

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Konseling Client Centered*

a. *Pengertian Konseling Client Centered*

Konseling client centered adalah cabang khusus dari terapi humanistik yang menggarisbawahi tindakan mengalami klien berikut dunia subjektif dan fenomenalnya. *Konseling client centered* menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri. Hubungan terapeutik antara terapis dan klien merupakan katalisator bagi perubahan. *Konseling client centered* merupakan suatu bentuk terapi yang dapat diterapkan pada orang dewasa, remaja, dan anak-anak. Fokus utama dari terapi yang dikembangkan Carl R. Roger ini adalah kemampuan individu memecahkan masalah, bukan terpecahkannya masalah. Konseli memegang peranan aktif dalam konseling, sedang konselor bersifat pasif reflektif.¹

Konsep pokok yang mendasari teori *client centered* adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Menurut Rogers konstruk inti *client centered* adalah konsep tentang diri dan konsep menjadi diri atau perwujudan diri. Individu yang dikatakan sehat adalah yang dirinya dapat berkembang penuh (*the fully functioning self*), dan dapat mengalami proses hidupnya tanpa hambatan. Adapun individu yang telah mencapai “*fully functioning*” ditandai dengan: *pertama*, terbuka pada pengalaman. *Kedua*, menghidupi setiap peristiwa secara penuh, dan *ketiga*, mempercayai pertimbangan dan pemilihan sendiri.²

Pada dasarnya manusia bersifat kooperatif dan konstruktif sehingga tidak perlu diadakan pengendalian terhadap dorongan agresifnya. Manusia mampu mengetahui semua apa yang baik untuk dirinya tanpa pengaruh dari luar. Konsep kunci dalam teori ini adalah: a) *Client centered*

¹A. Said Hasan Basri, dkk, *Panduan Mikro Konseling*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 39.

²M. Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2013), 47-48.

didasari oleh munculnya konsep diri (*self-concept*), aktualisasi diri (*self-actualization*) teori kepribadian dan hakekat kecemasan, b) Klien mempunyai potensi untuk menyadari terhadap masalah dan memahami cara mengatasinya serta mempunyai kapasitas untuk mengarahkan dirinya sendiri (*self-direction*), c) Kesehatan mental (*mental-helath*) merupakan kesesuaian (*congruensi*) dari jati diri yang ideal (*ideal-self*) dengan jati diri yang nyata (*actual-self*). Penyesuaian yang salah sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara yang diinginkan dengan kenyataan dirinya.³

Teknik konseling *client centered* menekankan pada kecakapan konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan memecahkan masalah dirinya. Konsep pokok yang mendasari adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Hubungan konseli dengan konselor merupakan situasi pengalaman terapeutik yang berkembang menuju kepribadian konseli yang integral dan mandiri. Dalam *Person Centered* pribadi yang bermasalah ialah seseorang yang memiliki kesenjangan antara *real self* dan *ideal self*.⁴

Jadi konseling *client centered* adalah terapi yang berpusat pada diri klien, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat pemberian terapi tersebut agar klien dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya. Pendekatan ini digunakan dengan alasan bahwa konseli hendaknya mampu untuk memecahkan masalah yang dihadapi secara mandiri. Selain itu, konseli sebenarnya merasa hanya butuh didengarkan dan diarahkan, Dalam pendekatan ini, peran konselor fokus sebagai reflektor bagi konseli.

b. Peran dan Fungsi Penggunaan Konseling *Client Centered*

Peran terapis *client centered* berakar pada keberadaannya dan sikap-sikapnya, bukan pada penggunaan teknik yang dirancang untuk menjadi klien berbuat sesuatu. Kajian tentang konseling *client centered* tampaknya menunjukkan bahwa yang menuntut perubahan kepribadian

³Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 54-55.

⁴A. Said Hasan Basri, dkk, *Panduan Mikro Konseling*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 39.

klien adalah sikap terapis ali-alih pengetahuan, teori atau teknik yang digunakan. Pada dasarnya, terapis menggunakan dirinya sendiri sebagai alat untuk mengubah. Dengan menghadapi klien pada taraf pribadi ke pribadi, maka peran terapis adalah tanpa peran.⁵

Adapun peran konselor dalam konseling *client centered* adalah: (a) Konselor tidak memimpin, mengatur atau menentukan proses perkembangan konseling, tetapi hal tersebut dilakukan oleh klien itu sendiri. (b) Konselor merefleksikan perasaan-perasaan klien, sedangkan arah pembicaraan ditentukan oleh klien. (c) Konselor menerima klien dengan sepenuhnya dalam keadaan seperti apapun. (d) Konselor memberi kebebasan pada klien untuk mengekspresikan perasaan-perasaan sedalam-dalamnya dan seluas-luasnya.⁶

Menurut konseling *client centered*, psikoterapi hanyalah salah satu contoh dari hubungan pribadi yang konstruktif. Konseli mengalami pertumbuhan *psikoterapiutik* di dalam dan melalui hubungannya dengan seseorang yang membantu melakukan apa yang tidak bisa dilakukannya sendiri. Hubungan konselor itu selaras (menyeimbangkan tingkah laku dan ekspresi eksternal dengan perasaan-perasaan dan pemikiran-pemikiran internal), bersikap menerima dan empatik yang bertindak sebagai agen perubahan terapeutik bagi konseli.⁷

Adapun fungsi terapis adalah membangun suatu iklim terapis yang menunjang pertumbuhan klien. Jadi, terapis *client centered* membangun hubungan yang membantu dimana klien akan mengalami kebebasan yang diperlukan untuk mengeksplorasi area-area hidupnya yang sekarang diingkari atau didistorsinya. Klien menjadi kurang defentif dan menjadi lebih terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan yang ada pada dirinya maupun dalam dunia.⁸

⁵Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), 95.

⁶Ulfa Dani Rosada, *Model Pendekatan Konseling Client Centered dan Penerapannya dalam Praktik*, (Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2016), 17.

⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), 96.

⁸Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), 96.

Dengan demikian proses konseling ditinjau dari pandangan klien, pengamatan dan perubahan yang terjadi di dalam diri klien, bisa juga dilihat dari sudut pandang konselor berdasarkan bagaimana tingkah laku dan partisipasi konselor dalam hubungan ini. Peran terapis disini adalah menciptakan hubungan yang bersifat menolong dimana klien bisa mengalami kebebasan yang diperlukan dalam rangka menggali kawasan kehidupannya yang saat ini berada dalam kondisi kongruen. Peran terapis dalam membina hubungan dengan klien adalah sangat penting. Terapis sebisa mungkin membatasi diri untuk mengintervensi klien dengan tidak memberikan nasehat, pedoman, kritik, penilaian, tafsiran, rencana, harapan, dan sebagainya sehingga dia hanya berperan sebagai fasilitator dalam konseling.

c. Tujuan Penggunaan Konseling *Client Centered*

Ada beberapa hal yang dilakukan konselor untuk membantu konseli dalam pemecahan masalah yang dihadapi dengan menggunakan konseling *client centered*, antara lain: (a) menciptakan hubungan yang permisif, terbuka, penuh pengertian dan penerimaan agar konseli bebas mengemukakan masalahnya; (b) mendorong kemampuan konseli untuk melihat berbagai potensinya yang dapat menjadi acuan dalam pengambilan keputusan; (c) mendorong konseli agar yakin bahwa ia mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi; (d) mendorong konseli agar mampu mengambil keputusan dan bertanggungjawab penuh atas keputusan yang telah ditetapkannya. Selain itu, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) atau sikap penghargaan tanpa syarat apapun yang ditunjukkan oleh konselor akan sangat bermanfaat dalam proses bantuan ini.⁹

Maka dari itu, tujuan konseling *client centered* ditekankan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri, dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalah sendiri. Kepribadian yang integral adalah struktur kepribadian yang tidak terpecah artinya sesuai antara gambaran tentang diri yang ideal (*ideal self*) dengan kenyataan diri sebenarnya (*actual self*), kepribadian yang berdiri sendiri adalah yang mampu menentukan pilihan sendiri atas dasar tanggung jawab dan kemampuan, tidak

⁹A. Said Hasan Basri, dkk, *Panduan Mikro Konseling*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 40-41.

tergantungan pada orang lain, sebelum menentukan pilihan tentu individu harus memahami dirinya (kekuatan dan kelemahan diri) dan kemudian keadaan diri tersebut harus ia terima.¹⁰

Makna dan tujuan konseling *client centered* ini adalah menciptakan iklim yang kondusif dan menghapus penghambat aktualisasi potensi diri, bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Untuk mencapai tujuan *terapeutik* tersebut, terapis perlu mengusahakan agar klien dapat memahami hal-hal yang ada di balik topeng yang dikenakannya, yaitu (a) menciptakan kondisi yang konektif untuk dapat memaksimalkan kesadaran diri (*self-awareness*) dan pertumbuhan, (b) mereduksi berbagai hambatan terhadap aktualisasi potensi diri serta membantu klien untuk menemukan dan menggunakan kebebasan memilih dengan kesadaran diri yang harus juga membantunya agar bebas dan bertanggungjawab atas arah kehidupannya.¹¹

Dengan demikian tujuan konseling *client centered* diantaranya adalah hendak membantu subjek yang dilayani memiliki kedirian (*self*) yang lebih matang untuk mampu mewujudkan diri sendiri (*self actualization*). Lebih khusus, konseling *client centered* bertujuan untuk membebaskan klien dari kungkungan tingkah laku yang telah dipelajari sejak lama (masalah) dan tingkah laku klien tersebut membuat diri klien terganggu dalam beraktivitas atau mengaktualisasikan dirinya. Konseling *client centered* sedikit menggunakan teknik, akan tetapi menekankan sikap konselor. Teknik dasar itu adalah mencangkup mendengar, dan menyimak secara aktif, refleksi perasaan, klarifikasi, “*being here*” bagi klien.

d. Langkah-langkah Penggunaan Konseling *Client Centered*

Konseling *client centered* bukan merupakan suatu pendekatan yang tetap dan tuntas. Ia mengharapakan orang lain akan memandang teorinya sebagai sekumpulan prinsip percobaan yang berkaitan dengan proses terapi. Konseling *client centered* menekankan pada dunia fenomenal klien.

