dengan adanya perilaku menolak untuk membaca, menangis, mencoba melawan guru. Pada saat membaca mereka sering kehilangan jejak sehingga sering terjadi pengulangan atau ada baris yang terlompat sehingga tidak dibaca. Mereka juga sering memperlihatkan adanya gerakan kepala ke arah lateral, ke kiri atau ke kanan, dan kadang-kadang meletakkan kepalanya pada buku.<sup>77</sup>

Anak kesulitan belajar membaca sering mengalami kekeliruan dalam mengenal kata. Kekeliruan jenis ini mencakup penghilangan, penyisipan, penggantian, pembalikan, salah ucap, perubahan tempat, tidak mengenal kata dan tersentak-sentak. Gejala penghilangan tampak misalnya pada saat

---

<sup>76</sup> *Ibid.*, hal. 155.

<sup>77</sup> *Ibid.*

dihadapkan pada bacaan “bunga mawar merah” dibaca oleh anak “bunga merah”. Penyisipan terjadi jika anak menambahkan kata pada kalimat yang sering dibaca, misalnya “bapak pergi ke rumah paman” dibaca oleh anak “bapak dan ibu pergi ke rumah paman”. Pergantian terjadi jika anak mengganti kata pada kalimat yang sedang dibaca, misalnya “itu buku kakak” dibaca “itu buku bapak”. Pembalikan tampak seperti pada saat anak seharusnya membaca “ubi” tetapi dibaca “ibu” dan kesalahan ucap nampak pada saat membaca tulisan “namun” dibaca “nanum”. Gejala perubahan tempat tampak seperti pada saat membaca “ibu pergi ke pasar” dibaca “ibu ke pasar pergi”. Gejala keraguan nampak pada saat anak berhenti membaca suatu kata dalam kalimat karena tidak dapat mengucapkan kata tersebut. Mereka sering membaca dengan irama tersentak-sentak karena sering berhadapan dengan kata-kata yang tidak dikenal ucapannya.<sup>78</sup>

Gejala kekeliruan memahami bacaan tampak pada banyaknya kekeliruan dalam menjawab pertanyaan yang terkait dengan bacaan, tidak mampu mengemukakan urutan cerita yang dibaca, dan tidak mampu memahami tema utama dari suatu cerita. Gejala serbaneka tampak seperti membaca kata demi kata, membaca dengan penuh ketegangan, nada tinggi, dan membaca dengan penekanan yang tidak tepat.<sup>79</sup>

---

<sup>78</sup> *Ibid.*, hal. 155-156.

<sup>79</sup> *Ibid.*

### c. Penyebab Disleksia

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa penyakit ini berkaitan dengan disfungsi daerah abu-abu pada otak. Disfungsi tersebut berhubungan dengan perubahan konektivitas di area fonologis (membaca). Beberapa tanda-tanda awal disleksia bawaan adalah telat berbicara, artikulasi tidak jelas dan terbalik-balik, kesulitan mempelajari bentuk dan bunyi huruf-huruf, bingung antara konsep ruang dan waktu, serta kesulitan mencerna instruksi verbal, cepat, dan berurutan. Pada usia sekolah, umumnya penderita disleksia dapat mengalami kesulitan menggabungkan huruf menjadi kata, kesulitan membaca, kesulitan memegang alat tulis dengan baik, dan kesulitan dalam menerima.<sup>80</sup>

Menurut Mulyadi, ada beberapa penyebab disleksia adalah faktor biologis, kognitif, dan perilaku.<sup>81</sup>

#### a) Biologis

Disleksia terjadi akibat pengaruh genetika atau kelainan otak. Disleksia sering dikatakan sebagai perilaku yang diturunkan melalui dasar biologis neurologi. Penelitian Colledge, et. al pada anak usia 4 tahun menunjukkan adanya pengaruh genetika pada perbedaan individu dalam bahasa, meskipun kadang *overlapping* dengan pengaruh genetik pada perbedaan individu dalam kemampuan kognitif.

---

<sup>80</sup> <https://id.wikipedia.org/wiki/Disleksia> diunduh pada hari Kamis, tanggal 11 April 2013 pukul 19:34 WIB.

<sup>81</sup> Mulyadi, *Diagnosis Kesulitan Belajar & Bimbingan terhadap Kesulitan Belajar Khusus*, hal. 169-170.

