

## **BAB IV**

### **LAPORAN HASIL PENELITIAN**

Dalam penelitian ini penulis sajikan data tentang gambaran umum dari penelitian yang terjadi di SMP Baitussalam Surabaya melalui hasil observasi, dokumentasi dan interview.

#### **A. Gambaran Umum Objek Penelitian**

##### **1. Letak Geografis SMP Baitussalam Surabaya**

SMP Baitussalam Surabaya terletak di jalan Ketintang Madya No. 94 Surabaya. dimana SMP Baitussalam Surabaya ini merupakan salah satu SMP swasta yang ada di Surabaya.

##### **2. Sejarah Singkat Berdirinya SMP Baitussalam Surabaya**

SMP Baitussalam Surabaya didirikan berdasarkan surat keputusan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia No. 0172/104.74/1996 tanggal 2 Mei 1996, tentang pembukaan Sekolah tahun pelajaran 1994/1996.<sup>1</sup>

##### **3. Profil Sekolah**

- a. Nama Sekolah : SMP BAITUSSALAM SURABAYA
- b. No. SK Pendirian : 0172/104.74/1996 Tanggal 2 Mei 1996
- c. No. Statistik : 204056027444

---

<sup>1</sup> Dokumentasi SMP Baitussalam Surabaya tahun ajaran 2012/2013

- d. No. Identitas Sekolah : 200040
- e. Luas Sekolah : 6000m<sup>2</sup>
- f. Luas Bangunan : 735m<sup>2</sup>
- g. Alamat Sekolah : JL. Ketintang Madya No. 94
- h. Desa : Karah
- i. Kecamatan : Jambangan
- j. Kab/kota : Surabaya
- k. Provinsi : Jawa timur
- l. No Telp : 031-8294155
- m. NSS : 204056027444
- n. NPSN : 20532634
- o. Akreditasi : B
- p. Status Sekolah : Swasta
- q. Tanggal Pendirian : 2 Mei 1995

#### **4. Visi dan Misi SMP Baitussalam Surabaya**

##### **a. Visi SMP Baitussalam Surabaya**

Menjadi sekolah tingkat pertama yang memiliki karakteristik pendidikan agama islam, ilmu pengetahuan dan teknologi serta ketrampilan dasar keahlian menuju kemandirian siswa

##### **b. Misi SMP Baitussalam Surabaya**

- 1) Meningkatkan kemampuan dasar siswa dibidang pendidikan agama islam, ilmu pengetahuan dan teknologi serta ketrampilan dasar menuju kemandirian di masa depan.
- 2) Meningkatkan kemampuan profesionalisme guru dibidang profesinya sebagai wujud ibadah kepada Allah SWT sasaran khusus : menjadikan yang berakhlak mulia.

**c. Motto SMP Baitussalam Surabaya**

Kejujuran lebih berharga dari dunia seisinya

**5. Keadaan Guru SMP Baitussalam Surabaya**

Guru mempunyai peran penting dalam proses pembelajaran, sehingga seringkali dijadikan tolak ukur berhasil tidaknya pendidikan disuatu sekolah. Selain itu, demi kelancaran dalam proses belajar mengajar juga diperlukan seorang karyawan yang akan membantu memenuhi kebutuhan yang diperlukan guru dan sekolah. Berikut keadaan guru dan karyawan SMP Baitussalam Surabaya.

**Table I**

**Guru dan Karyawan SMP Baitussalam Surabaya**

NO	Nama	Jabatan	Tugas mengajar
1	Gurik, S.Pd	GTY	Biologi
2	Nur Rahim, S.Ag	GTT	Agama
3	Luluk Humaidah, S.Pd	GTT	Sejarah

4	H. Choirur Rozi, S.Pd	GTY	Agama
5	Sri Sulasmi, S.Pd	GTT	Ekonomi
6	Wiwik Ningsih, S.Ag	GTT	Agama
7	Dra. Harum Farida	GTY	Matematika
8	Drs. Muslich joko S	GTY	Geografi
9	Herlis Selviana, S.Pd	GTY	Biologi
10	Dra. M. Chomsatin	GTY	Geografi
11	Sri Muljati, S.S	GTY	Bahasa Inggris
12	Sri Bimo Ari Bowo, ST	GTT	Komputer
13	Zainul Arifin, S.Pd. I	GTT	Agama
14	Tut Wuri H, S.Pd	GTT	Bahasa inggris
15	Inni Amaliyatus S, S.Pd	GTY	Fisika
16	Chafsah, S.Pd	GTT	B. indonesia
17	M. Suroso, S.Pd	GTT	Matematika
18	Aris Nurahman, S.Pd	GTT	Matematika
19	Moh. Mustofah, S.Pd	GTT	B. daerah
20	Roemihana, S.Pd	GTT	B. Inggris
21	Nanang Rosiyano, S.Pd	GTT	Agama
22	Hadi Saputra, S.Pd	GTT	Penjaskes
23	Yayan Permana, S.Pd	GTT	Kertakes
24	Ari Pujiono, S.Pd	GTT	-

25	Tyagita, SH	BP	BP
26	Elly Arifah, S.psi, M.S.i	BK	BK
27	Hadi Sutikno, S.Pd	Ka. TU	-
28	Hartini, SE	TU	-
29	Ariena Eka C. SE	TU	-
30	Siti Ningsih S.Pi	TU	-
31	Naning Tri Rahayu, SE	Perpustakaan	-
32	Ida Zulzilati, S.sos	Perpustakaan	-
33	Rahmad Sugeng	Kebersihan	-
34	Kasianto	Kebersihan	-
35	Arianto	Kebersihan	-

## 6. Keadaan Siswa SMP Baitussalam Surabaya

Siswa merupakan salah satu komponen pendidikan yang merupakan objek bagi guru, oleh karena itu tanpa komponen ini kegiatan belajar mengajar tidak akan berlangsung. Siswa yang ada di SMP Baitussalam Surabaya dengan rincian sebagai berikut:

Sebagai salah satu sekolah yang lagi berkembang, maka SMP Baitussalam Surabaya sudah memiliki peserta didik sebanyak kurang lebih 500 siswa, hal itu bisa dilihat dalam jumlah kelas di bawah ini:

- a. Kelas VII berjumlah 4 kelas yakni VII A, VII B, VII C, VII D

b. Kelas VII I berjumlah 3 kelas yakni VIII A, VIII B dan VIII C

c. Kelas IX berjumlah 2 kelas yakni IX A dan VII B

#### 7. Keadaan Sarana dan Prasarana SMP Baitussalam Surabaya

Keadaan sarana dan prasarana SMP Baitussalam Surabaya pada tahun pelajaran 2013/2014 adalah sebagai berikut:<sup>2</sup>

**Tabel II**

**Keadaan Sarana dan Prasarana SMP Baitussalam Surabaya**

NO	Nama barang	jumlah	Keterangan
1	Ruang kelas	10 ruang	Baik
2	Ruang kepala sekolah	1 Ruang	Baik
3	Ruang tata usaha	1 Ruang	Baik
4	Ruang guru	1 Ruang	Baik
5	Ruang BK	1 Ruang	Baik
6	Ruang koperasi	1 Ruang	Baik
7	Ruang UKS	1 Ruang	Baik
8	Ruang tamu	1 Ruang	Baik
9	Ruang perpustakaan	1 Ruang	Baik
10	Ruang komputer	1 Ruang	Baik
11	Ruang dapur	1 Ruang	Baik

<sup>2</sup> Dokumentasi SMP Baitussalam Surabaya diambil pada tanggal 7 Desember 2013

12	Kamar mandi guru	3 Ruang	Baik
13	Kamar mandi siswa	6 Ruang	Baik
14	Masjid	1 Ruang	Baik
15	Ruang LAB siswa	1 Ruang	Baik
16	Meja murid	145 buah	Baik
17	Meja guru	5 buah	Baik
18	Kursi murid	295 buah	Baik
19	Kursi guru	20 buah	Baik
20	Almari	11 buah	Baik
21	Rak buku	10 buah	Baik
22	Komputer praktek siswa	11 unit	Baik
23	Printer praktek siswa	1 unit	Baik
24	Komputer adm sekolah	2 unit	Baik
25	Printer kegiatan sekolah	2 unit	Baik
26	Meja komputer	14 buah	Baik
27	Kursi computer	22 buah	Baik
28	Mesin stensil	1 buah	Baik
29	Brankas	1 buah	Baik
30	OHP	1 unit	Baik
31	Alat kesenian	21 buah	Baik
32	Alat olahraga	50 buah	Baik

33	Alat ketrampilan	65 buah	Baik
34	Alat peraga matematika	36 buah	Baik
35	Alat peraga IPA	75 set	Baik
36	Alat peraga IPS	22 buah	Baik
37	Mike	5 v	Baik
38	Radio	2 unit	Baik

## **8. Bimbingan dan Konseling di SMP Baitussalam Surabaya**

### **a. Keadaan guru bimbingan konseling di SMP Baitussalam Surabaya**

Sebagai sekolah yang lagi dalam proses berkembang dengan akreditasi B, keadaan Guru bimbingan konseling di SMP Baitussalam Surabaya memang kurang memenuhi syarat, hal itu dapat dilihat dari jumlah Guru BK di sana hanya dua orang dengan jumlah siswa yang begitu banyak.