¹⁰M. Ridwan dan Asrori, *Pendekatan Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Gresik: CV. Zamron Pressindo, 2021), 41.

¹¹Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 55.

Dengan teknik empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami klien dari perspektif dunia klien. Secara umum konseling *client centered* membangun terbinanya hubungan yang hangat dan akrab antara konselor dengan klien. Adapun hubungan antara klien dengan konselor adalah sebagai berikut:

- 1) Menciptakan *rapport*, sehingga terbentuk keakraban, kehangatan dan *responsiveness*, dan secara berangsur berkembang menjadi pertalian emosional yang mendalam. Guru pembimbing hendaknya memahami akan kedudukannya, yang sampai batas-batas tertentu terlibat dalam pertalian emosional. Guru pembimbing jangan berpura-pura menjadi manusia super, tapi hendaknya peka terhadap kebutuhan klien, sehingga dapat memberikan pelayanan sebaik-baiknya kepada klien.
- 2) Bersifat permisif berkenaan dengan ekspresi perasaan, sehingga klien mampu mengepresikan segala dorongan dan keluhannya, jangan sampai terbawa sikap agresif, rasa berdosa, ataupun malu dengan pertalian tersebut.
- 3) Sementara terdapat kebebasan penuh pada klien untuk menyatakan segala perasaannya, ada keterbatasan waktu dalam konseling. Klienlah yang memiliki kebebasan untuk menentukan kapan kembali dan bilamana akan berhenti pertemuan tersebut namun tidaklah dapat begitu saja menentukan waktu itu, karena menyangkut orang lain.
- 4) Pertalian konseling hendaknya bebas dari tekanan atau paksaan. Konselor hendaknya dapat menahan diri dalam menyodorkan keinginan diri sendiri. Waktu konseling merupakan milik klien, dan bukanlah milik guru pembimbing.¹²

Rogers mempunyai pandangan bahwa tingkah laku manusia dapat dipahami dari pengalaman subjektif mereka terhadap realitas. Rogers menunjukkan kepercayaan mendalam kepada manusia. Dia meyakini bahwa dorongan yang paling besar pada manusia adalah aktualisasi diri, yaitu memelihara, menegakkan, mempertahankan, dan meningkatkan diri dengan memberikan kesempatan terhadap

¹²M. Ridwan dan Asrori, *Pendekatan Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Gresik: CV. Zamron Pressindo, 2021), 43.

individu untuk berkembang dalam gerak maju dan memiliki cara untuk menyesuaikan diri. Seluruh teori Rogers dibangun dari suatu gaya hidup yang disebut kecenderungan aktualisasi. Adapun teknik yang diterapkan dalam konseling *client centered*, meliputi: *acceptance* (penerimaan); *respect* (rasa hormat); *understanding* (pemahaman); *reassurance* (menentram-kan hati); *encouragement* (memberi dorongan); *limited questioning* (pertanyaan terbatas); dan *reflection* (memantulkan pertanyaan dan perasaan). Melalui teknik tersebut diharapkan konselor dapat memahami dan menerima diri dan lingkungannya dengan baik, mengambil keputusan yang tepat, mengarahkan, dan mewujudkan diri.¹³

Konseling *client centered* yang sangat ditekankan adalah kualitas hubungan konselor klien serta sikap peran konselor yang akurat sudah cukup untuk terciptanya perubahan dalam diri klien, sebab peranan konselor terpusat pada pribadi mengakar pada cara mereka berada dan sikap, bukan pada teknik yang didesain untuk membuat klien mau “berbuat sesuatu”, juga bukan pada pengetahuan, teori yang menjadi fasilitator terhadap perubahan pribadi pada diri klien. Secara tahapan konseling client centered dapat dilakukan sebagaimana alur berikut:

- 1) Mengawali Konseling. Bentuknya berupa *attending* agar konseli merasa diterima dan nyaman dengan konselor. Konselor juga menciptakan *rapport*, yaitu hubungan baik dengan konseli agar timbul rasa percaya konseli bahwa segala usaha konselor disadari benar oleh konseli untuk kepentingannya. Dalam pendekatan ini, konselor juga perlu melakukan *unconditional positive regard*.
- 2) Inti Konseling. Konseli didorong untuk mengatakan perasaan-perasaannya saat menjalani konseling. Selanjutnya konselor lebih banyak sebagai reflektor dari ungkapan-ungkapan yang disampaikan oleh konseli.
- 3) Mengakhiri Konseling. Setelah konseli memperoleh pemahaman tentang dirinya dan menyadari tanggungjawab yang dimiliki serta memiliki rencana sendiri bagaimana agar dia mampu mengatasi

¹³Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung :Refika Aditama, 2013), 118.

permasalahannya, selanjutnya konseling memasuki tahap akhir.¹⁴

Langkah-langkah penggunaan teknik *client centered* tersebut menunjukkan bahwa inisiatif untuk memecahkan masalah tumbuh dalam diri konseli sendiri. Agar proses konseling berhasil, maka harus diperhatikan persyaratan hubungan positif diantaranya: memelihara hubungan akrab, kehangatan, dan responsif dengan konseli; konselor hendaknya memahami kedudukannya sebagai sahabat, jangan bersikap superior; bersifat permisif berkenaan dengan ekspresi perasaan; penentuan waktu konseling hendaknya merupakan kesepakatan bersama; dan konseling hendaknya terbebas dari tekanan, paksaan.

e. Kelebihan dan Kekurangan Teknik *Client Centered*

Teknik *client centered* ini, intinya adalah tentang diri dan konsep menjadi diri atau pertumbuhan perwujudan diri. Konsep atau struktur diri dipandang sebagai konfigurasi persepsi yang terorganisasikan tentang diri yang membawa kesadaran. Hal itu terdiri dari atas unsur-unsur persepsi terhadap karakteristik dan kecakapan seseorang, pengamatan dan konsep diri dalam hubungan dengan orang lain dan lingkungan dan cita-cita yang dipandang mempunyai kekuatan positif dan negatif. Teori ini dibangun berdasarkan penelitian dan observasi langsung terhadap peristiwa-peristiwa nyata, dimana pada akhirnya teknik ini memandang bahwa manusia pada hakekatnya adalah baik. Namun teknik ini memiliki beberapa kekurangan sebagaimana berikut:

- 1) Terlalu menekankan pada aspek afektif, emosional, perasaan sebagai penentu perilaku, serta melupakan faktor intelek, kognitif dan rasional.
- 2) Penggunaan informasi untuk membantu klien tidak sesuai teori.
- 3) Tujuan untuk setiap klien yaitu memaksimalkan diri, dirasa terlalu luas, umum dan longgar sehingga sulit untuk menilai setiap individu.
- 4) Sulit bagi konselor untuk benar-benar bersifat netral dalam situasi hubungan interpersonal.

¹⁴A. Said Hasan Basri, dkk, *Panduan Mikro Konseling*, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 41-42.

- 5) Meskipun teori ini diakui efektif, akan tetapi bukti-bukti tidak cukup sistematis dan lengkap terutama berkaitan dengan tanggung jawab klien yang kecil.¹⁵

Selain memiliki kekurangan, teknik ini juga memiliki kelebihan. Teknik ini digunakan konselor sebab percaya dan optimis dengan sifat alami manusia. Dorongan paling besar pada manusia adalah aktualisasi diri sendiri yaitu memelihara, menegakkan, mempertahankan dan meningkatkan diri dengan memberikan kesempatan terhadap individu untuk berkembang dalam gerak maju dan memiliki cara untuk menyesuaikan diri. Adapun beberapa kelebihan dari teknik ini adalah sebagai berikut:

- 1) Lebih berorientasi kepada pemusatan klien dan bukan pada konselor.
- 2) Lebih menekankan emosi, perasaan dan afektif dalam konseling.
- 3) Teori ini menekankan pada identifikasi dan penekanan hubungan konseling sebagai wahana utama dalam mengubah kepribadian.
- 4) Prosesnya lebih menekankan pada sikap konselor daripada teknik.
- 5) Memberikan kemungkinan untuk melakukan penelitian dan penemuan kuantitatif.¹⁶

2. Teknik *Self Understanding*

a. Pengertian *Self Understanding*

Manusia merupakan sebuah pertanyaan besar baginya sendiri. Ada ungkapan yang mengatakan “manusia sebuah misteri”. Ungkapan ini ada benarnya, karena dalam ungkapan tersebut terkandung pengertian bahwa manusia bukan sesuatu yang dapat habis atau selesai dibahas. Walau ada cukup banyak ilmu yang membahas manusia dari berbagai seginya, namun siapakah siapakah manusia itu tetap tak bisa terungkapkannya seluruhnya. Orang yang telah memahami dirinya akan mudah memahami orang lain. Karena mampu memahami orang lain, maka mampu menyesuaikan dirinya

¹⁵Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 56-57.