Kesulitan membaca juga berkaitan dengan faktor biologis, di antaranya:

1. Riwayat keluarga yang pernah mengalami disleksia, wilayah yang diidentifikasi ada tiga kromosom yang diprediksikan sebagai penyebab dari disleksia ini. Salah satu bagian yang terganggu di antaranya kelainan *magnocellular* dan gangguan pada *cerebral*.
2. Kehamilan yang bermasalah.
3. Masalah kesehatan yang cukup relevan, hal ini berdasarkan teori yang dikeluarkan oleh Pimfrey dan Reason yang menyatakan bahwa infeksi pada telinga bagian tengah pada awal tahun pertama (seperti cairan telinga yang mengental) dan kelainan pendengaran lain yang mungkin kurang memiliki efek yang baik dalam proses pembelajaran.

b) Kognitif

Bahasa merupakan salah satu di antara beberapa kemampuan yang berasal dari pematangan kognitif. Sedangkan faktor kognitif yang dijadikan sebagai salah satu faktor penyebab disleksia ini di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Pola artikulasi bahasa, dan
2. Anak-anak memiliki kekurangan kesadaran fonologi, contohnya kemampuan anak pada saat mengucapkan artikulasi bahasa dengan jelas dan untuk mendengar percakapan dengan cukup jelas.

c) Perilaku

Yaitu observasi normatif dari penampilan orang disleksia. Menurut kaum behavioristik, dalam perkembangannya anak memperoleh bahasa dari lingkungan di sekitarnya. Sedangkan untuk faktor perilaku yang dijadikan sebagai faktor penyebab disleksia adalah sebagai berikut:

1. Anak disleksia memiliki problem dalam hubungan sosial. Beberapa anak yang mengalami kesulitan bahasa, hal ini justru mengakibatkan mereka tidak akan malu jika mengalami kegagalan.
2. Stress merupakan implikasi dari kesulitan belajar.
3. Gangguan motorik. Menurut Nicholson dan Fawcet mengatakan bahwa disleksia pada anak akan selalu diiringi dengan gangguan motorik.

Melihat kompleksnya permasalahan anak disleksia, anak disleksia membutuhkan dukungan moral dari lingkungan.<sup>82</sup>

**d. Gejala-Gejala Disleksia**

Ada dua tipe disleksia, yaitu disleksia auditoris dan disleksia visual.

a. Disleksia Auditoris

Gejala-gejala disleksia auditoris adalah sebagai berikut:

- 1) Kesulitan dalam diskriminasi auditoris dan persepsi sehingga mengalami kesulitan dalam analisis fonetik, contohnya anak tidak dapat membedakan kata “kakak, katak, kapak”.

---

<sup>82</sup> *Ibid.*, hal. 169-171.



- 2) Kesulitan analisis dan sintesis auditoris, contohnya “ibu” tidak dapat diuraikan menjadi “i-bu” atau problem sintesa “p-i-ta” menjadi “pita”. Gangguan ini dapat menyebabkan kesulitan membaca dan mengeja.
- 3) Kesulitan reauditoris bunyi atau kata. Jika diberi huruf ia tidak dapat mengingat bunyi huruf atau kata tersebut, atau ketika melihat kata tidak dapat mengungkapkannya walaupun mengerti arti kata tersebut.
- 4) Membaca dalam hati lebih baik dari membaca lisan.
- 5) Kadang-kadang disertai gangguan urutan auditoris.
- 6) Anak cenderung melakukan aktifitas visual.

b. Disleksia Visual

Gejala-gejala disleksia visual adalah sebagai berikut:

- 1) Tendensi terbalik, misalnya b dibaca d, p menjadi g, u menjadi n, m menjadi w, dan sebagainya.
- 2) Kesulitan diskriminasi, mengacaukan huruf atau kata yang mirip.
- 3) Kesulitan mengikui dan mengingat urutan visual. Jika diberi huruf cetak untuk menyusun kata mengalami kesulitan, misalnya kata “ibu” menjadi “ubi” atau “iub”.
- 4) Memori visual terganggu.
- 5) Kecepatan persepsi lambat.
- 6) Kesulitan analisis dan sisntesis visual.
- 7) Hasil tes membaca buruk.