Ruangan bimbingan konseling juga tidak sesuai standart ruangan BK yang sebenarnya, tapi ruangan BK yang ada di SMP Baitussalam Surabaya ini sangatlah bermanfaat bagi sekolahan kelas swasta pada umumnya.

SMP Baitussalam Surabaya mempunyai dua orang guru pembimbing yang salah satunya bertugas sebagai koordinator bimbingan dan konseling.



**Table III****Daftar Guru Pembimbing SMP Baitussalam Surabaya**

No	Nama	Pendidikan terakhir	Tugas
1	Elly Arifah, S.psi, M.S.i	S-2	Koordinator BK
2	Tyagita, SH	S-1	Guru BK

Setiap guru pembimbing sudah memperoleh pembinaan serta pengembangan guru pembimbing, sehingga kebanyakan masalah yang dihadapi siswa khususnya anak-anak yang mempunyai masalah dibidang individu bisa teratasi dengan baik dan maksimal. Tapi tidak menutup kemungkinan Guru pembimbing meminta bantuan kepada instansi yang terkait apabila dirasa masalah yang dialami peserta didik tidak mampu diselesaikan sendiri.<sup>3</sup>

b. Daftar inventaris ruang BK di SMP Baitussalam Surabaya

**Tabel IV****Inventaris Ruang BK di SMP Baitussalam Surabaya**

No	Nama barang	Jumlah	Keadaan
1	Almari tiga pintu	1	Baik

<sup>3</sup> Dokumentasi SMP Baitussalam Surabaya di ambil pada tanggal 5 Desember 2013

2	Almari pendek	1	Baik
3	Almari etalase	1	Baik
4	Laci empat susun	1	Baik
5	Kursi kecil	3	Baik
6	Jam dinding	1	Baik
7	Kipas angin berdiri	1	Baik
8	Kursi tamu	4	Baik
9	Meja guru	2	Baik
10	Papan program kerja	1	Baik
11	Papan kegiatan BK	1	Baik
12	Rak data	1	Baik
13	Bak sampah	1	Baik

Pada hakikatnya, pelaksanaan bimbingan konseling di SMP Baitussalam Surabaya ini menjadi tanggung jawab bersama antara guru pembimbing dan petugas sekolah lainnya. Pelayanan bimbingan konseling di sekolah atau madrasah merupakan usaha membantu peserta didik dalam mengembangkan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar serta perencanaan dan pengembangan karier. Pelayanan konseling memfasilitasi pengembangan peserta didik secara individual atau pun kelompok sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, perkembangan,

serta peluang-peluang yang dimiliki. Pelayanan ini juga membantu mengatasi kelemahan dan hambatan masalah yang dihadapi peserta didik.<sup>4</sup>

1) Pengertian bimbingan dan konseling

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar dan perencanaan karir, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan norma-norma yang berlaku

2) Visi dan Misi bimbingan dan konseling di SMP Baitussalam Surabaya

a. visi

visi pelayanan bimbingan dan konseling adalah terwujudnya kehidupan kemanusiaan yang membahagiakan melalui tersedianya pelayanan bantuan dalam pemberian dukungan perkembangan dan pengentasan masalah agar peserta didik berkembang secara optimal, mandiri dan bahagia

b. Misi

- 1) Misi pendidikan yaitu memfasilitasi pengembangan peserta didik melalui pembentukan perilaku efektif-normatif keseharian dan masa depan.

---

<sup>4</sup> Elly Arifah, S.psi, M.Si, Wawancara, Surabaya Tanggal 5 Desember 2013

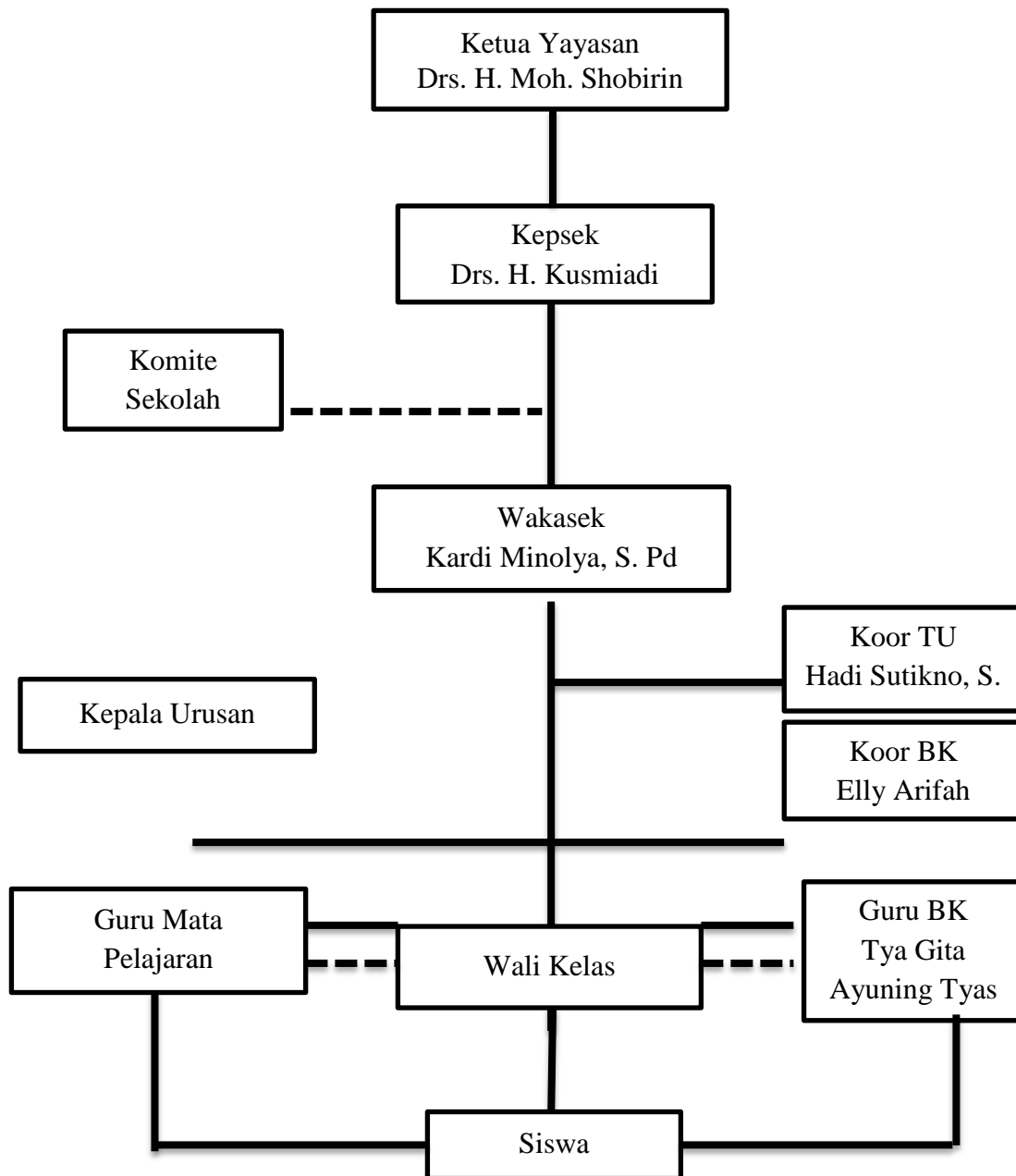
- 2) Misi pengembangan memfasilitasi potensi dan kompetensi peserta didik di dalam lingkungan
- 3) Misi pengentasan masalah, yaitu memfasilitasi pengentasan masalah peserta didik mengacu pada kehidupan efektif sehari-hari

c. Struktur organisasi bimbingan dan konseling di SMP Baitussalam Surabaya

## STRUKTUR ORGANISASI

### PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

#### SMP BAITUSSALAM SURABA



Keterangan:

———— : garis komando

----- : garis konsultasi

#### KETERANGAN

Uraian tugas masing-masing unsur pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMP Baitussalam Surabaya yaitu:

1. Kepala sekolah
  - a. Mengkoordinasikan segenap kegiatan yang diprogramkan di sekolah, sehingga kegiatan pengajaran, pelatihan dan bimbingan suatu kesatuan yang terpadu, harmonis dan dinamis
  - b. Menyediakan sarana prasarana, tenaga, sarana, dan berbagai kemudahan bagi terlaksananya pelayanan bimbingan yang efektif dan efisien
  - c. Melakukan pengawasan dan bimbingan terhadap perencanaan dan pelaksanaan program, penilaian, dan upaya tindak lanjut pelayanan bimbingan
  - d. Mempertanggung jawabkan pelaksanaan bimbingan di sekolah kepada atasan yang lebih tinggi
2. Koordinator BK