¹⁶Masdudi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 57.

dengan berbagai gaya orang yang berbeda. Jadinya menjadi orang yang cerdas secara personal.¹⁷

Begitulah kenyataannya, manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan, pada derajat tertentu tetaplah sebuah misteri yang terselubung kegelapan. Untuk itu, manusia perlu menuntut dirinya lebih paham akan keberadaan dan eksistensi diri, termasuk paham akan desiran rasa dan gejala jiwanya. Ini sangat penting dan urgen, sebab manusia adalah pemain atau pelaku utama kehidupan di dunia ini. Aman, tentram, damai, makmur dan sejahteranya hidup bermula dari pemahaman manusia yang benar akan dirinya sendiri. *Self understanding* yang benar dan baik akan menjadi pembeda kualitas yang nyata antara satu individu dengan lainnya.¹⁸

Self understanding berasal dari kata pemahaman dan diri. Sobur mengemukakan bahwa diri adalah komposisi pikiran dan perasaan yang menjadi kesadaran individu mengenai eksistensi individualisnya, pengamatan tentang apa yang menjadi miliknya, pengertiannya mengenai siapa dia itu, dan perasaan-perasaan terhadap sifatnya, kualitasnya dan segala miliknya. Pendapat ini menunjukkan bahwa pemahaman diri pada dasarnya adalah pengenalan tentang diri yang berkaitan kesadaran individu mengenai eksistensi individualisnya.¹⁹

Self understanding atau memahami diri tidak dimaksud mengenal segalanya tentang diri, karena hal itu tidak mungkin. Mengetahui diri di sini lebih baik dimengerti sebagai suatu keberhasilan seseorang memahami hal-hal pokok dan penting tentang realitas dirinya, baik dari segi fisik maupun psikis, serta hal-hal penting lain yang berkaitan dengan itu sebagaimana dialami dalam kehidupan nyata sehari-hari. Pemahaman ini merupakan landasan penting bagi penentuan atau pengambilan sikap yang tepat dan benar dalam memandang dan memperlakukan diri sendiri.²⁰

Menurut John Robert Powers (1977) sebagaimana yang dikutip Elihami menyebutkan bahwa *self understanding*

¹⁷Nurmalasari dan Wanty Eka Jayanti, *Character Building*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), 2.

¹⁸Aba Mehmed Agha, *Seni Memahami dan Menerima Diri*, (Yogyakarta: Checklist Media, 2021), 3.

¹⁹Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2016), 429.

²⁰Nurmalasari dan Wanty Eka Jayanti, *Character Building*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), 3.

adalah kesadaran dan pemahaman terhadap dirinya sendiri yang meliputi: siapa aku, apa kemampuanku, apa kekuranganku, apa kelebihanku, apa perananku, dan apa keinginanku. Pemahaman diri menjadi dasar perilaku hidup sehari-hari yang disadari. Kesadaran dan pemahaman akan dirinya akan semakin mencerminkan prinsip hidup dan kehidupannya.²¹

Sedangkan Elihami menyebutkan bahwa *Self understanding* berarti upaya memahami kekhasan fisiknya, kepribadian, watak dan temperamennya, mengenal bakat-bakat alamiah yang dimilikinya serta punya gambaran atau konsep yang jelas tentang diri sendiri dengan segala kekuatan dan kelemahannya. Mengetahui diri sendiri adalah guna mengetahui apa kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Ketika manusia memiliki kunci apa yang menjadi titik lemah dan titik kuat dari pribadi dirinya, manusia akan mampu memanage diri sendiri. Menjadikan tiap titik kekuatan sebagai mesin, dan menjadikan setiap titik lemah sebagai salah satu fokus yang harus dihadapi dan untuk dihandle.²²

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa teknik *self understanding* merupakan teknik yang digunakan untuk pemahaman diri tidak hanya sebatas tentang pemahaman terhadap identitas diri, namun lebih dari itu. Pemahaman diri merupakan pemahaman sebagai diri pribadi, sosial, spiritual dan kelebihan serta kelemahan yang ada pada diri sendiri. Pemahaman diri merupakan langkah awal dalam pembentukan konsep dan kepribadian diri yang akan mewujudkan eksistensi dan eksplorasi diri.

b. Tujuan dan Manfaat dalam *Self Understanding*

Pemahaman diri merupakan salah satu teknik untuk membentuk konsep diri. Konsep diri merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri, baik secara fisik, psikis, sosial maupun moral. Persepsi tersebut meliputi sesuatu yang dicita-citakan maupun keadaan yang sesungguhnya. Aspek fisik yang dipersepsi meliputi: penilaian terhadap tubuh, pakaian, benda miliknya dan sebagainya. Aspek psikis meliputi: pikiran, perasaan dan sikap individu terhadap

²¹Elihami, *Konsep Pengenalan Diri*, (Sulawesi: STKIP Muhammadiyah Enrekang, 2017), 2.

²²Nurmalasari dan Wanty Eka Jayanti, *Character Building*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), 3.

dirinya. Aspek sosial meliputi: bagaimana peranan sosial dalam masyarakat. Sementara aspek moral meliputi: nilai dan prinsip yang memberi arti dan arah dalam kehidupan seseorang.²³

Memiliki pengenalan diri (*self understanding*) adalah sangat penting, dimana seorang anak didik dapat mengetahui siapa dirinya, dimana kelebihan dan kekurangannya. Pengertian diri ini merupakan awal dari kebijaksanaan. Mengenal diri akan membawa seseorang mengerti akan keterbatasannya dan memahami ketidakterbatasannya. Inilah kunci bijaksana: dengan iman seorang yang terbatas sedang berpegang pada yang tidak terbatas. Jadi teknik *self understanding* merupakan suatu peran klien dalam menjelaskan masalah, merefleksi diri atau perasaan. Penerapan konseling ini ditujukan pada klien yang bertujuan agar klien mengambil sikap aktif dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan masalah serta mencari solusi untuk pemecahan masalahnya. Selain itu, klien diberi kesempatan dalam penyelesaian pemahaman tentang diri sendiri, dimana klien diharapkan untuk lebih mampu mengetahui letak kekurangan dan kelebihan dalam diri sendiri. Pemahaman diri adalah suatu konsep awal yang sangat baik untuk pembentukan kepribadian pada diri klien.²⁴

Tujuan memahami diri harus dikaitkan dengan tugas mulia manusia untuk mengembangkan dirinya. Pengembangan diri merupakan salah satu tujuan dari pembelajaran. Sebagai makhluk sosial, belajar adalah bagian dari kehidupan. Setiap manusia yang mampu memahami diri, akan mampu membangun pribadinya yang memiliki tujuan, berdiri kokoh, dan mampu bertahan serta memahami tujuan kehidupan. Salah satu tujuan dari membangun diri adalah untuk membentuk identitas diri agar mampu memiliki tempat di lingkungannya berada.²⁵ Seseorang yang bisa memahami dan mengetahui keadaan dirinya sendiri, maka mereka tahu apa yang menjadi keinginannya menuju ke arah yang baik.

²³Avin Fadilla Helmi, *Konsep dan Teknik Pengenalan Diri*, (Buletin Psikologi: Vol. 2. No. 3. 1995), 13.

²⁴Ni Putu Wahyu Damayanthi, *Penerapan Konseling Client Centered dengan Teknik Self Understanding untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar*, (E-Journal Universitas Pendidikan Ganesha, Vol. 2, No.1, 2014), 3.

²⁵Nurmalasari dan Wanty Eka Jayanti, *Character Building*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), 4.

Untuk itu, kemampuan memahami diri memiliki tujuan diantaranya:

- 1) Seseorang dapat mengenal kenyataan dirinya, dan sekaligus kemungkinan-kemungkinannya, serta (diharapkan) mengetahui peran apa yang harus dia mainkan untuk mewujudkannya.
- 2) Seseorang mampu mendeteksi potensi diri.
- 3) Seseorang mampu mengetahui titik-titik lemah diri untuk kemudian berusaha meminimalisirnya.
- 4) Sebaliknya, orang yang tidak mengenal dirinya, tidak mengetahui apa yang harus dikerjakan dan dikembangkannya.
- 5) Tidak memahami posisi diri akan membuatnya sulit mengarahkan diri kepada tujuan hidupnya, sehingga cenderung gagal dalam pergumulan hidupnya.²⁶

Orang yang mampu memahami diri dengan baik berarti mempunyai kesadaran diri yang baik pula. Selanjutnya orang yang sadar diri ini akan lebih banyak memperhatikan dan memproses informasi tentang dirinya. Dia menjadi sadar tentang jarak antara ideal diri dengan kenyataan dirinya dan juga menjadi lebih kritis terhadap dirinya. Orang yang kesadaran dirinya tinggi juga mengetahui dirinya secara lebih baik, memahami emosi emosinya, dan mampu mengetahui moodnya pada suatu momen tertentu.²⁷

Setelah mengetahui tujuan memahami diri sendiri, maka perlu diketahui bahwa sebenarnya ada beberapa manfaat yang didapatkan dari memahami diri sendiri, diantaranya sebagai berikut:

- 1) Mampu menentukan jalan hidup

Banyak sekali pilihan dalam menjalani hidup ini. Untuk lebih mudah menentukan pilihan, maka penting untuk mengenali diri sendiri. Diantara tanda-tanda bahwa individu telah berada di jalan hidup yang benar, yaitu biasa saja mendapati ada yang lebih baik; menerima kekalahan dengan lapang dada; tidak ambil pusing dengan perkataan negatif orang lain; kehilangan yang dicinta; merasa khawatir; merasa nyaman dimanapun

²⁶Nurmalasari dan Wanty Eka Jayanti, *Character Building*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020), 5-6

²⁷Faturochman, *Pengantar Psikologi Sosial*, (Yogyakarta: Pinus, 2019), 28.

meski sendirian; tahu cara melindungi diri sendiri; menerima perubahan orang lain.