8) Biasanya lebih baik dalam kemampuan aktifitas auditoris.<sup>83</sup>

**e. Cara Membantu Siswa Disleksia**

Strategi untuk membantu anak disleksia adalah pengajaran sadar fonologis, termasuk pembedaan dan identifikasi bunyi, suku kata dan rima, dan mendengar bunyi dalam kata. Kaitan antara huruf dan bunyi juga harus diajarkan melalui cara yang terstruktur, kumulatif, dan multisensor. Anak disleksia membutuhkan pengingat dan perbaikan yang repetitif untuk hal yang telah dipelajari. Jika anak mengalami kesulitan dalam mengekspresikan ide, cobalah teknik visualisasi. Buatlah buku kosa kata dan gunakanlah rekaman cerita. Pastikan tugas bacaan sesuai dengan keterampilan dan tingkat pemahaman murid, juga menarik dan menantang. Tandailah kata kunci dan perintah dengan stabilo, alat bantu visual, dan kalimat singkat. Gunakan *font* yang besar dengan spasi yang cukup. Gunakanlah serangkaian pendekatan untuk mengakomodasi gaya berpikir dan belajar yang berbeda. Untuk pelajaran visual, gunakan serangkaian intraksi sosial, diskusi, tanya jawab, kata dengan gambar, dan permainan ingatan auditori. Pelajar kinestetis membutuhkan banyak cara berbeda untuk mengumpulkan informasi, melihat, mendengar, eksplorasi secara langsung, dan percobaan. Untuk anak dengan kesulitan ingatan auditori, pergunakan serangkaian strategi ingatan dan permainan, mnemonik, dan jika perlu, diktafon, akan membantu. Untuk murid yang berjuang dengan kerja tertulis, carilah metode alternatif untuk merekam,

---

<sup>83</sup> *Ibid*, hal. 16-17.

misalnya mengembangkan keterampilan menyentuh-mengetik, menggunakan komputer, perekam kaset, diktafon, perangkat lunak untuk menulis, atau jika memungkinkan, perangkat lunak pengenalan suara.<sup>84</sup>

### **C. Implementasi Terapi Gestalt dalam Menangani Siswa Disleksia**

#### **a. Terapi Gestalt dalam Menangani Siswa Disleksia**

Masalah adalah suatu kendala atau persoalan yang harus dipecahkan. Dengan kata lain masalah merupakan kesenjangan antara kenyataan dengan suatu yang diharapkan dengan baik, agar tercapai tujuan dengan hasil yang maksimal. Masalah yang menimpa seseorang bila dibiarkan berkembang dan tidak segera dipecahkan dapat mengganggu kehidupan, baik dirinya sendiri maupun orang lain. Maka dengan itu, suatu masalah dapat terjadi pada siapa saja, termasuk murid sekolah dasar. Masalah itu perlu diupayakan penanggulangannya agar dapat sesuai dengan apa yang diharapkan.

Permasalahan yang dialami oleh siswa di sekolah seringkali tidak dapat dihindari, meski dengan pengajaran baik sekalipun. Hal ini terlebih lagi disebabkan karena sumber-sumber permasalahan siswa banyak yang terletak di luar sekolah. Dalam kaitan itu, permasalahan siswa tidak boleh dibiarkan begitu saja.<sup>85</sup>

Surat Keputusan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara, Nomor 026 tahun 1989 menyebutkan secara eksplisit pekerjaan bimbingan dan

---

<sup>84</sup> Geoff Kewley dan Pauline Latham, *100 Ide Membimbing Anak ADHD*, hal. 83-84.

<sup>85</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal. 29.

penyuluhan (konseling) dan pekerjaan mengajar yang satu sama lain berkedudukan seimbang dan sejajar. Keberadaan pelayanan bimbingan dan penyuluhan di sekolah dipertegas lagi oleh Peraturan Pemerintah No. 28 Tahun 1990 (tentang Pendidikan Dasar) dan No. 29 Tahun 1990 (tentang Pendidikan Menengah). Dalam kedua Peraturan pemerintah itu disebutkan dalam Bab X, bahwa:

1. Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan.
2. Bimbingan diberikan oleh guru pembimbing.<sup>86</sup>

Peranan bimbingan dan konseling pada dasarnya adalah membantu individu dan kelompok individu anggota masyarakat untuk:

- a) Mengurangi sampai seminimal mungkin dampak sumber-sumber permasalahan terhadap individu dan kelompok yang bersangkutan.
- b) Mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh individu dan kelompok individu.
- c) Memperkembangkan diri individu dan kelompok individu seoptimal mungkin.<sup>87</sup>

Lebih lanjut untuk mengetahui latar belakang siswa X ini, peneliti melakukan wawancara dengan X dan salah satu guru yang pernah menjadi

---

<sup>86</sup> *Ibid.*, hal. 30.