- a. Memasyarakatkan pelayanan bimbingan kepada segenap warga SMP Baitussalam Surabaya, orang tua dan masyarakat
  - b. Menyusun program bimbingan
  - c. Melaksanakan program bimbingan
  - d. Mengadministrasikan pelayanan bimbingan
  - e. Menilai program pelayanan bimbingan
  - f. Memberikan tindak lanjut terhadap hasil penilaian bimbingan
3. Guru mata pelajaran

Sebagai tenaga ahli pengajaran dalam mata pelajaran dan sebagai personel yang sehari-hari langsung berhubungan dengan siswa, peranan Guru mata pelajaran dalam layanan bimbingan adalah ;

- a. Membantu memasyarakatkan pelayanan bimbingan kepada siswa
- b. Membantu Guru pembimbing/konselor mengidentifikasi siswa-siswi yang memerlukan layanan bimbingan
- c. Mengalih tangankan siswa yang memerlukan layanan kepada guru pembimbing
- d. Menerima siswa alih tangan dari pembimbing atau konselor yaitu siswa yang menurut Guru pembimbing atau konselor memerlukan pelayanan pengajar khusus

- e. Membantu mengembangkan suasana kelas, hubungan guru-siswa dan hubungan siswa-siswa yang menunjang pelaksanaan pelayanan bimbingan
  - f. Memberikan kesempatan dan kemudahan kepada siswa yang memerlukan layanan/kegiatan bimbingan untuk mengikuti atau menjalani kegiatan yang dimaksudkan
  - g. Berpartisipasi dalam kegiatan khusus penanganan masalah siswa, seperti konferensi kasus
  - h. Membantu pengumpulan informasi yang diperlukan dalam rangka penilaian bimbingan dan upaya tindak lanjut
4. Wali kelas
- a. Membantu guru pembimbing atau konselor melaksanakan tugas-tugas khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawab
  - b. Membantu Guru mata pelajaran melaksanakan peranannya dalam pelayanan bimbingan, khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawabnya
  - c. Membantu memberikan kesempatan dan kemudahan bagi siswa, khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawab, untuk mengerti atau menjalani kegiatan bimbingan
5. Siswa
- Peserta didik yang berhak menerima pengajaran, latihan dan pelayanan bimbingan dan konseling



6. Tata usaha

Membantu kepala sekolah dalam penyelenggaraan administrasi, ketatausahaan sekolah dan pelaksanaan bimbingan konseling

7. Komite sekolah

Organisasi orang tua siswa yang berkewajiban membantu penyelenggaraan pendidikan termasuk pelaksanaan bimbingan konseling

8. Wakil kepala sekolah

Membantu kepala sekolah dalam pelaksanaan tugas-tugas kepala sekolah termasuk pelaksanaan bimbingan konseling

9. Guru pembimbing

Sebagai pelaksanaan utama, tenaga inti dan ahli, Guru konselor bertugas

- a. Memasyarakatkan pelayanan bimbingan
- b. Merencanakan program bimbingan
- c. Melaksanakan segenap layanan bimbingan
- d. Melaksanakan kegiatan pendukung bimbingan
- e. Menilai proses dan hasil pelayanan bimbingan dan kegiatan pendukungnya
- f. Melaksanakan tindak lanjut berdasarkan hasil penilaian

- g. Mengadmisistrasikan layanan dan kegiatan pendukung bimbingan yang melaksanakannya
- h. Mempertanggung jawabkan tugas dan kegiatan dalam pelayanan kepada Koordinator bimbingan.<sup>5</sup>

## **B. Penyajian Data**

Data yang akan penulis sajikan ini adalah data hasil penelitian mengenai Implementasi terapi eksisistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress (Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam Surabaya) adapun lokasi penelitian yang penulis pilih adalah di SMP Baitussalam Surabaya.

Untuk memperoleh data pelaksanaan terapi eksisistensial humanistik penulis menggunakan instrument pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi, untuk memperjelas penyajian data maka disusun berdasarkan 2 kategori yaitu.

1. Pelaksanaan terapi eksisistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress
2. Dampak dari pelaksanaan terapi eksisistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress

untuk lebih jelasnya dari pembahasan masalah di atas, maka penulis menyajikan data dari hasil penelitian, sebagai berikut:

---

<sup>5</sup> Dokumentasi BK SMP Baitussalam Surabaya di ambil pada tanggal 5 Desember 2013

## 1. Deskripsi Konselor

Konselor adalah orang yang memberikan bantuan pada orang lain yang mengalami kesulitan. sedangkan dia tidak mampu mengatasinya tanpa bantuan orang lain.

Identitas dan riwayat hidup konselor adalah sbagai berikut :

Nama	: Elly Arifah, S.Psi, M.Si
Tempat/tanggal lahir	: Banyumas, 24 Maret 1982
Pendidikan terakhir	: S-2 Universitas Airlangga
Alamat	: Kebonsari sekolahan 14 A Jambangan
Agama	: Islam
Kebangsaan	: Indonesia
Pengalaman menjadi konselor	: Guru BK sejak tahun 2009 di SMP Baitussalam Surabaya. <sup>6</sup>

Dalam kasus ini yang bertindak sebagai konselor dalam penelitian ini adalah seorang Guru bimbingan konseling SMP Baitussalam Surabaya sendiri. Dalam mengatasi masalah ini, ada beberapa cara yang ditempuh antara lain:

### a. Identifikasi kasus

Langkah ini digunakan untuk menggali informasi sebanyak mungkin tentang kondisi klien, permasalahannya dan apa bantuan yang diberikan

---

<sup>6</sup> Elly Arifah S.Psi, M.Si, Guru BK, Wawancara, Surabaya 16 desember 2013

konselor tidak salah dalam menentukan terapi sehingga tidak bertolak belakang dalam tujuan konseling dan keinginan klien. pada langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang tampak.

Konselor mulai mengumpulkan data sebanyak mungkin dari sumber-sumber yang dapat dipercaya yang bertujuan untuk mengetahui gejala-gejala serta bentuk permasalahannya dengan lebih jelas. Pada langkah ini yang harus diperhatikan oleh Guru BK adalah mengenal gejala-gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi siswa. Maksud dari gejala tersebut adalah apabila siswa menunjukkan tingkah laku yang berbeda atau menyimpang dari kebiasaannya. Misalkan saja anak tersebut jarang sekali masuk sekolah dikarenakan anak tersebut mengalami masalah. Dalam hal ini kasus yang peneliti angkat adalah W sebagai konseli:

Data-data yang diperoleh tentang diri klien adalah sebagai berikut:

Di bawah ini adalah data tentang klien W:

1. Identitas siswa

- a. Nama : W (Nama inisial)
- b. Jenis kelamin : Laki-laki
- c. Tempat/Tanggal lahir : Jember, 10 april 2001
- d. Agama : Islam
- e. Kesekolah ditempuh : Bersepeda

- f. Alamat : Jl. Gayung Kebonsari gang VIII  
Buntu
- g. Nomer HP :-
- h. Hobi : Sepak bola
- i. Cita-cita : Guru
- j. Tinggal bersama : Pengurus panti asuhan
- k. Jumlah saudara : 3
- l. Anak ke : 2
2. Identitas orang tua
- a. Ayah
1. Nama : Fakhur Rozi
  2. Tempat/Tangga lahir : Jember
  3. Agama : Islam
  4. Suku bangsa : Indonesia
  5. Pendidikan terakhir : S-2
  6. Pekerjaan : Wiraswasta
  7. Penghasilan perbulan :-
  8. Alamat : Jember
- b. Ibu
1. Nama : Siti Imronah
  2. Tempat/tanggal lahir : Surabaya
  3. Agama : Islam

4. Suku bangsa : Indonesia
  5. Pendidikan terakhir : SMA
  6. Pekerjaan : Ibu rumah tangga
  7. Penghasilan perbulan :-
  8. Alamat :Jember
- c. Jumlah saudara
1. Saudara kandung : 3
  2. Laki-laki : 3
  3. Perempuan : 0
  4. Anak nomor : 2
3. Keadaan jasmani dan kesehatan
- a. Keadaan jasmani
1. Tinggi badan : 155
  2. Berat badan : 45 kg
  3. Bentuk badan :-
  4. Bentuk muka :-
  5. Bentuk warna rambut : Hitam
  6. Warna kulit : Hitam sawo matang
  7. Golongan darah :-
- b. Keadaan kesehatan
1. Keadaan mata : Baik
  2. Keadaan telinga : Baik