2) Modal hidup bermasyarakat

Hidup bermasyarakat itu susah-susah mudah, sebab meyangkut banyak kepentingan, interaksi dan persinggungan dengan orang lain yang berbeda-beda karakter, kecenderungan, afiliasi dan tujuan hidupnya. Sungguh perlu modal dasar yang baik untuk bisa hidup bermasyarakat dengan tertib, rukun dan damai. Pemahaman diri yang baik bisa menjadi modal berharga untuk menopang tata kehidupan bermasyarakat yang tertib, rukun, damai dan saling menghormati.

3) Menemukan potensi diri

Pemahaman atas diri sendiri akan memandu individu dalam menemukan kelebihan dan kelemahan diri. Namun yang terbaik adalah individu fokus pada kelebihan diri, karena itulah sesungguhnya potensi dan kekuatan individu yang selama ini terpendam. Penemuan atas potensi diri sebenarnya adalah sebuah permulaan yang menjanjikan, sebab dari sinilah individu bisa lebih mantab menentukan rencana dan langkah-langkah selanjutnya.²⁸

4) Menemukan solusi yang tepat

Salah satu cara mencari solusi yang tepat adalah selalu bertanya kepada hati nurani diri sendiri. Individu tidak akan bisa benar-benar mendengarkan beningnya suara-suara dari nurani tanpa ada upaya memahami diri yang sejati. Karena itu, saat seseorang dilanda masalah berat dan mengadakan masalah kepada orang yang dianggap mampu membantu menyelesaikan masalah, ia akan diajak merenung dan introspeksi. Sebenarnya ini upaya mengajak orang tersebut melakukan perjalanan ke dalam diri sendiri, mengenali dan memahami diri sendiri.

5) Mencintai diri apa adanya

Mengenali diri berarti menerima kekurangan dan kelebihan diri, dan terus berupaya melakukan yang terbaik. Selain itu, mengenal diri dengan baik juga menghindarkan dari pengaruh buruk di luar. Mengenal diri membuat individu lebih tangguh menghadapi

²⁸Aba Mehmed Agha, *Seni Memahami dan Menerima Diri*, (Yogyakarta: Checklist Media, 2021), 15.

kritikan, pujian, pendapat orang lain, dan sebagainya. Selain itu, akan ada hubungan timbal balik antara memahami dan mencintai diri sendiri yaitu orang yang mencintai dirinya sendiri pasti akan mau benar untuk memahami dirinya lebih baik lagi.²⁹

c. Ciri-Ciri Orang Tuntas dalam *Self Understanding*

Sepintas memahami diri sendiri tampaknya mudah. Perkiraan itu muncul karena menyatunya antara subjek dan objek pemahaman. Diri sendiri berperan sebagai subjek dan juga sebagai objek. Namun, pada kenyataannya tidak semudah apa yang diperkirakan. Hal itu dijelaskan secara argumentatif oleh Dunning, seorang psikolog yang secara khusus mengkaji *self evaluation*, dalam bukunya "*Self-Insight: Roadblocks and Detours on The Path to Knowing Thyself*". Menurut Danning, sangat mengejutkan ternyata memahami diri secara akurat tidak semudah yang diperkirakan. Beberapa hasil penelitian yang dia ungkapkan membuktikan bahwa pemahaman terhadap diri sendiri juga ternyata tidak lebih akurat dibanding pemahaman terhadap orang lain.³⁰

Tetapi bagi orang yang tuntas memahami dirinya, maka ia bisa lebih tenang dalam menjalani hidup. Dengan pemahaman diri yang baik, masalah kehidupan menjadi lebih cepat dan mudah untuk diusahakan penyelesaiannya. Oleh karena itu, individu semua harus betul-betul memahami diri sendiri. Dengan tidak menunda melakukan eksplorasi ke dalam diri, individu akan menemukan diri pribadi yang menakjubkan, memiliki sifat, sikap dan perilaku yang menunjukkan ciri individu sebagai makhluk Tuhan yang mulia.³¹ Adapun ciri-ciri orang yang tuntas dalam memahami diri, setidaknya terlihat dalam indikator berikut:

1) Selalu bersyukur

Dengan pemahaman diri sendiri yang baik, seseorang akan menjadi pribadi yang pandai bersyukur. Ia akan mengerti bahwa dirinya bukanlah siapa-siapa di

²⁹Aba Mehmed Agha, *Seni Memahami dan Menerima Diri*, (Yogyakarta: Checklist Media, 2021), 25.

³⁰Adnan Achiruddin Saleh, *Psikologi Sosial*, (Parepare: IAIN Parepare Nusantara Press, 2020), 72.

³¹Aba Mehmed Agha, *Seni Memahami dan Menerima Diri*, (Yogyakarta: Checklist Media, 2021), 81.

dunia. Pemilik kehidupan sejati adalah Tuhan Yang Mahatinggi dan Maha Pemurah.

2) Tidak hanya jadi pelengkap

Meyakinkan diri sendiri bahwa harus menjadi pemain besar dalam bidang apapun dengan sendirinya akan menuntut untuk mempersiapkan diri sebaik-baiknya terhadap apapun. Setiap momen yang dijalani harusnya menjadi penampilan terbaik.

3) Mampu menepis rasa takut

Bagi seseorang yang telah memahami dan mengenal dirinya sendiri, ketakutan yang muncul dari rasa takutnya itu tidak lantas menjadi sesuatu yang membelenggu dirinya dan menyebabkan ia tidak melakukan apa-apa. Rasa takut atau ketakutan itu mampu ia tepis dan kelola dengan baik.

4) Mau belajar dari pengalaman

Orang dengan segudang pengalaman kehidupan berpotensi memiliki keluwesan sikap dan analisis yang tajam atas peristiwa yang terjadi berikutnya. Ia akan lebih siap dan mampu mengambil langkah-langkah yang perlu dilakukan.

5) Selalu berpikir positif

Berfikir positif sangat menyehatkan dan membuat lebih tahan terhadap stress. Orang yang berpikir positif tak ubahnya seperti orang yang membangun benteng kukuh dalam dirinya sendiri.

6) Bersikap terbuka

Menjadi pribadi yang luwes dan berpikiran terbuka adalah tuntutan zaman, sebab zaman selalu berubah. Orang dengan sikap dan pikiran terbuka akan mudah menyesuaikan dirinya dengan semangat zaman. Bukan dalam artian larut dalam arus zaman, melainkan pintar memilih yang terbaik untuk disesuaikan dengan kebutuhan dirinya.

7) Bijaksana

Sebagian orang meyakini bahwa kebijaksanaan ada hubungannya dengan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki. Tidak sepenuhnya salah keyakinan seperti itu, karena memang pertambahan umur seseorang, pengetahuan dan pengalaman hidup turut serta dalam

membangun kebijaksanaan dalam memandang dan menyikapi berbagai permasalahan dalam kehidupan.³²

3. Permasalahan Sosial di Lingkup Sekolah

a. Pengertian Masalah Sosial

Masalah dapat diartikan sebagai bentuk kesenjangan antara kondisi yang diharapkan dan kenyataan yang dihadapi. Masalah merupakan bagian dari kehidupan manusia karena sepanjang hidupnya manusia akan terus-menerus dihadapkan pada hambatan hidup, yang harus terus menerus membutuhkan pemecahan. Hal ini terjadi karena di satu pihak kebutuhan manusia cenderung tidak terbatas, dan pada pihak lain sumber daya untuk memenuhi kebutuhan itu sangat terbatas, serta tidak selalu tersedia dengan sendirinya saat dibutuhkan. Dari sinilah bersumber hambatan yang setiap saat dihadapi dan harus dipecahkan, jika seseorang ingin mempertahankan kelangsungan hidupnya.³³

Suatu masalah pada umumnya dapat disebut sebagai permasalahan sosial jika membawa pengaruh bagi banyak orang. Permasalahan sosial juga dapat diartikan sebagai suatu kondisi sosial yang dipandang berbahaya dan membutuhkan perbaikan. Selain itu, permasalahan sosial terjadi karena adanya pelanggaran nilai dan norma yang berlaku. Nilai merupakan harapan atau kepercayaan yang dianggap penting. Sementara itu, norma merupakan aturan yang disepakati bersama. Ketika pelanggaran nilai dan norma terjadi tentu akan merasa khawatir atas stabilitas sistem dan keteraturan sosial di lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, nilai dan norma menjadi suatu parameter yang digunakan untuk menentukan suatu permasalahan sosial.³⁴

Masalah sosial merupakan kesenjangan yang berlarut-larut antara *das sollen* dengan *das sein*, karena antara *das sollen* dengan *das sein* tidak selalu terjadi kesesuaian. Keadaan yang menjadi keinginan dan menjadi harapan itulah yang disebut dengan *das sollen*, yaitu apa yang seharusnya terjadi. Namun pada kenyataannya tidak semua gejala berlangsung secara normal sebagaimana yang dikehendaki

³²Aba Mehmed Agha, *Seni Memahami dan Menerima Diri*, (Yogyakarta: Cheklist Media, 2021), 101.

³³Paulus Tangdilintin dan Bambang Prasetyo, *Mengenal Masalah Sosial*, (Jakarta: Universitas Terbuka Press, 2019), 3.