<sup>87</sup> *Ibid.*, hal. 35.

wali kelasnya. Dari wawancara ini diketahui bahwa hobby siswa X adalah menonton televisi dengan acara kesukaannya adalah “Pesbukers”. X termasuk siswa yang pasif dalam kelas, pendiam dan tak banyak bicara. Pada saat jam istirahat pun X tidak ikut bermain dengan teman-temannya. Dia selalu duduk di bangkunya di dalam kelas. Tempat duduk X adalah di meja paling pojok kiri belakang kelas. Dalam berbagai mata pelajaran di sekolah X tidak bisa memahami bacaan, tidak bisa didikte untuk menulis, tidak bisa berhitung dan terutama tidak bisa memahami perintah yang panjang. Dalam berbagai tugasnya, X selalu dituntun dan menggunakan perintah/penjelasan dari guru secara berulang-ulang untuk memahaminya. Peneliti bersama dengan Bu Lilik mencoba untuk memberi tugas pada X untuk meminta tempat dan tanggal kelahirannya kepada guru wali kelasnya. Dan menghitung usianya sendiri saat ini. Dari tugas ini X memang membutuhkan waktu yang cukup lama dalam menyalin tulisan tempat dan tanggal lahirnya, yaitu Surabaya, 25 Agustus 1999. Kemudian X diminta untuk menghitung usianya saat ini. Cara menghitung X pun masih dituntun oleh gurunya dengan menggunakan bantuan jari-jari tangannya. Bahkan siswa X ini masih sangat kesulitan dalam menghitung angka 2013 dikurangi 1999. Dari hasil menghitung pengurangan angka ini pun siswa X membacanya masih terbalik, yaitu angka 14 dibaca menjadi angka 41. Ketika guru dari siswa X ini bercerita tentang kisah Malin Kundang, X ternyata tahu bahwa akhir ceritanya Malin Kundang dikutuk menjadi batu. Dilihat dari usianya, siswa

X memang terlihat lebih dewasa (seperti anak SMP) diantara teman-temannya. Selain itu dalam berbicara suara X sangat pelan. Siswa X juga sangat takut saat dipotong kukunya, sehingga terlihat kuku tangna X panjang-panjang terutama kuku jari kelingking dan jempolnya. Siswa X juga selalu mual-mual jika ada bau angin temannya. Ibu siswa X hanya sebagai ibu rumah tangga dan ayahnya adalah pensiunan dari anggota Angkatan Laut. Ketika belajar di rumah dengan dibantu kakak atau orang tuanya, X sering marah-marah sehingga keluarganya lelah untuk membantu mengajari X. Untuk kenaikan kelas X merupakan hasil pertimbangan para guru di sekolah. Orang tua X pernah disarankan oleh guru di sekolahnya untuk menyekolahkan X di sebuah sekolah inklusi, akan tetapi orang tua X menolak dengan alasan bahwa sekolah tersebut terlalu jauh untuk mereka mengantarkan X kesana. Sehingga sampai saat ini X tetap berada di sekolah ini.<sup>88</sup>

Tidak ada obat untuk disleksia, namun disleksia individu dapat belajar membaca dan menulis dengan dukungan pendidikan yang sesuai.<sup>89</sup> Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah yang menyangkut orang lain adalah Gestalt Therapy atau Terapi Gestalt. Namun bukan berarti, setiap orang yang mengalami masalah

---

<sup>88</sup> Wawancara dengan siswa X dan Bu Lilik pada hari Rabu, tanggal 21 Mei 2013, pukul 08.30 WIB.

<sup>89</sup> <http://www.news-medical.net/health/What-is-Dyslexia-%28Indonesian%29.aspx> di unduh pada hari Kamis, tanggal 11 April 2013, pukul 19:45 WIB.

disleksia selalu dapat ditangani dengan Terapi Gestalt. Setiap orang itu unik, itulah mengapa meskipun masalahnya sama tapi terjadi pada orang yang berbeda, dapat menggunakan metode terapi yang berbeda pula.