3. Keterbatasan jasmani : Saya sering pusing
  4. Keadaan umum kesehatan : Kurang baik
  5. Penyakit yang sering dialami : Sering sakit pusing
4. Riwayat pendidikan
1. Umur masuk sekolah : 12 tahun
  2. Lamanya sekolah : Setengah tahun
5. Kelakuan dan relasi sosial
1. Sikap terhadap Guru : Baik
  2. Sikap terhadap teman : Kurang sosial
  3. Sikap pemberlakuan dari Guru : Baik
  4. Sikap pemberlakuan dari teman : Baik
6. Kegiatan di rumah dan di luar rumah
- a. Kegiatan di rumah
    1. Sebelum kesekolah : Di panti asuhan
    2. Sehabis kesekolah : Bermain di panti asuhan
    3. Pada malam hari : Mengikuti kegiatan di panti asuhan
  - b. Kegiatan di luar rumah
    1. Olahraga : Sepak bola
    2. Kesenian : -
    3. Kegiatan keagamaan : -
    4. Kegiatan sosial :

5. Kursus : -
6. Pekerjaan : Pelajar.<sup>7</sup>

Untuk mengetahui kondisi konseli lebih jelas, maka konselor menunjukkan data-data tentang konseli secara berurutan yaitu dari berbagai kondisi :

1. Kondisi keluarga

Kehidupan keluarga W, Ayahnya bernama Fakhrrur Rozi, ayahnya adalah seorang wirausaha. Kondisi keluarga konseli yakni berjumlah enam anggota keluarga, terdiri dari ayah, sedangkan ibunya bernama Siti Imronah pekerjaan ibunya adalah sebagai ibu rumah tangga. sedangkan konseli sendiri merupakan anak yang kedua, saudaranya masih sekolah ditingkat SMA dan yang nomer tiga dan yang terakhir adalah masih Bersekolah di tingkat sekolah dasar (SD).

Keluarga ini sebenarnya baik-baik saja, dengan berjalanya waktu keluarga ini mengalami musibah. Dulunya orang tua keluarga ini ekonominya kaya berhubung karena keluarga ini pernah dilanda musibah pada akhirnya keluarga konseli menjadi keluarga yang kurang manpu.

2. Kondisi ekonomi

Kondisi perekonomian dari siswa W adalah kurang baik, sebenarnya ayahnya dulu berwirausaha namun musibah telah menimpa pada ekonomi

---

<sup>7</sup> Data diambil dari Daftar cek list klien, pada tanggal 8 November 2013



keluarganya. Sekarang menjadi kurang mampu untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga sehari-harinya, maka dari itu keluarga ini bisa dikatakan keluarga yang kekurangan atau kurang mampu.

### 3. Kondisi lingkungan

kondisi di lingkungan sekolah konseli sangat baik kerana didukung dengan sarana dan prasarana yang baik dan bahkan sangat memadai, kemudian untuk tenaga pengajar juga sudah berkopentent dibidangnya masing-masing. Untuk keadaan lingkungan konseli dia bertempat tinggal kurang baik karena konseli tinggal disebuah panti asuhan yang ada di Surabaya. Mengingat konseli ini usianya masih termasuk tergolong dini maka anak seusia seperti konseli jika tinggal disebuah panti asuhan maka kondisi tersebut kurang baik, karena minimnya pengawasan dari orang tua sehingga perhatian orang tua terhadap anak kurang maksimal.<sup>8</sup>

#### **b. Diagnosis**

Diagnosis merupakan simpulan dari analisis atas keseluruhan data dan informasi yang diperoleh. Diagnosis dilakukan untuk menentukan masalah yang dialami oleh klien.

Langkah ini digunakan konselor untuk mengetahui keputusan mengenai hasil dari pengolahan data, dari data yang diperoleh dari wawancara ternyata siswa W memang anak yang jarang masuk sekolah, karena si W ini mempunyai

---

<sup>8</sup> Elly Arifah S.Psi, M.Si, Guru BK, Wawancara, Surabaya 1 Desember 2013

masalah yang serius antara lain si W ini kadang sering bingung, sering melamun bahkan kadang sikapnya bisa dibilang aneh diantara dari teman-teman sekelasnya. anak ini bisa dikategorikan anak yang mengalami distress, karena akibat dari masalah keluarganya. dengan masalah yang dialami siswa W dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologisnya.

Dalam hal ini diketahui bahwa anak yang mengalami distress adalah:

1. Perubahan suasana hati.
2. Berkurangnya konsentrasi, perhatian, atau kemauan untuk berfikir jernih
3. Kelakuannya berubah atau tidak seperti biasa
4. Mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah
5. Menjadi menarik diri dan banyak menghabiskan waktu sendirian.
6. Terkadang mengalami dampak pada fisiknya seperti sakit kepala atau sakit perut tanpa sebab yang tak jelas.
7. Reaksinya berlebihan terhadap masalah-masalah kecil.
8. Perubahan drastis dalam hal prestasi akademis.
9. Anak diketahui sering berbohong.
10. Bersikap pesimis terhadap masa depan.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Elly Arifah S.Psi, M.Si, Guru BK, Wawancara, Surabaya 1 Desember 2013

Dalam penelitian ini terdapat beberapa faktor penyebab yang mengakibatkan konseli mengalami distress diantaranya sebagai berikut:

- a) Kurangnya perhatian dari orang tua disebabkan karena semua anggotanya jauh dengan konseli, maka perhatian kepada anak pasti kurang disamping itu anak juga ditinggal di sebuah panti asuhan. yang jauh dari rumah orang tuanya.
- b) Faktor ekonomi keluarga, sebelum tinggal di panti asuhan konseli merupakan anak yang tercukupi kebutuhannya, namun ketika keluarga konseli dilanda musibah dengan perekonomian keluarga. Kondisi ekonomi keluarga jadi turun drastis. sehingga yang pada awalnya konseli hidupnya serba ada dan tidak kekurangan sekarang harus menerima kenyataan dan hidup di sebuah panti asuhan dengan hidup apa adanya disana.

Dalam hal ini, konselor mencari atau menggali informasi sebanyak-banyaknya melalui klien.

Adapun penyebab masalah yang dihadapi W, di bawah ini akan diungkapkan beberapa data yang diperoleh dari beberapa alat pengumpulan data yang meliputi wawancara dan dokumentasi, data-data tersebut adalah sebagai berikut:

i. Wawancara

Menurut teman sekelasnya beberapa bulan terakhir ini W jarang berkomunikasi dengan teman-temannya, disamping itu W juga sering tidak masuk sekolah, bahkan kalau dia masuk sekolah dia selalu terlambat masuk sekolah.

Dari hasil wawancara tersebut, dapat diketahui bahwa klien mengalami permasalahan dengan kondisi psikisnya, klien mengalami kebingungan akibat keluarganya. Hal ini menyebabkan klien menjadi distress.

ii. Studi dokumentasi

Studi dokumentasi merupakan cara pengumpulan data dengan mengumpulkan dokumen-dokumen sebagai berikut berupa:

1. Buku pribadi

Buku pribadi yaitu berisikan catatan tentang identitas W (nama, tempat tanggal lahir, alamat rumah dan sebagainya), identitas nama orang tua Siswa W (nama, tempat tanggal lahir, alamat rumah, pendidikan, pekerjaan dan sebagainya)

2. Buku raport

Dari hasil prestasi belajarnya, siswa W mengalami penurunan dalam hasil prestasi belajarnya

3. Daftar problem check list

Daftar problem Check list yaitu angket yang diberikan kepada siswa yang berupa macam-macam kemungkinan yang pernah atau masalah yang sedang dihadapi.<sup>10</sup>

**c. Prognosis**

Prognosis adalah langkah menentukan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membimbing anak. Setelah memahami permasalahan yang dihadapi oleh konseli maka dapat ditetapkan alternatif bantuan yang dapat diberikan untuk membantu mengatasi masalah yang dihadapi oleh konseli. Langkah ini merupakan langkah untuk menentukan tindakan yang diharapkan dapat membantu konseli dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan dilaksanakan untuk membantu klien dalam memecahkan masalahnya. Dalam hal ini konselor memilih terapi eksistensial humanistik. Karena dengan terapi eksistensial humanistik diharapkan agar klien menemukan kembali makna hidupnya dan dapat bertanggung jawab atas segala pilihannya.

---

<sup>10</sup> Moh. Surya, *Bimbingan dan penyuluhan di sekolah*, (Bandung : CV Ilmu, 1985), hal 65

#### **d. Treatment**

Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan atas masalah yang dihadapi konseli, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam langkah prognosis. Jika jenis dan sifat serta sumber permasalahannya masih berkaitan dengan perilaku yang tidak diharapkan dan masih berada dalam kesanggupan konselor, maka pemberian konseling dapat dilakukan oleh konselor, melalui teknik yang ada di dalam terapi eksistensial humanistik.

Dalam prognosis maka konselor melaksanakan terapi menggunakan eksistensial humanistik yang terdapat beberapa teknik diantaranya: kesadaran diri, bertanggung jawab atas pengarahan hidup dan penentuan nasibnya sendiri, mau membuka diri, menyadarkan klien bahwa hidup ini mempunyai makna. Mengaktualisasikan diri sesuai dengan kemampuannya.