³⁴Joan Hesti Gita Purwasih dan Seli Septiana Pratiwi, *Sosiologi*, (Jakarta: Kemdikbudristek, 2021), 45.

warga sekolah yang bersangkutan. Adapun gejala yang berlangsung secara nyata inilah yang dinamakan dengan *das sein*. Masalah sosial berkaitan dengan ukuran tentang nilai-nilai dan norma-norma sosial yang berlaku dalam lembaga sekolah. Setiap lembaga sekolah tentu saja memiliki ukuran tentang nilai dan norma sendiri-sendiri yang berbeda dengan nilai dan norma yang berlaku dalam lembaga sekolah yang lain. Nilai-nilai dan norma-norma sosial yang hidup di dalam lembaga sekolah akan dijadikan penuntun atau pedoman dalam menjalankan aktivitasnya.³⁵

Soetomo menyatakan bahwa pengertian masalah sosial adalah sebagai suatu kondisi yang tidak diinginkan oleh sebagian besar warga sekolah. Masalah sosial mengandung empat komponen diantaranya: (a) Kondisi tersebut merupakan masalah yang bertahan untuk suatu periode waktu tertentu. Suatu kondisi yang dianggap sebagai masalah sosial, namun hanya terjadi dalam waktu singkat dan menghilangkan bukan termasuk masalah sosial, (b) Apabila dirasakan dapat menyebabkan kerugian fisik atau nonfisik, baik pada individu maupun warga sekolah, (c) Merupakan suatu pelanggaran terhadap nilai-nilai di lembaga sekolah, (d) Dapat menimbulkan kebutuhan akan pemecahan.³⁶

Kemudian Paisol Burlian, mendefinisikan masalah sosial adalah semua tingkah laku sosial (warga sekolah) yang bertentangan dengan norma kebaikan, stabilitas lokal, pola kesederhanaan, moral, hak milik, solidaritas kekeluargaan, hidup rukun, disiplin, kebaikan, dan hukum formal.³⁷ Sedangkan menurut Soerjono Soekanto, masalah sosial adalah suatu ketidaksesuaian antara unsur-unsur kebudayaan atau warga sekolah yang membahayakan kelompok sosial.³⁸

Jadi pada dasarnya masalah sosial itu berkaitan dengan nilai-nilai sosial. Hal ini merupakan masalah karena memang ada kesenjangan antara tata kelakuan yang seharusnya berlaku dengan keadaan yang senyatanya terjadi. Dalam hal ini diperlukan nilai dan norma untuk mengukur apa yang

³⁵Mujinem dan Hidayati, *Masalah-Masalah Sosial*, (Jakarta: Universitas Terbuka Press, 2016), 7.

³⁶Soetomo, *Masalah Sosial dan Upaya Pemecahannya*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 6.

³⁷Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), 15.

³⁸Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), 312.

dianggap baik dan apa yang dianggap tidak baik, apa yang dianggap benar dan apa yang dianggap tidak benar, hal-hal yang boleh dilakukan dan hal-hal yang tidak boleh dilakukan.

b. Sebab-sebab Timbulnya Permasalahan Sosial

Berbagai macam pendapat dari para ahli tentang masalah-masalah sosial, pada intinya mengacu pada penyimpangan dari berbagai bentuk tingkah laku yang dianggap sebagai sesuatu yang tidak normal dalam lingkungan sekolah. Dari berbagai pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa masalah sosial adalah semua tingkah laku yang bertentangan atau melanggar norma-norma kebaikan dalam lingkungan sekolah dan dianggap mengganggu, merugikan, serta tidak dikehendaki oleh warga sekolah pada umumnya.³⁹ Pada dasarnya permasalahan sosial timbul dipengaruhi beberapa faktor sebagai berikut:

1) Faktor Keluarga

Keluarga merupakan cermin utama bagi seorang anak. Faktor keluarga disini meliputi bagaimana peran orang tua dalam mendidik seorang anak, perhatian orang tua terhadap anak, interaksi orang tua dengan anak, keadaan ekonomi keluarga, serta kepedulian orang tua terhadap anak. Di sini, orang tua sangat berperan penting dalam mendidik seorang anak untuk menjadikan anak tumbuh dengan baik dan tidak terjerumus ke dalam permasalahan sosial. Oleh karena itu, sangat dianjurkan kepada semua orang tua untuk mendidik anaknya dengan baik dan memberikan perhatian yang penuh terhadap anak.

2) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor kedua yang berpengaruh terhadap munculnya permasalahan sosial. Misalnya, seseorang yang berada di lingkungan yang tidak baik, seperti lingkungan pemabuk, pemain judi, dan senang berkelahi, cepat atau lambat akan mudah terjerumus ke dalam kumpulan orang-orang tidak baik itu. Norma (aturan) yang tidak ditegakkan di dalam masyarakat juga ikut menyumbang munculnya permasalahan sosial.

³⁹Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), 17.

3) Faktor Pendidikan

Pendidikan merupakan modal utama yang sangat diperlukan bagi seseorang untuk menjalankan hidupnya dengan baik, baik itu pendidikan formal (pendidikan di sekolah) maupun nonformal (pendidikan dalam keluarga, lingkungan masyarakat dan pergaulan). Dengan pendidikan, seseorang akan mengetahui mana yang baik dan buruk, mengetahui mana yang harus dilakukan dan yang tidak seharusnya dilakukan sehingga tidak akan terjerumus ke dalam permasalahan sosial.⁴⁰

c. Karakteristik Permasalahan Sosial

Para sosiolog memandang permasalahan sosial sebagai suatu yang tidak sesuai dengan nilai-nilai yang dianut sebagian besar orang, mereka setuju bahwa tindakan harus dilakukan untuk mengubah situasi itu. Permasalahan sosial juga dapat didefinisikan sebagai terganggunya keberfungsian sosial individu, kelompok atau komunitas sehingga mempengaruhi kemampuan mereka dalam memenuhi kebutuhan, merealisasikan nilai-nilai yang dianutnya serta menjalankan peranan-peranannya di lembaga sekolah.⁴¹

Horton dan Leslie menyebutkan bahwa masalah sebagai suatu kondisi yang dirasakan oleh banyak orang tidak menyenangkan dan menuntut pemecahan melalui aksi sosial secara kolektif. Dari penjelasan tersebut permasalahan sosial memiliki karakteristik agar dapat dikatakan sebagai permasalahan sosial. Di bawah ini merupakan karakteristik permasalahan sosial:

1) Terjadi berulang kali dan berpotensi berkesinambungan

Suatu masalah yang terjadi hanya satu kali dan tidak berulang akan cepat diselesaikan. Begitu terselesaikan, keadaan peserta didik akan kembali kondusif sebagaimana sebelum adanya masalah. Namun, jika masalah terus berulang dan terjadi dalam jangka waktu yang panjang, ditambah lagi berkesinambungan, maka kejadian tersebut menandakan adanya permasalahan sosial.

⁴⁰Paisol Burlian, *Patologi Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), 18.

⁴¹Ibnu Syamsi dan Haryanto, *Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dalam Pendekatan Rehabilitasi dan Pekerjaan Sosial*, (Yogyakarta: UNY Press, 2018), 7.

- 2) Kondisi yang sama dirasakan oleh banyak orang
Kerisauan atau adanya perasaan tidak sreg yang dirasakan oleh banyak orang dapat menjadi tanda-tanda adanya permasalahan sosial. Meski demikian, tidak ada batasan berapa jumlah orang yang harus merasakan kondisi tersebut agar dapat dikatakan sebagai permasalahan sosial. Jika suatu masalah menjadi perhatian dan pembicaraan beberapa orang karena tidak sesuai dengan kondisi masyarakat sekitar, bisa dimasukkan ke dalam masalah sosial.
- 3) Kondisi dinilai tidak menyenangkan
Kondisi yang baik meski sebelumnya tidak sesuai dengan nilai-nilai sosial sekitar, tidak dapat dikatakan sebagai suatu masalah. Yang bisa dikatakan sebagai permasalahan sosial adalah kondisi yang tidak menyenangkan. Kondisi tersebut tentunya dapat mempengaruhi hidup banyak orang dan menyebabkan terjadinya bahaya. Pesta minuman keras dan narkoba dapat menjadi contoh kondisi yang tidak menyenangkan.
- 4) Kondisi yang menyebabkan adanya perpecahan
Sebuah masalah yang menyebabkan runtuhnya persatuan dan kesatuan dapat dikatakan sebagai masalah sosial. Karena adanya masalah tersebut, perpecahan sangat rawan terjadi. Misalnya, ada peserta didik yang menginginkan adanya tawuran antar sekolah tanpa sebab yang jelas, tentu hal ini menjadi permasalahan sosial. Sebab tawuran antar sekolah dapat merusak tatanan sosial yang telah dibangun dan menyebabkan perpecahan.
- 5) Masalah harus diselesaikan secara proaktif dan kolektif
Masalah individual berbeda dengan masalah sosial. Masalah individu bisa diselesaikan seorang diri, sementara masalah sosial harus diselesaikan secara kolektif bersama para pendidik lainnya dengan cara memberikan layanan bimbingan konseling.⁴²

⁴²Ibnu Syamsi dan Haryanto, *Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial dalam Pendekatan Rehabilitasi dan Pekerjaan Sosial*, (Yogyakarta: UNY Press, 2018), 8.

d. Bentuk-Bentuk Masalah Sosial di Lingkup Sekolah

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa masalah-masalah sosial yang ada dalam lembaga sekolah ditimbulkan karena adanya kesenjangan antara *das sollen* dengan *das sein*. Apa yang seharusnya terjadi tidak sama dengan kenyataan yang sesungguhnya terjadi. Dalam membahas masalah-masalah sosial yang ada di lingkungan sekolah, setidaknya ada beberapa masalah yang dapat diketahui diantaranya: kurang menyenangkan kritikan orang lain; kurang memahami etika pergaulan; merasa malu untuk berteman dengan lawan jenis; Kurang mampu menyesuaikan diri; penyakit sosial seperti; tawuran, geng motor, pemalakan, pencurian, dan sebagainya.⁴³

Masalah-masalah sosial dalam lingkup lembaga sekolah adalah masalah-masalah yang dialami oleh individu atau peserta didik dalam interaksinya dengan warga sekolah lainnya. Masalah-masalah sosial yang terjadi pada remaja khususnya peserta didik di tingkat menengah atas, diantaranya dapat berupa:

1) Pergaulan bebas

Pengaruh media sosial, dan berbagai budaya luar yang masuk membuat remaja terpengaruh dengan adanya pergaulan bebas. Yang justru membawa petaka bagi keberlangsungan kehidupan remaja. Karena pergaulan bebas mensahkan dan tidak mengakui adanya nilai serta norma di masyarakat yang berlaku. Remaja akan cenderung melanggar nilai dan norma dalam kebiasaan masyarakat, karena adanya pengaruh dari perkembangan zaman.