Sebagaimana konsep yang telah disebutkan pada sub bab sebelumnya mengenai terapi gestalt, tujuan utama terapinya adalah untuk meningkatkan proses pertumbuhan klien dan membantu klien mengembangkan potensi manusiawinya. Fokus utama dalam konseling gestalt adalah membantu individu melalui transisinya dari keadaan yang selalu dibantu oleh lingkungan ke keadaan mandiri (*self-support*). Konselor membuat klien menemukan cara atau mengembangkan potensinya sendiri. Bahwa apa yang hilang dari dirinya dapat ia peroleh kembali melalui pemahaman, permainan, dan menjadi bagian-bagian yang dihilangkannya.<sup>90</sup>

Bagian dari diri klien yang tidak utuh dalam penelitian ini adalah keadaan siswa yang mengalami disleksia, tidak dapat membaca dan menulis jika tidak dituntun yang kemungkinan adanya gangguan dalam otaknya sehingga siswa tersebut yang seharusnya dapat mengembangkan potensinya dalam proses belajarnya (terutama dalam hal belajar membaca dan menulis) menjadi terhambat. Dalam kegiatan belajar di sekolah siswa tersebut selalu bergantung pada gurunya, ia tidak dapat mandiri dalam mempelajari mata pelajaran-mata pelajaran di sekolah.

---

<sup>90</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 60-61.

## **b. Teknik Terapi untuk Siswa Disleksia**

Teknik yang akan digunakan peneliti dalam studi kasus siswa disleksia ini adalah dengan menggunakan teknik eksperimen.

Dalam teknik tersebut siswa diharapkan dapat menemukan kembali bagian dari dirinya yang hilang (ketidak mampuan membaca dan menulis) dan dapat mengembangkan potensinya secara mandiri. Siswa diharapkan dapat mengeja, merangkai huruf atau kata, membaca dan menulis dengan baik, atau sekurang-kurangnya siswa dapat mengenal dan membedakan huruf-huruf atau angka-angka. Sehingga siswa tidak bergantung pada gurunya dalam menulis dan membaca. Mengacu pada tujuan dari teknik-teknik konseling gestalt, peneliti akan menggunakan media-media pembelajaran yang dapat mendukung proses terlaksananya konseling.

Beberapa media yang digunakan tersebut adalah media pembelajaran yang berupa media grafis yaitu gambar-gambar, media audio seperti radio, media audio visual yaitu televisi, media papan yaitu papan tulis; media cetak yaitu majalah dan buku, dan media elektronik yaitu handphone.<sup>91</sup>

## **c. Pelaksanaan Terapi Konseling**

Pelaksanaan terapi secara sistematis pada studi kasus siswa disleksia ini diawali dengan identifikasi kasus, kemudian dengan diagnosis dan prognosis, dilanjutkan dengan proses terapi, dan yang terakhir yaitu evaluasi

---

<sup>91</sup> Materi perkuliahan pada mata kuliah “*Media Pembelajaran*” dengan dosen pembimbing Dr. Husniyatus Salamah Zainiyati, M.Ag pada hari Jum’at tanggal 13 Nopember 2011.



dan *follow up* (tindak lanjut). Identifikasi kasus siswa disleksia yaitu melakukan pengumpulan data tentang hal-hal yang berkenaan dengan klien. Usaha ini dilakukan agar dapat memahami klien secara detail tentang dirinya. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan diagnosa, prognosa dan proses terapi (*treatment*). Diagnosa merupakan langkah yang dilakukan untuk mengidentifikasi masalah klien. Diagnosa dilakukan untuk mengetahui penyebab dari kesulitan belajar disleksia siswa serta mencari alternatif solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Sedangkan prognosa adalah langkah yang dilakukan untuk menentukan terapi tertentu yang akan diberikan pada klien dan gambaran proses terapi yang akan dilakukan pada siswa tersebut. Proses terapi siswa disleksia ini mengikuti pada tahap-tahap konseling yang telah disebutkan di atas dalam terapi gestalt.

Jika proses terapi telah selesai, maka dilakukan evaluasi dan *follow up*. Evaluasi ini dilakukan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang diberikan kepada klien, apakah terapi yang dilakukan pada klien sudah berjalan sesuai dan efektif pada penanganan masalah klien. Dengan berakhirnya proses terapi maka perlu diberikan *follow up* untuk menindak lanjuti hasil dari evaluasi. Apakah siswa yang mengalami disleksia ini perlu membutuhkan terapi lanjutan ataukah sudah berhasil dan bagaimana agar siswa tersebut dapat mempertahankan hasil terapi dan mengembangkan potensi dirinya secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain, termasuk pada guru atau konselor.