Langkah pertama yaitu menunjukkan kepada klien bahwa ia kurang memiliki kesadaran diri, klien tidak boleh larut dalam kesedihannya, manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari diri yang bisa menjadikan dirinya mampu melampaui situasi sekarang dalam artian harus berusaha untuk memecahkan masalah tersebut.

Langkah kedua yaitu menyadarkan klien untuk bertanggung jawab atas pengarahan hidup dan penentuan nasibnya sendiri. Menyadarkan klien untuk bertanggung jawab dalam memecahkan masalahnya dan klien

mempunyai kebebasan untuk memilih alternatif tindakan yang dilakukan dan bersedia mengambil resiko apabila ia mengambil tindakan tersebut.

Langkah ketiga yaitu mendorong klien agar ia mampu membuka diri dalam arti tidak menutup diri dari pergaulan. Menyadarkan bahwa kita masih membutuhkan orang lain dalam situasi apapun, terutama dalam menghadapi masalah.

Langkah ke empat yaitu menyadarkan klien bahwa hidup mempunyai makna, salah satu karakteristik yang khas pada manusia adalah perjuangannya untuk merasakan arti dan maksud hidup.

Langkah ke lima yaitu mendorong klien untuk mengaktualisasikan diri sesuai dengan kemampuannya. Jika klien mampu mengaktualisasikan potensi-potensi maka ia akan mengalami kepuasan yang paling dalam dari diri sendiri.

## **2. Pelaksanaan Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi Siswa Distress**

Pelaksanaan terapi eksistensial humanistik di SMP Baitussalam Surabaya lebih banyak atau bahkan selalu dilaksanakan hanya ketika terdapat masalah dalam diri siswa. Dalam hal ini pelaksanaan konseling dilakukan untuk kegiatan pengentasan yaitu untuk membantu peserta didik dalam mengatasi masalah yang dihadapinya.

Kemudian untuk mengatasi siswa W yang mengalami distress, maka usaha bimbingan konseling di SMP Baitussalam Surabaya adalah dengan

menggunakan terapi eksistensial humanistik karena terapi tersebut diberikan kepada individu yang bermasalah seperti halnya siswa yang mengalami distress tersebut. Dalam pelaksanaan terapi eksistensial humanistik yang dilakukan oleh konselor adalah suatu bentuk terapi untuk mengubah kebiasaan-kebiasaan siswa dalam pemahaman dan tanggung jawab atas kehidupan dirinya melalui proses penyadaran diri yang dilaksanakan dengan menggunakan teknik *Directive counseling*, yaitu dalam proses konseling yang berperan aktif adalah konselor. Dengan adanya proses konseling ini diharapkan klien dapat mengubah anggapan bahwa dia sudah tidak berguna lagi untuk dirinya sendiri dan dia juga beranggapan bahwa dia sudah pesimistis dengan masa depannya. Ada beberapa langkah yang dilakukan dalam proses bimbingan dan konseling dengan terapi eksistensial humanistik, yaitu:

Menurut Wingkel fase-fase dalam proses konseling dalam terapi yang dipilih eksistensial humanistik yaitu:

- a. Pembukaan, membangun hubungan pribadi antara konselor dan konseli
  1. Menyambut kedatangan konseli
  2. Mengajak berbasa basi sebentar
  3. Menjelaskan kekhususan dari wawancara konseling
  4. Mempersilahkan konseli untuk mengemukakan hal yang ingin dibicarakan
  5. Penjelasan, menerima ungkapan konseli apa adanya serta mendengarkan dengan penuh perhatian. Berusaha menentukan jenis masalah dan pendekatan konseling yang sebaiknya diambil.
- b. Penjelasan, menerima ungkapan konseli apa adanya serta mendengarkan dengan penuh perhatian, berusaha menentukan jenis masalah dan pendekatan konseling yang sebaiknya diambil



- c. Penggalian latar belakang masalah, mengadakan analisis kasus, sesuai dengan terapi konseling yang dipilih
- d. Menyalurkan pemikiran konseli, sesuai dengan terapi
- e. Penutup
  - 1. Memberikan ringkasan jalanya pembicaraan
  - 2. Menegaskan kembali ketentuan atau keputusan yang ingin diambil
  - 3. Memberikan semangat
  - 4. Menawarkan bantuan bila kelak timbul persoalan baru
  - 5. Berpisah dengan konseli.<sup>11</sup>

Dari tahapan-tahapan di atas dikombinasikan dalam pelaksanaan terapi eksistensial humanistik yang dilakukan oleh konselor dalam mengatasi siswa yang distress di SMP Baitussalam Surabaya, sebagai berikut:

Dengan langkah di atas diharapkan siswa W dapat berubah dari perilaku yang negatif menjadi positif. Adapun pelaksanaan bimbingan konseling dilaksanakan di ruang Guru BK yang ada di sekolah SMP Baitussalam Surabaya, sedangkan proses konseling dalam setiap pertemuan membutuhkan waktu 30 menit.

Tahap-tahap pelaksanaan terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress adalah sebagai berikut:

i. Tahap pertama

Pertemuan pertama, konselor mulai melibatkan diri dengan siswa W yang akan dibantunya. Pada awalnya

---

<sup>11</sup> Wingkel, *Bimbingan konseling di institusi pendidikan*, (Yogyakarta : Media Abadi, 2010), hal 478

siswa W tidak mau terbuka, pendiam dan susah diajak ngomong sehingga konselor merasa kesulitan dan setelah berusaha bersikap lembut dan menganggap klien sebagai teman sehingga tidak tercipta suasana yang formal.

Langkah pertama yang dilakukan yaitu, konselor mulai melibatkan diri dengan siswa W dengan memberikan kenyamanan dan suasana santai kepada klien. adapun bentuk keterlibatan konselor dengan siswa W yaitu:

Konselor : Selamat pagi nak. bagaimana kabarmu?

Klien : Selamat pagi juga bu, kabar saya baik-baik saja kok bu.

Konselor : Ambil kursi nak, silahkan duduk ya (klien kemudian duduk), kenapa ibu panggil ke ruang BK

Klien : Saya tidak tau bu

Konselor : Begini nak, akhir-akhir ini ibu lihat kamu kok sering tidak masuk sekolah, sebenarnya ada apa nak?

Klien : iya bu, saya memang sering tidak masuk sekolah

Konselor : Apakah kamu bersedia membicarakan hal ini pada ibu, ada masalah apa sebenarnya kamu, sehingga kamu jarang masuk sekolah? (Tanya guru BK pada klien)

Klien : (Diam sambil menundukan kepalanya ke bawah)

Konselor : Ibu Cuma pengen kamu cerita sama ibu, kenapa kamu kok jarang masuk sekolah.

Klien : (Klien masih menunduk dan masih diamm)

Konselor : Kenapa nak kok masih malu-malu, cerita ke ibu saja tidak usah takut dan malu-malu (kata guru BK)

Klien : Iya bu, memang benar saya jarang masuk sekolah

Konselor : Ayo ada apa dengan dirimu, kok sering tidak masuk sekolah ( konselor dengan nada halus)

Klien : (akhirnya klien sudah mulai mau membuka pembicaraan dengan konselor)

Konselor : coba ceritakan nak, ini gak ada hubungan dengan nilai kamu kok, apalagi nilai rapotmu nanti, gak usah takut ya

Klien : Iya bu

Konselor : Begini nak, maksud ibu dari pertemuan ibu dengan kamu, ibu ingin sekali membantu dalam menyelesaikan masalah kamu, ibu akan mendengarkan dan berusaha memahami bagaimana perasaanmu, dan ibu janji ibu tidak akan cerita ke siapapun tentang masalah kamu. Kamu bisa cerita kapan saja kamu mau nak.

Klien : (menunduk dan berfikir) iya bu, saya akan cerita sama ibu nanti saja.

Konselor :ya, sudah, sekarang kamu masuk ke kelas dulu karena jam pelajaranya Pak

Kardi (pelajaran bahasa indonesia) akan segera dimulai.

Klien : (klien dengan mengangkat kepalanya sedikit) besok saja bu, saya kesini lagi

Konselor : iya, besok saya tunggu di ruang BK ya, dan sekarang silahkan kembali ke kelas,,

Klien : iya bu (klien berdiri kemudian jalan keluar meninggalkan ruang BK).<sup>12</sup>

ii. Tahap yang kedua

Konselor : Selamat siang nak.

Klien : Selamat Siang juga bu.

Konselor : ya sudah, duduk nak, santai saja kayak kemarin itu, ini diminum airnya

Klien : iya bu, terimakasih. (klien mengambil air minum yang di berikan oleh konselor)

Konselor : Sebentar ibu rapikan meja dulu, sekarang mejanya sudah rapi, ibu siap siap mendengarkan cerita kamu, kemarin sesuai dengan janjimu, kamu mau cerita sama ibu kan.

---

<sup>12</sup> Elly Arifah S.Psi, M.Si, Guru BK, Wawancara denga klien, Surabaya 7 Desember 2013

Klien : iya bu, saya akan cerita kepada ibu  
sebenarnya selama ini saya sering tidak  
masuk sekolah karena saya kebingungan  
bu

Konselor : kebingungan kenapa nak, memangnya  
ada apa dengan kamu.