2) Seks bebas

Begitu dengan adanya pacaran yang modus untuk dapat melakukan seks bebas sebelum menikah. Inilah pengaruh budaya luar yang sangat tidak relevan. Serta tidak sesuai terhadap nilai dan norma di dalam kehidupan masyarakat, karena melanggar aturan dan konsensus bersama masyarakat. Begitu juga dalam adat istiadat dan budaya yang mana pacaran berkedok seks bebas yang tidak sesuai dengan adat dan budaya masyarakat.

⁴³Emmi Kholilah Harahap dan Sumarto, *Bimbingan Konseling*, (Jambi: Pustaka Ma'arif Press, 2020), 50.

- 3) Memakai atau menggunakan narkoba
Karena pengaruh lingkungan dan gaya hidup, sebagian remaja sangat mudah terpengaruh menggunakan atau memakai narkoba. Itulah masalah sosial yang ada pada sebagian remaja di Indonesia. Sebagian remaja hanya ikut-ikutan dan menyesuaikan ajakan teman.
- 4) Permasalahan percintaan berujung bunuh diri
Masalah sosial sering terjadi pada remaja yaitu berkaitan dengan asmara percintaan. Bahkan sebagian melakukan aksi bunuh diri akibat putus cinta. Inilah juga bagian dari contoh masalah sosial di dalam kehidupan masyarakat terkhususnya pada remaja.
- 5) Adanya Tawuran dan Bentrok Antar Remaja
Masalah sosial yang sering terjadi pada antar remaja atau pemuda yaitu tawuran dan bentrokan antara sesama mereka. Baik itu karena masalah sepele maupun karena kesalahpahaman dalam berkomunikasi maupun faktor penyebab lainnya. Itulah salah satu contoh masalah sosial yang mana berkaitan dengan remaja di Indonesia dalam kehidupan masyarakat.
- 6) Balapan liar antar remaja
Balapan liar yang juga menjadi masalah sosial di dalam remaja karena masih ada sebagian yang melakukan balapan liar. Yang mana dapat mengganggu ketertiban dan kenyamanan warga sekitar, atau akan mengganggu masyarakat yang melintas di jalan. Apalagi balapan liarnya dilakukan di jalan raya atau jalan umum.
- 7) Bolos sekolah
Masalah sosial yang satu ini memang sangat kerap terjadi dan sering dilakukan oleh sebagian pelajar yang masih sekolah atau mahasiswa didik. Tindakan remaja ini bagian dari masalah sosial karena bolos atau tidak masuk kuliah, mereka justru pergi bermain.
- 8) Kecanduan menonton film porno
Selanjutnya, masalah sosial yang ada pada remaja yaitu adanya kecanduan menonton film porno yang dapat merusak moral dan moril seseorang remaja.
- 9) Terjadinya bullying atau perundungan
Salah satu masalah sosial yang hingga saat ini masih terjadi pada sebagian remaja yaitu adanya perundungan atau bullying. Yang dilakukan oleh beberapa orang kepada teman atau remaja yang lemah

tak berdaya, dimana yang melakukan tindakan bullying hanya untuk kesenangan semata saja.

10) Kecanduan game dan HP/gawai

Dengan perkembangan zaman yang begitu pesat. Salah satunya perkembangan teknologi dalam penggunaan smartphone. Membuat sebagian remaja kecanduan dalam menggunakan gawai untuk bermain game maupun sibuk dengan media sosial. Yang berujung tidak produktifnya aktivitasnya. Hal ini tentu akan membuat terjadinya masalah sosial di dalam remaja tersebut. Misalnya remaja menjadi pemalas, gangguan pada penglihatan atau mata, dan berbagai masalah sosial buruk lainnya.

11) Masalah berkaitan dengan akademis

Bagi sebagian pelajar SMA yang masih menempuh pendidikan. Masalah sosial juga didapatkan yaitu yang berkaitan dengan akademis maupun non akademis.⁴⁴

e. **Bullying dan Jenis-Jenis Bullying**

Penindasan, perundungan, perusakan, atau pengintimidasian (bahasa Inggris: *bullying*) adalah penggunaan kekerasan, ancaman, atau paksaan untuk menyalahgunakan atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini juga dapat menjadi suatu kebiasaan dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan sosial atau fisik. Hal ini dapat mencakup pelecehan secara lisan atau ancaman, kekerasan fisik atau paksaan dan dapat diarahkan berulang kali terhadap korban tertentu, mungkin atas dasar ras, agama, gender, seksualitas, atau kemampuan.⁴⁵ Perundungan atau *bullying* juga dapat diartikan perilaku tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun dunia maya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati dan tertekan baik dilakukan oleh perorangan ataupun kelompok.⁴⁶

Bullying merupakan perilaku agresif yang melibatkan individu atau kelompok dengan tingkat pengakuan atau kekuatan sosial yang tinggi terhadap individu atau kelompok

⁴⁴Joan Hesti Gita Purwasih dan Seli Septiana Pratiwi, *Sosiologi Untuk SMA*, (Jakarta: Pusat Perbukuan Kemdikbud, 2021), 52.

⁴⁵Setia Budhi, *Kill Bullying: Hentikan Kekerasan di Sekolah*, (Banjarmasin: Universitas Lambung Mangkurat Press, 2016), 1.

⁴⁶Heli Tafiati, dkk, *Stop Perundungan/Bullying Yuk*, (Jakarta: Kemendikbud Riset dan Teknologi, 2021), 6.

dengan tingkat pengakuan atau kekuatan sosial yang rendah. Individu atau kelompok yang memiliki tingkat pengakuan sosial tinggi, artinya mereka dianggap memiliki dominasi, mendapat *labeling* sebagai penguasa, memiliki status sosial yang diakui di lingkungannya, dan atau memiliki modal kekuatan dalam dirinya untuk menyerang serta mengeksploitasi individu lain di lingkungannya maka mereka akan bertindak sebagai pelaku *bullying*. Sedangkan individu yang dianggap lemah, aneh, berbeda dan layak untuk diintimidasi di lingkungannya maka mereka menjadi sasaran empuk untuk menjadi korban dari *bullying*. Pada kondisi yang demikian ini, terjadi kesenjangan kekuatan serta kekuasaan yang cukup besar antara pelaku dengan korban *bullying*.⁴⁷

Bullying adalah bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih “lemah” oleh seseorang atau sekelompok orang. Pelaku *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa seseorang, bisa juga sekelompok orang, dan ia atau mereka mempersepsikan dirinya memiliki *power* (kekuasaan) untuk melakukan apa saja terhadap korbannya. Korban juga mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully*.⁴⁸

Bullying dapat terjadi pada siapa saja. Bahkan kadangkala baik pelaku maupun korban perundungan tidak menyadari bahwa perlakuan yang diberikan atau diterima di lingkungan manapun termasuk sekolah merupakan bentuk *bullying*. Oleh karena itu sangat penting bagi guru untuk dapat mengenali berbagai macam bentuk *bullying* supaya dapat memberikan edukasi pada peserta didik dan juga orang tua. Dengan demikian diharapkan semua pihak memiliki *awareness* terhadap hal ini sehingga potensi terjadinya *bullying* atau perundungan dapat ditekan. Secara umum ada 5 bentuk *bullying* yang harus diketahui:

⁴⁷Muhammad Aska Maulan dkk, *Pedoman Psikoterapi Kelompok Gotong Royong untuk Mengatasi Kasus Bullying di Sekolah*, (Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2021), 1.

⁴⁸Ela Zain Zakiyah, *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*, (Jurnal Unpad, Vol. 4, No. 2, 2017), 326.

1) *Verbal Bullying* (Perundungan Verbal)

Jenis *bullying* verbal seringkali tanpa sadar dilakukan. Banyak pelaku pelaku perundungan verbal ini berdalih bahwa mereka hanya sedang melontarkan lelucon atau bercanda saja dan melabeli korban baperan jika merasa tersinggung dengan kalimat atau perkataan tidak menyenangkan yang mereka ucapkan. Perundungan verbal atau *verbal bullying* biasanya berupa kalimat kasar atau ejekan yang ditujukan pada seseorang.

Dampak *verbal bullying* adalah anak atau peserta didik menjadi takut berbicara atau mengemukakan pendapat. Korban perundungan verbal/ *verbal bullying* memiliki ketakutan ketika harus tampil di muka umum karena trauma pada tanggapan atau ucapan buruk yang pernah diterimanya. Meskipun sering diremehkan, ternyata perundungan verbal memiliki efeknya jangka panjang dan sangat membekas pada korbannya. Guru harus waspada ketika mendengar peserta didik berkata kasar, membuat lelucon yang tidak pantas, sering menertawakan keburukan orang dan membuatnya jadi bahan guyanan. Hal ini perlu segera diatasi karena dapat menjadi bibit-bibit *bullying*.

2) *Physical Bullying* (Perundungan Fisik)

Berbeda jauh dengan tanda-tanda *bullying* secara verbal, *bullying* fisik dapat meninggalkan bekas yang mudah terlihat oleh guru. Oleh karenanya, dapat dilakukan penanganannya lebih cepat dan pelaku maupun korban dapat diidentifikasi dengan segera. Ciri-ciri anak yang menjadi pelaku perundungan fisik diantaranya adalah bersifat emosional/temperamental dan kurang berempati dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan anak atau peserta didik yang menjadi korban yang menjadi korban sering menunjukkan ketakutan berlebih saat bertemu dengan pelakunya. Korban juga biasanya malas pergi ke sekolah, meminta pindah sekolah, atau menangis ketakutan saat teringat peristiwa *bullying* yang dialaminya.

Penindasan fisik ternyata tidak hanya berupa pukulan atau aksi yang meninggalkan bekas atau luka pada tubuh korbannya. *Bullying* fisik juga juga dapat berupa penghadangan di tengah jalan, menggertak dengan membawa rombongan, atau melempari dengan

benda-benda kecil. Orang tua dan juga guru harus waspada ketika peserta didik terlihat “ringan tangan” pada temannya atau orang di sekitarnya. Atau jangan sampai orang tua atau guru memberikan contoh yang membuat peserta didik menjadi pelaku *bullying*.⁴⁹

3) *Social Bullying* (Perundungan Sosial)

Contoh *bullying* sosial antara lain pengucilan atau intimidasi tidak langsung yang dilakukan secara berkelompok terhadap seseorang. Hal ini banyak sekali dicontohkan dalam film-film remaja untuk membuat mereka menyadari bahaya *social bullying*. Korban perundungan sosial (*social bullying*) biasanya akan mengalami kesulitan dalam berteman dan sering menyendiri.

Hal ini dapat terjadi karena korban mungkin pernah melakukan tindakan yang tidak disukai teman-temannya, memiliki kelebihan yang menonjol sehingga menyebabkan pelaku merasa iri, atau memang memiliki kesulitan berinteraksi dengan orang lain sejak kecil. Guru Pintar tidak boleh membiarkan perundungan sosial terjadi sampai berlarut-larut karena bisa berdampak pada masa dewasa korban. Korban akan menjadi terbiasa menutup diri dan rentan mengalami depresi.

4) *Cyber Bullying* (Perundungan Dunia Maya)

Cyber bullying meskipun tergolong baru karena baru muncul sejak sosial media dan internet marak di kalangan masyarakat, namun sering sekali terjadi di sekitar kita. Munculnya *hater* yang seringkali memberikan komentar-komentar pedas pada laman media sosial merupakan salah satu contoh dari perundungan dunia maya.

Bentuk-bentuk lain *bullying siber* misalnya status atau unggahan gambar bernada negatif yang ditujukan pada seseorang dan obrolan via aplikasi chat yang mengintimidasi korban. Jika peserta didik menunjukkan ekspresi yang sedih atau marah saat membaca atau melihat komentar-komentar tidak menyenangkan pada gadget mereka, guru harus segera mengambil tindakan. Guru dapat bekerja sama dengan orang tua supaya selalu

⁴⁹Ela Zain Zakiyah, *Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan Bullying*, (Jurnal Unpad, Vol. 4, No. 2, 2017), 328.

memantau gadget yang dipegang oleh peserta didik. Harapannya, jika ada indikasi perundungan di dunia maya akan segera dapat diatasi.

5) *Sexual Bullying* (Perundungan Seksual)

Sexual harassment atau pelecehan seksual juga dapat dikategorikan sebagai *bullying* karena pelakunya memiliki motif tendensi negatif. Dewasa ini, makin banyak kasus pelecehan seksual yang menimpa anak-anak. Guru dan orang tua harus memberikan pendidikan seks dasar pada anak sesuai dengan usia mereka. Ajarkan pada mereka untuk dapat menjaga diri, atau mengenali bagian tubuh mana yang boleh disentuh orang lain, dan juga jangan membiarkan orang asing menyentuh tubuh anak. Jangan berpikiran bahwa edukasi seks adalah hal yang tabu. Jika diberikan sesuai dengan usia dan juga kebutuhan peserta didik, maka akan sangat berguna untuk menekan potensi terjadinya *sexual bullying*.⁵⁰

B. Penanganan Permasalahan Sosial Melalui Penerapan Konseling *Client Centered* dengan Teknik *Self Understanding* dalam Perspektif Islam

1. Pandangan Islam tentang Permasalahan Sosial

Menurut para ilmuwan sosial, kehidupan manusia yang terbentang sepanjang sejarah selalu dibayang-bayangi oleh apa yang disebut agama. Bahkan, dalam kehidupan sekarangpun dengan kemajuan teknologi supra modern manusia tak luput dari agama. Agama lahir pada babak sejarah pramodern, sebelum masyarakat dan dunia diwarnai perkembangan pesat ilmu dan teknik. Berger melukiskan agama sebagai kebutuhan dasar manusia, karena agama merupakan sarana untuk membela diri terhadap segala kekacauan yang mengancam hidup manusia. Hampir semua masyarakat manusia mempunyai agama. Agama dapat dipandang sebagai kepercayaan dan pola prilaku yang diusahakan oleh suatu masyarakat untuk menangani masalah penting yang tidak dapat dipecahkan oleh teknologi dan teknik organisasi yang diketahuinya. Untuk mengatasi keterbatasan itu, orang berpaling kepada menipulasi kekuatan supranatural.⁵¹

⁵⁰Nita Oktifa, *Jenis-Jenis Bullying di Sekolah*, (Blogs: Akupintar.id/Info-Pintar, 2022), 1-3.

⁵¹Peter L. Berger, *The Sacred Canopy*, terj. Hartono, (Jakarta: LP3ES, 1991),73.

Nottingham seorang sosiolog berpendapat bahwa agama bukan suatu yang dapat dipahami melalui definisi, melainkan melalui deskripsi, menurutnya agama adalah gejala yang begitu sering “terdapat di mana-mana”, dan agama berkaitan dengan usaha-usaha manusia untuk mengukur dalam makna dari keberadaan diri sendiri dan keberadaan alam semesta. Selain itu membangkitkan kebahagiaan batin yang paling sempurna, dan perasaan takut dan ngeri. Meskipun perhatian tertuju kepada adanya suatu dunia yang tak dapat dilihat (akhirat), namun agama melibatkan dirinya dalam masalah-masalah kehidupan sehari-hari di dunia.⁵²

Secara umum, agama adalah seperangkat aturan atau peraturan yang mengatur hubungan manusia dengan Tuhan. Hubungan manusia dengan sesamanya dan manusia dengan alam lingkungannya, yang kesemuanya itu didasarkan pada keyakinan terhadap adanya Tuhan. Pada sisi ini agama dilihat sebagai teks dan doktrin, sehingga keterlibatan manusia sebagai pemeluk atau penganut agama tidak nampak tercakup di dalamnya. Karena itu, masalah-masalah yang berkenaan dengan kehidupan sosial baik individual maupun kelompok, pengetahuan dan keyakinan yang lainnya yang dipunyai manusia, peranan keyakinan keagamaan terhadap kehidupan duniawi dan sebaliknya, kelestarian serta perubahan-perubahan keyakinan keagamaan yang dimiliki manusia, tidak tercakup dalam definisi tersebut. Sedangkan secara khusus, agama adalah suatu sistem keyakinan yang dianut dan tindakan-tindakan yang diwujudkan oleh suatu masyarakat dalam menginterpretasikan dan memberi respon terhadap apa yang dirasakan dan diyakini sebagai yang ghaib dan suci. Sebagai suatu sistem keyakinan, agama berbeda dari sistem-sistem keyakinan atau isme-isme lainnya, karena landasan keyakinan keagamaan adalah konsep suci yang dibedakan dari, atau dipertentangkan dengan yang duniawi (profane), dan pada yang ghaib atau supranatural yang menjadi lawan dari hukum-hukum alamiah.⁵³

⁵²Nottingham, K. Elizabeth, *Agama dan Masyarakat, Suatu Pengantar Sosiologi Agama*, terj. Abd. Muis Narahong, (Jakarta: Rajawali Press, 1990), 34-35.

⁵³Abu Sofyan, *Pluralisme Keberagaman di Pemukiman Baru, Studi Tentang Konflik dan Integrasi Antara Warga Nahdhotul Ulama dengan Muhammadiyah di Perumahan Taman Jenggala Sidoarjo*, (Malang: UMM Press, 2001), 12-13.