Klien : Begini ibu, akhir-akhir ini saya merasa  
bingung dan kadang cemas, saya mikir  
orang tua yang ada di rumah bu,  
makanya saya kadang males berangkat  
ke sekolah bu

Konselor : memangnya orang tuamu kenapa kok  
kamu bingung.

Klien : cuman mikir saja bu saya. (sambil  
memandang konselor)

Konselor : ya, sudah ibu pengen tau , ada masalah  
dengan orang tuamu ya nak, apa kamu  
gak dikasih uang jajan ya.

Klien : Nggak itu kok bu

Konselor :Ya, sudah mungkin ibu pengen tau  
sedikit, apa yang kamu alami saat ini,  
cerita saja nggak papa.

Klien : begini bu, semenjak saya tinggal di panti asuhan saya sering memikirkan orang tua saya di rumah. makanya saya kadang binggung, orang tua saya soalnya jauh dengan saya.

Konselor : Itu nak masalahnya.

Klien : iyaa bu. saya memikirkan masalah itu terus.

Konselor ; apa selain itu tidak ada lagi yang kamu pikirkan selama ini nak.

Klien : (klien diem)

Konselor : ada nak yang kamu pikirkan selain mikir orang tua di rumah (konselor bertanya lagi pada klien)

Klien : nggak bu, cuman itu saja kok.

Konselor : nak saya mengerti perasaan kamu. tidak usah bohong, kalau memang ada masalah lagi cerita ke ibu saja nggak tidak apa-apa,

Klien : (klien memandangi konselor sambil memikirkan sesuatu)

Konselor : ada lagi nak

Klien : nggak kok bu, nggak ada. ya cuman itu saja masalahnya

Konselor : Setelah mendengarkan yang kamu ceritakan tadi, saya dapat menyimpulkan bahwa sebenarnya kamu merasa tidak nyaman akibat jauh dari orang tuamu, sehingga kamu mikir aneh-aneh kepada orang tuamu itu. Apa betul nak?

Klien : Iya bu, benar.

Konselor : ya sudah kalau begitu, terimakasih banyak sudah mau bercerita sama ibu. sekarang kamu bisa istirahat, sama teman-temanmu di sana, ini minunya gak dihabiskan.

Klien : iya bu, (klien meninggalkan ruang BK).<sup>13</sup>

### iii. Tahap ketiga

Pada tahap ketiga ini penggalian latar belakang masalah, mengadakan analisa kasus, sesuai dengan pendekatan konseling yang dipilih. Setelah konselor memperoleh data-data dari berbagai sumber maka

---

<sup>13</sup> Elly Arifah S.Psi, M.Si, Guru BK, Observasi dengan klien, Surabaya 8 Desember 2013



konselor mengungkapkan masalah serta sebab-sebab terjadinya masalah yang menimpa siswa W. Adapun munculnya distress yang dialami oleh siswa disebabkan karena salah satunya adalah memikirkan orang tua di rumah. Sehingga ia sering kali bingung, cemas bahkan melamun sendiri. Sehingga dia rela mengorbankan sekolahnya.

Dari data yang diperoleh oleh konselor dari berbagai sumber maka konselor mengungkapkan masalah serta sebab-sebab terjadinya masalah yang menimpa siswa W maka konselor menentuka jenis terapi yang akan diambilnya yang sesuai dengan masalah dan faktor penyebabnya.

Setelah memahami permasalahan yang dihadapi oleh konseli maka dapat ditetapkan alternatif bantuan yang dapat diberikan untuk membantu mengatasi masalah yang dihadapi konseli. Langkah ini merupakan langkah untuk menentukan atau memilih alternatif tindakan yang diharapkan dapat membantu konseli dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Yaitu langkah menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan digunakan untuk membantu klien dalam memecahkan

masalahnya. Dalam hal ini konselor mempunyai alternatif-alternatif bantuan, diantaranya yaitu:

- 1) Konseling behavior dalam terapi ini sangat membutuhkan kerjasama antara konseli dengan konselor dan kesabaran konseli itu sendiri dalam hal ini konseli dikonfrontasikan dengan kesedihannya. Karena pikiran yang mengganggu dan sikap distress itu muncul maka timbul perubahan tingkah laku yang mengarah ke hal-hal yang negatif. Dan untuk merubah tingkah laku tersebut maka konseling behavior bertujuan untuk memperoleh perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang negatif.
- 2) Terapi kognitif yaitu terapi yang bertujuan untuk mengubah kepercayaan dan pola pikir konseli yang irasional berkaitan dengan kecemasan sehingga dapat menghilangkan gangguan-gangguan emosional yang merusak diri sendiri, seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa. Melalui terapi ini dibangun pola pikir yang rasional dalam diri konseli, sehingga kecemasannya dapat dihilangkan.

3) Terapi eksistensial humanistik yaitu teori ini mencakup pengakuan eksistensialisme terhadap kekacauan, keniscayaan, keputusan manusia ke dalam dunia tempat dia bertanggung jawab.

Dari macam-macam alternatif diatas tidak semua terapi akan diberikan kepada konseli. Dalam hal ini konselor memilih memakai terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi masalah klien tersebut. Karena dengan terapi eksistensial humanistik diharapkan agar klien menemukan kembali makna hidupnya dan dapat bertanggung jawab atas segala pilihannya.

iv. Tahap keempat

Tahap yang keempat yang dilakukan konselor yaitu menyalurkan pemikiran konseli yang sesuai dengan terapi konseling yang dipilih yaitu menggunakan terapi eksistensial humanistik. Disini konselor menggunakan terapi eksistensial humanistik bertujuan untuk mengubah perilaku siswa yang distress menjadi perilaku yang positif. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

1. Langkah pertama yaitu proses wawancara. Disini konselor juga berusaha membantu klien untuk mengubah perilaku yang negatif dalam arti perilaku yang distress menjadi perilaku yang positif. Dengan cara memberikan penguatan positif.

2. Langkah yang kedua yaitu, koselor membantu klien untuk membentuk respon yang cocok dan sesuai dengan tingkah laku yang diinginkan serta juga dibimbing untuk menilai perilakunya sendiri sampai klien mengaku bahwa kebiasaanya selama ini seperti sering tidak masuk sekolah, sering menyendiri di kelas, sering melamun adalah perbuatan yang tidak baik dan dapat merugikan dirinya sendiri.

Dan dalam hal ini konselor juga berusaha mengajak klien merenungkan kembali semua yang sedang ia lakukan sekarang apakah tindakan yang diambil itu berakibat positif atau negatif pada dirinya, karena pada dasarnya baik dan buruknya suatu perbuatan yang dia lakukan adalah untuk klien sendiri. Selain itu konselor

juga meminta bantuan kepada orang tua klien yakni diharapkan orang tua siswa W dapat bersikap lebih perhatian terhadap anak dan bisa menjadi pengarah yang benar.

3. Langkah yang ketiga yaitu, pertemuan yang ketiga setelah konselor membentuk penguatan positif.

Adapun bimbingan yang diberikan oleh konselor kepada siswa W berkenaan dengan masalah yang dihadapi siswa W diantaranya yaitu:

- a. Mengajarkan siswa W agar mampu berfikir positif dan mampu mengedalikan setiap keinginannya agar dalam bertindak tidak salah.
- b. Siswa W harus dapat menentukan respon-respon mana yang bertentangan yang menghambat perilaku yang diinginkan untuk diperlemah. Sebaliknya respon yang mungkin memunculkan perilaku yang tidak diinginkan, diperkuat agar tidak muncul.

- c. Klien diupayakan untuk mengulang respon yang cocok sehingga siswa W sedikit demi sedikit memperoleh cara untuk menyesuaikan, baik yang tidak terlihat maupun dalam tindakan yang nyata supaya tingkah laku siswa W dapat berubah dari yang negatif menjadi positif.
4. Dalam langkah yang keempat ini, sebelum konselor melanjutkan bimbingan, konselor terlebih dahulu menanyakan keadaan dan perkembangan siswa W dan siswa W menjawab baik, tapi siswa W mengatakan bahwa dia masih sering sekali kadang merasa perasaanya dirundung dengan hal-hal yang menjadikan bingung dan cemas.  
  
Kemudian konselor memberikan saran kepada siswa W berupa:  
  
“Apabila respon-respon keiginan masih merasakan distress maka berfikirilah positif dan alihkan tersebut dengan mencari kesibukan dan melakukan hal-hal yang positif pula, seperti

belajar, bermain dengan teman disekelilingnya sehingga pada akhirnya mengendalikan keinginan berlebihan itu.

Pada langkah ini konselor juga mengadakan penghapusan, maksudnya setelah konselor memberikan penguatan yang positif yakni apabila siswa W masih mengalami distress maka siswa W diberi tekanan supaya perilaku yang tidak diinginkan dapat diperlemah. Sehingga perasaan yang distress tadi tidak terjadi kepada klien lagi.

5. Langkah kelima ini, seperti biasanya sebelum melanjutkan bimbingan, maka konselor menanyakan keadaan siswa W terlebih dahulu dan konselor juga melihat perubahan yang terjadi pada siswa W yaitu siswa W sekarang sudah lebih terbuka, walaupun masih sedikit-sedikit malu. Dan dalam langkah ini konselor juga memberikan model tingkah laku dan pengambilan respon-respon yang diperlihatkan oleh tokoh yang dikagumi, sehingga seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang

mungkin sudah diketahui atau dipelajari dan ternyata tidak ada hambatan.

v. Tahap yang kelima adalah penutup

Bilamana klien sudah merasa mantap dengan penyelesaian masalah yang ditemukan bersama konselor, proses konseling bisa dapat diakhiri. Dengan demikian, langkah ini diharapkan klien dapat mencontoh model perilaku yang sesuai dan cocok untuk dirinya.

Klien : Assalamualaikum.

Konselor : Waalaikumsalam, masuk nak (klien di suruh masuk ke ruang BK)

Klien : Iya bu

Konselor : bagaimana perkembangan kamu nak.?

Klien : kondisi saya sekarang sudah lumayan membaik kok bu, jarang merasa bingung lagi, tapi kadang-kadang masih memikirkan orang tua saya bu yang ada di rumah.

Konselor : Alhamdulillah kalau begitu. Dengan kondisi kamu sudah mengalami perubahan selama ini.



- Klien : Iya bu
- Konselor : ada yang mau dibicarakan lagi apa tidak dengan ibu, sekarang.
- Klien : ngak bu (kata klien dengan uru BK)
- Konselor : Ya sudah, kalau tidak ada yang dibicarakan lagi, (kata Guru BK) saya doakan semoga kamu menjadi anak yang baik
- Klien : Iya bu. saya akan berusaha semaksimal mungkin untuk lebih baik
- Konselor : iya, pokoknya kamu kalau ada masalah datang kesini lagi nak.
- Klien : iya bu, terimakasih atas selama ini bu. sudah membantu saya
- Konselor : iya sama sama nak.
- Klien : saya permisi dulu bu, asalamualaikum (klien meninggalkan rung BK)
- Konselor : walaikumsalam

Dari paparan di atas tersebut adalah pelaksanaan terapi eksistensial humanistik yang dilakukan oleh Guru pembimbing konseling dalam mengatasi siswa yang distress di SMP Baitussalam Surabaya.

### **3. Dampak Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi Siswa Distress**

Setelah pelaksanaan terapi dilakukan oleh konselor, dapat diketahui beberapa perubahan pada diri klien setelah dilakukan konseling terapi eksistensial humanistik. Perlahan-lahan mulai berubah, tetapi konselor masih harus memberikan dorongan atau motivasi bukan hanya sebagai seorang konselor tetapi juga sebagai seorang teman. Konselor tidak berhenti memberikan bimbingan dan konseling. Akan tetapi konselor tetap memberikan bimbingan dan menambah wawasan pada klien guna memotivasi untuk menjadi yang lebih baik.

Setelah mengetahui proses terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress yang dilakukan oleh konselor kepada klien, peneliti dapat mengetahui beberapa dampak dari terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa yang distress.

Berdasarkan hasil terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress yang dilakukan oleh Guru SMP Baitussalam Surabaya membawa dampak keberhasilan tersendiri yang dialami bagi klien yang mengalami masalah distress tersebut. Untuk lebih jelasnya peneliti menjabarkan melalui beberapa tabel di bawah ini.

**TABEL V**  
**Dari Hasil Peneliti Tentang Kondisi Klien Sebelum Mendapatkan**  
**terapi**

No	Pernyataan	Sebelum		
		A	B	C
A	Aspek sosial			
	1. Diam didalam kelas	✓		
	2. Tidak memperhatikan materi pelajaran		✓	
	3. Sukar menangkap dan mengikuti pelajaran	✓		
	4. Berkurangnya kosentrasi, perhatian atau kemampuan untuk berfikir jernih	✓		
	5. Menutup diri dari teman-temanya atau sekitarnya	✓		
	6. Senang bermain			✓

	7. Merasa rendah diri			
	8. Datang terlambat	✓	✓	
	9. Sering tidak masuk sekolah	✓		
B	Aspek psikis			
	1. Meraasa pesimis tidak punya harapan	✓		
	2. Bersikap kaku	✓		
	3. Suka melamun	✓		
	4. Bingung	✓		
	5. Merasa hidup tidak bermakna	✓		
C.	Aspek fisik			
	1. Tidak bersemangat dalam menjalani aktivitas	✓		
	2. Susah berkonsentrasi	✓		
	3. Terlihat murung		✓	
	4. Terlihat lelah		✓	
	5. Sakit			

			✓	
	Jumlah	13	5	1

Keterangan :

A : Selalu, menunjukkan bahwa klien sering melakukan apa yang terdapat kolom pernyataan

B : Kadang-kadang, menunjukkan bahwa sesekali yakni antara satu sampai tiga kali menunjukan sikap seperti pernyataan tersebut

C : Tidak pernah, berarti klien sama sekali tidak menunjukan sikap berada dalam pernyataan

Dari hasil wawancara tersebut, dapat diketahui bahwa klien mengalami permasalahan dengan kondisi psikisnya, klien memikirkan kondisi keluarganya. Hal ini lah yang menyebabkan klien mengalami distress.

Selain wawancara dengan konselor, peneliti juga melakukan pengamatan atau bisa disebut dengan observasi terhadap perilaku klien selama kurang lebih 1 minggu lamanya.

Setelah peneliti melakukan observasi, kemudian menganalisis hasil observasi tersebut. Dari hasil observasi itu, ternyata hasilnya sama dengan hasil wawancara, yakni siswa W memang seorang yang mengalami distress. Hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa W dalam kesehariannya.

**TABEL VI****Dari hasil peneliti tentang kondisi klien setelah mendapatkan terapi**

No	Pernyataan	Sesudah		
		A	B	C
A	Aspek sosial			
	1. Diam didalam kelas	✓		
	2. Tidak memperhatikan materi pelajaran			✓
	3. Sukar menangkap dan mengikuti pelajaran			✓
	4. Berkurangnya kosentrasi, perhatian atau kemampuan untuk berfikir jernih			✓
	5. Menutup diri dari teman-temanya atau sekitarnya			✓

	6. Senang bermain		✓	
	7. Merasa rendah diri	✓		✓
	8. Datang terlambat	✓		
	9. Sering tidak masuk sekolah			
B	Aspek psikis			
	1. Meraasa pesimis tidak punya harapan			✓
	2. Bersikap kaku		✓	
	3. Suka melamun			✓
	4. Bingung			✓
	5. Merasa hidup tidak bermakna			✓
C.	Aspek fisik			
	1. Tidak bersemangat dalam menjalani aktivitas			✓



	2. Susah berkonsentrasi		✓	✓
	3. Terlihat murung			✓
	4. Terlihat lelah			✓
	5. Sakit			
	Jumlah	3	3	13

Keterangan :

A : Selalu, menunjukkan bahwa klien sering melakukan apa yang terdapat kolom pernyataan

B : Kadang-kadang, menunjukkan bahwa sesekali yakni antara satu sampai tiga kali menunjukan sikap seperti pernyataan tersebut

C : Tidak pernah, berarti klien sama sekali tidak menunjukkan sikap berada dalam pernyataan

Berdasarkan pengamatan tabel di atas, dan hasil penelitian yang dilakukan bersama konselor di sekolah dapat ditentukan pengamatan sebagai berikut: siswa W mengalami perubahan yang positif, siswa W sudah berangsur-angsur bisa merubah perilakunya yang stress menjadi perilaku yang positif. Siswa W juga sudah memulai membuka diri berkomunikasi dengan teman-temanya disekitar. Namun siswa W masih belum begitu bisa mengurangi membolos sekolahnya, siswa W masih sering tidak masuk sekolah.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dampak terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa yang distress di SMP Baitussalam Surabaya membawa dampak yang positif bagi siswa.

### **C. Analisis Data**

Analisis ini merupakan hasil data atau informasi yang sudah disajikan pada pembahasan sebelumnya yang diperoleh dari wawancara dan observasi dengan pihak yang terkait di SMP Baitussalam Surabaya. Berdasarkan judul “IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL HUMANISTIK DALAM MENGATASI SISWA DISTRESS (Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam Surabaya)” maka ditemukan data-

data tentang pelaksanaan terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress.

Analisis merupakan langkah terakhir dalam penelitian ini, yang mana peneliti akan menganalisis data-data yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi yang mendukung terselesainya penelitian ini. Data-data yang akan dianalisis ini merupakan data yang berhubungan dengan kasus yang telah diteliti tentang “IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL HUMANISTIK DALAM MENGATASI SISWA DISTRESS (Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam Surabaya)”

Dengan demikian penulis mencoba menganalisis data sesuai dengan temuan-temuan di lapangan yang berhubungan dengan teori yang ada dari penelitian yang penulis lakukan di SMP Baitussalam Surabaya, maka peneliti menemukan temuan data sebagai berikut:

1. Analisis tentang Terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress

Dari permasalahan di atas maka peneliti mengamati jalanya konselor ketika memberikan sebuah terapi kepada klien, konselor menggunakan terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi masalah yang dihadapi oleh klien yakni masalah distress. Terapi eksistensial humanistik yang mana konselor hanya memberikan terapi, melihat dan mengawasi tingkah laku klien pada

saat melaksanakan terapi tersebut. Yang menjadi dasar dalam pendekatan eksistensial humanistik ini adalah hal-hal yang menyangkut konsep diri (*self*) aktualisasi diri, teori kepribadian dan hakikat kecemasan, atau juga konsep tentang diri dan konsep menjadi diri dan pertumbuhan diri.

Setelah peneliti mengamati jalanya konseling antara konselor dan klien, sebelum konselor melakukan kegiatan konseling konselor harus menciptakan hubungan yang harmonis dengan klien, agar seorang klien dapat menceritakan permasalahannya secara terbuka kepada konselor. Dan klien berfikir bahwa konselor tersebut dapat memberikan bantuan terhadap permasalahannya yang dihadapinya.

Seperti layanan-layanan yang lain, pelaksanaan terapi eksistensial humanistik juga menempuh beberapa tahap kegiatan,

Menurut Wingkel fase-fase dalam proses konseling dalam terapi eksistensial humanistik yaitu, pembukaan, penjelasan masalah peggalian latar belakang masalah, penyelesaian masalah, dan penutup. Uraian yang lebih rinci tentang proses konseling adalah sebagai berikut:

*Pembukaan*, diletakan didasar bagi pengembangan hubungan antara pribadi yang baik, yang memungkinkan pembicaraan terbuka dan terarah dalam wawancara konseling. Bilamana konselor dan konseli bertemu untuk pertama kali, waktunya akan lebih lama dan isinya akan berbeda dengan pembukaan saat layanan konseli dan konselor bertemu kembali untuk melanjutkan wawancara yang telah berlangsung sebelumnya.

*Penjelasan masalah*, konseli mengemukakan hal yang ingin dibicarakan dengan konselor, sambil mengutarakan sejumlah pikiran dan perasaan yang berkaitan dengan masalah konseli. Konseli bebas mengutarakan apa yang dianggapnya perlu dikemukakan. Konselor menerima uraian konseli sebagaimana adanya dan memantulkan pikiran serta perasaan yang terungkap melalui penggunaan teknik konseling seperti refleksi dan klasifikasi. Sambil mendengarkan konselor berusaha menentukan jenis masalah yang disodorkan kepadanya, karena hal ini berkaitan dengan

pendekatan konseling yang akan diambilnya dalam kedua fase berikutnya, yaitu fase penggalian latar belakang masalah dan penyelesaian masalah.

*Penggalian latar belakang masalah*, oleh karena itu pada fase yang kedua belum menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah, diperlukan penjelasan lebih mendetail dan mendalam. dalam hal ini inisiatif agak bergeser ke pihak konselor, yang lebih mengetahui apa yang dibutuhkan supaya konseli dan konselor memperoleh gambaran. Fase ini juga dapat disebut analisis kasus, yang dilakukan menurut sistematika tertentu sesuai dengan pendekatan konseling yang telah diambil.

*Penyelesaian masalah*, berdasarkan apa yang telah digali dalam fase analisis kasus, konselor dan konseli membahas bagaimana persoalan dapat diatasi. Meskipun konseli selama fase ini harus ikut berfikir, memandang dan mempertimbangkan, peranan konselor dalam mencari penyelesaian permasalahan pada umumnya lebih besar. Konselor menerapkan sistematika suatu penyelesaian yang khas bagi masing-masing pendekatan yang disebut fase ketiga. Dalam kata lain, kalau konselor mengambil pendekatan selama fase analisis kasus.

*Penutup*, bilamana konseli telah merasa mantap tentang penyelesaian masalah yang ditemukan bersama dengan konselor, proses konseling dapat diakhiri. Dalam rangka penutup, masih terdapat fase-fase diantaranya yaitu; memberikan ringkasan jalanya pembicaraan, menegaskan kembali ketentuan/keputusan yang ingin diambil, memberikan semangat, menawarkan bantuanya bila kelak timbul persoalan baru.<sup>14</sup>

Seperti yang sudah dipaparkan di atas oleh peneliti tentang terapi eksistensial humanistik bahwasanya terapi eksistensial humanistik merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada siswa secara pribadi atau individu dan langsung bertatap muka (berkomunikasi) antara pembimbing (konselor) dengan siswa (konseli). Dengan kata lain pemberian bantuan yang diberikan ini dilakukan melalui hubungan yang bersifat *Face to face relationship* (hubungan empat mata) yang dilakukan dengan wawancara antara (pembimbing) konselor dengan siswa (klien) masalah-masalah yang

---

<sup>14</sup> Winkel, *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*, (Yogyakarta : Media abadi. 2010), hal 69

dipecahkan melalui teknik koseling adalah masalah-masalah yang bersifat pribadi.

Dengan demikian jelas bahwa terapi eksistensial humanistik mempunyai pengaruh yang sangat penting dalam mengatasi siswa yang distress, karena dengan terapi eksistensial humanistik diharapkan dapat mengatasi klien akan memahami kondisi dirinya, lingkungannya, permasalahan yang dialami kekuatan dan kelemahan sendirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya.

2. Analisis tentang dampak dari terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di SMP Baitussalam Surabaya

**TABEL VII****Dari hasil peneliti tentang kondisi klien setelah mendapatkan terapi**

No	Pernyataan	Sebelum			Sesudah		
		A	B	C	A	B	C
A	Aspek sosial						
	1. Diam didalam kelas	✓			✓		
	2. Tidak memperhatikan materi pelajaran		✓		✓		
	3. Sukar menangkap dan mengikuti pelajaran	✓					✓
	4. Berkurangnya kosentrasi, perhatian atau kemampuan untuk berfikir jernih	✓					✓

	5. Menutup diri dari teman- temanya atau sekitarnya			✓		✓	✓
	6. Senang bermain		✓				✓
	7. Merasa rendah diri						
	8. Datang terlambat	✓			✓		✓
	9. Sering tidak masuk sekolah	✓					
B	Aspek psikis	✓					
	1. Meraasa pesimis tidak punya harapan	✓				✓	
	2. Bersikap kaku	✓					✓
	3. Suka melamun	✓					✓
	4. Bingung	✓					
	5. Merasa hidup tidak						



C.	bermakna	✓					✓
	Aspek fisik						
	1. Tidak bersemangat dalam menjalani aktivitas	✓					✓
	2. Susah berkonsentrasi		✓			✓	
	3. Terlihat murung		✓				✓
	4. Terlihat lelah		✓				✓
	5. Sakit						
	Jumlah	13	5	1	3	3	13

Keterangan :

- A : Selalu, menunjukkan bahwa klien sering melakukan apa yang terdapat kolom pernyataan
- B : Kadang-kadang, menunjukkan bahwa sesekali yakni antara satu sampai tiga kali menunjukan sikap seperti pernyataan tersebut
- C : Tidak pernah, berarti klien sama sekali tidak menunjukan sikap berada dalam pernyataan

Dari tabel diatas dapat diketahui fenomena-fenomena yang sudah mendapatkan terapi eksistensial humanistik di atas, maka dapat diketahui bahwa hasil dari pelaksanaan dimana pernyataan yang masih dilakukan oleh klien ada 3 point, pernyataan yang kadang-kadang masih dilakukan ada 3 Point, dan yang sudah tidak dilakukan sama sekali ada 13 point, yang mana ditulis sebagai berikut:

$$\frac{3}{19} \times 100\% = 15\% \text{ pernyataan yang masih dilakukan}$$

$$\frac{3}{19} \times 100\% = 15\% \text{ terkadang masih dilakukan}$$

$$\frac{13}{19} \times 100\% = 69\% \text{ sudah tidak pernah lagi dilakukan}$$

Untuk melihat dampak dari terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress tersebut peneliti mengacu pada teknik kualitatif prosentase sebagai berikut.<sup>15</sup>:

80% sampai dengan 100% dikategorikan sangat baik atau berhasil

60% sampai dengan 80% dikategorikan berhasil

40% sampai dengan 60% cukup berhasil

≤40% dikategorikan tidak berhasil

Dengan demikian, terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di SMP Baitussalam Surabaya dapat dikategorikan membawa dampak positif, hal ini sesuai dengan skor 69% yang tergolong dalam lingkup 60% sampai dengan 80%.

---

<sup>15</sup> Suharismi Arikunto, *Prosedur penelitian suatu praktek*,..... hal 313