Pada dasarnya agama mengajarkan kedamaian, persaudaraan, kerukunan individu dan individu atau kelompok lain. Jadi agama itu tidak menghendaki perpecahan, permusuhan dan timbulnya permasalahan sosial. Namun dalam kenyataannya yang ada menunjukkan pengaruh agama terhadap masyarakat sering menimbulkan masalah sosial. Para ahli sejarah atau filosofi sosial menyatakan, bahwa agama sering mempunyai efek yang negatif terhadap kesejahteraan manusia. Isu-isu keagamaan sering menjadikan timbulnya konflik, keyakinan dalam suatu agama sering menimbulkan sikap manusia yang tidak toleran, loyalitas dalam agama hanya dapat menyatukan beberapa orang saja dan memisahkan dari kebanyakan orang lainnya.⁵⁴

Manusia adalah bagian dari suatu komunitas sosial tertentu dari tempat dimana dia berada. Misalnya peserta didik adalah anggota dari komunitas sosial di sekolah. Adanya perbedaan karakter, budaya maupun sifat pada peserta didik bisa memicu terjadinya masalah sosial di sekolah. Secara umum masalah sosial dapat diartikan sebagai berbagai permasalahan yang muncul dalam masyarakat. Permasalahan tersebut bersifat sosial dan berhubungan dengan suatu nilai tertentu dari lembaga kemasyarakatan. Masalah sosial tersebut biasanya dialami oleh seorang individu tetapi juga dipengaruhi oleh suatu sistem ataupun orang lain. Soetomo mengatakan bahwa masalah sosial adalah suatu kondisi yang tidak diinginkan oleh sebagian besar warga masyarakat. hal itu disebabkan karena gejala tersebut merupakan kondisi yang tidak sesuai dengan harapan atau tidak sesuai dengan nilai, norma, dan standar sosial yang berlaku.⁵⁵

Untuk itu, ajaran agama bukan hanya berisi perintah dan larangan saja, tetapi juga pedoman, norma-norma, petunjuk hidup mana yang seharusnya dilakukan dan mana hal-hal yang sebaiknya ditinggalkan. Agama merupakan satu dari faktor pengendalian permasalahan sosial. Orang yang yakin dan patuh pada ajaran agama, biasanya tata perilakunya akan terkendali dari bentuk perilaku menyimpang. Agama adalah motivator alami yang mendorong manusia agar selalu hidup baik dan teratur. Selain sebagai faktor pengendali permasalahan sosial, agama memiliki peran sosial sebagai faktor integratif bagi masyarakat, yang berarti peran agama dalam menciptakan suatu ikatan

⁵⁴Thomas F., *Sosiologi Agama*, (Jakarta: Rajawali Press, 1987), 139.

⁵⁵Soetomo, *Masalah Sosial dan Upaya Pemecahannya*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 6.

bersama, baik diantara anggota-anggota beberapa masyarakat maupun dalam kewajiban-kewajiban sosial yang membantu mempersatukan masyarakat.⁵⁶

Agama Islam adalah agama rahmat. Sebagaimana dalam al-Qur'an menyatakan bahwa Nabi SAW. diutus sebagai *rahmatan lil 'alamin*. Untuk mengejawantahkan cita-cita besar yaitu *rahmatan lil 'alamin* diperlukan kerjasama antara umat manusia tidak terbatas antar intern umat Islam tetapi dengan non muslimpun perlu dijalin demi cita-cita di atas. Untuk mewujudkan persaudaraan antar pemeluk agama dan menghindari permasalahan sosial, Al-Qur'an telah memperkenalkan sebuah konsep yaitu *ta'aruf*. Seperti yang disebutkan dalam al-Quran. Allah berfirman dalam Q.S. Al-Hujurat ayat 13.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling takwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal”. (QS. Al-Hujurat: 13)⁵⁷

Ayat di atas dijadikan sebagai dasar atas eksistensi interaksi sosial antar sesama manusia, dimana yang dimaksud dengan interaksi adalah aksi timbal balik dan kata *ta'aruf* dalam ayat tersebut juga bermakna saling karena dalam penggunaannya dipakai *isim masdhar* yang seimbang dengan kata *tafa'ulun* yang bermakna saling dimana fungsi isim adalah *musyarakah*. Selanjutnya kata *ta'aruf* dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa yang dimaksud disitu adalah pentingnya untuk saling mengenal dan saling berinteraksi antar satu sama lain dalam hal umum, tetapi tidak dalam hal yang berhubungan dengan agama karena

⁵⁶Sukring, *Solusi Konflik Sosial dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Millati: Journal of Islamic Studies ad Humanities, 2016. Vol. 1, No. 1) 113.

⁵⁷Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, 2019), 755.

Allah telah membedakan diantara manusia yang dia cintai yaitu orang-orang yang beriman dan bertakwa kepadanya. Dengan kata lain, Allah telah memerintahkan hambanya untuk saling menghargai dan saling menghormati dalam urusan-urusan sosial kemasyarakatan saja dan mengharapkan untuk menghindari permasalahan sosial antar sesama.⁵⁸

2. **Konseling *Client Centered* dengan Teknik *Self Understanding* dalam Lingkup Kajian Bimbingan Konseling Islam**

Anwar Sutoyo menyebutkan bahwa layanan bimbingan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan oleh Allah kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasulnya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dengan benar dan kokoh sesuai dengan tuntunan Allah Swt. Pemberian bantuan tersebut mengantarkan individu yang diharapkan mampu menjadi pribadi yang secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum Allah dengan mematuhi segala perintah dan menjauhi larangan-Nya.⁵⁹

Adapun menurut Samsul Munir Amin, menjelaskan bahwasannya bimbingan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontonyu dan secara sistematis kepada setiap individu agar ia mampu mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah Saw ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan Hadist.⁶⁰ Pengertian tersebut selaras dengan pernyataan Hamdani Bakran Adz-Dzaky, yang menyebutkan bimbingan konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup

⁵⁸Sukring, *Solusi Konflik Sosial dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Millati: Journal of Islamic Studies ad Humanities, Vol. 1, No. 1) 114.

⁵⁹Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktek)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), 22.

⁶⁰Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Amzah, 2016), 23.

dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW.⁶¹

Kemudian menurut Saiful Akhyar, bimbingan konseling Islam dari segi proses konseling merupakan berlangsungnya pertemuan tatap muka (*face to face*) antara dua orang atau lebih (*or more two people*). Pihak pertama adalah konselor yang dengan sengaja memberikan bantuan, layanan kepada konseli secara profesional, sedangkan pihak kedua adalah konseli yang dibantu untuk memecah masalah. Selanjutnya beliau juga menjelaskan bahwa konseling merupakan sebuah proses yang bertujuan untuk mencari ketentraman hidup baik di dunia maupun di akhirat. Ketentraman hidup di dunia-akhirat dapat dicapai melalui upaya yang senantiasa menjadikan Allah sebagai sandaran dalam berperilaku, sehingga setiap tindakan yang dilahirkan selalu mendapat perlindungan dan pertolongan Allah Swt.⁶²

Adapun tujuan konseling *client centered* dengan teknik *self understanding* dalam Islam dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sebagaimana yang disebutkan Anwar Sutoyo yang menjelaskan bahwa tujuan yang ingin dicapai melalui konseling *client centered* dengan teknik *self understanding* adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik. Sehingga menjadi pribadi *kaffah*, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhalifahan, dan ketaatan beribadah dengan mematuhi segala perintahnya dan menjauhi larangannya. Dengan kata lain tujuan konseling model ini adalah meningkatkan iman, Islam dan ikhsan individu yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh. Pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.⁶³ Allah berfirman sebagai berikut:

⁶¹Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Bina Rencana Pariwara, 2015), 137.

⁶²Saiful Akhyar, *Konseling Islami dalam Komunitas Pesantren* (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2015), 63.

⁶³Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), 207.

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ
كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ
الْمُفْسِدِينَ

Artinya : “Dan, carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (pahala) negeri akhirat, tetapi janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia. Berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.” (QS. Al-Qashahs: 77)⁶⁴

Untuk itu, tujuan utama dari adanya konseling *client centered* dengan teknik *self understanding* dalam Islam adalah menumbuhkan sikap konsisten akan ajaran agama Islam. Agar manusia memiliki kesadaran akan eksistensi dirinya dan bekerja untuk memperjuangkan hal tersebut dan untuk mengembangkan kemampuannya agar dapat mengemban tanggung-jawabnya dalam hidup dan membentuk nilai dan kecenderungan positif hingga ia dapat mengendalikan dan mengatur perilaku dan interaksinya dengan sesamanya.⁶⁵ Maka secara global tujuan konseling *client centered* dengan teknik *self understanding* dalam Islam yaitu untuk membentuk dan mengembangkan manusia menjadi pribadi yang utuh sebagai hamba Allah yang memiliki tugas menjadi khalifah di bumi, baik dalam bidang akidah, ibadah dan akhlak maupun di bidang pendidikan, pekerjaan, keluarga, dan masyarakat agar tercapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.⁶⁶

Konseling *client centered* difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan peserta didik untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Pada dasarnya, peserta didik bisa dipercaya untuk menemukan masalah-masalah yang penting yang berkaitan dengan keberadaan dirinya.

⁶⁴Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, 2019), 568.

⁶⁵Syafaruddin, dkk, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Medan: Perdana Publishing, 2017), 195.

⁶⁶Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), 36.

Tujuannya adalah menjadikan peserta didik lebih terbuka kepada pengalaman, mengembangkan evaluasi internal, kesediaan untuk menjadi suatu proses dan dengan cara-cara lain bergerak menuju taraf-taraf yang lebih tinggi dari aktualisasi diri. Sedangkan teknik *self understanding* merupakan teknik yang digunakan untuk pemahaman diri tidak hanya sebatas tentang pemahaman terhadap identitas diri, namun lebih dari itu. Pemahaman diri merupakan pemahaman sebagai diri pribadi, sosial, spiritual dan kelebihan serta kelemahan yang ada pada diri sendiri. Pemahaman diri merupakan langkah awal dalam pembentukan konsep dan kepribadian diri. Imam Al-Gazhali menyebutkan bahwa mengenal diri sendiri adalah kunci untuk mengenal Tuhan. Al-Gazhalipun mengutip surat Fushilat ayat 53:

سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ۗ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ

Artinya : *“Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kebesaran) Kami di segenap penjuru dan pada diri mereka sendiri sehingga jelaslah bagi mereka bahwa (Al-Qur’an) itu adalah benar. Tidak cukupkah (bagi kamu) bahwa sesungguhnya Tuhanmu menjadi saksi atas segala sesuatu?”* (QS. Fushilat: 53)⁶⁷

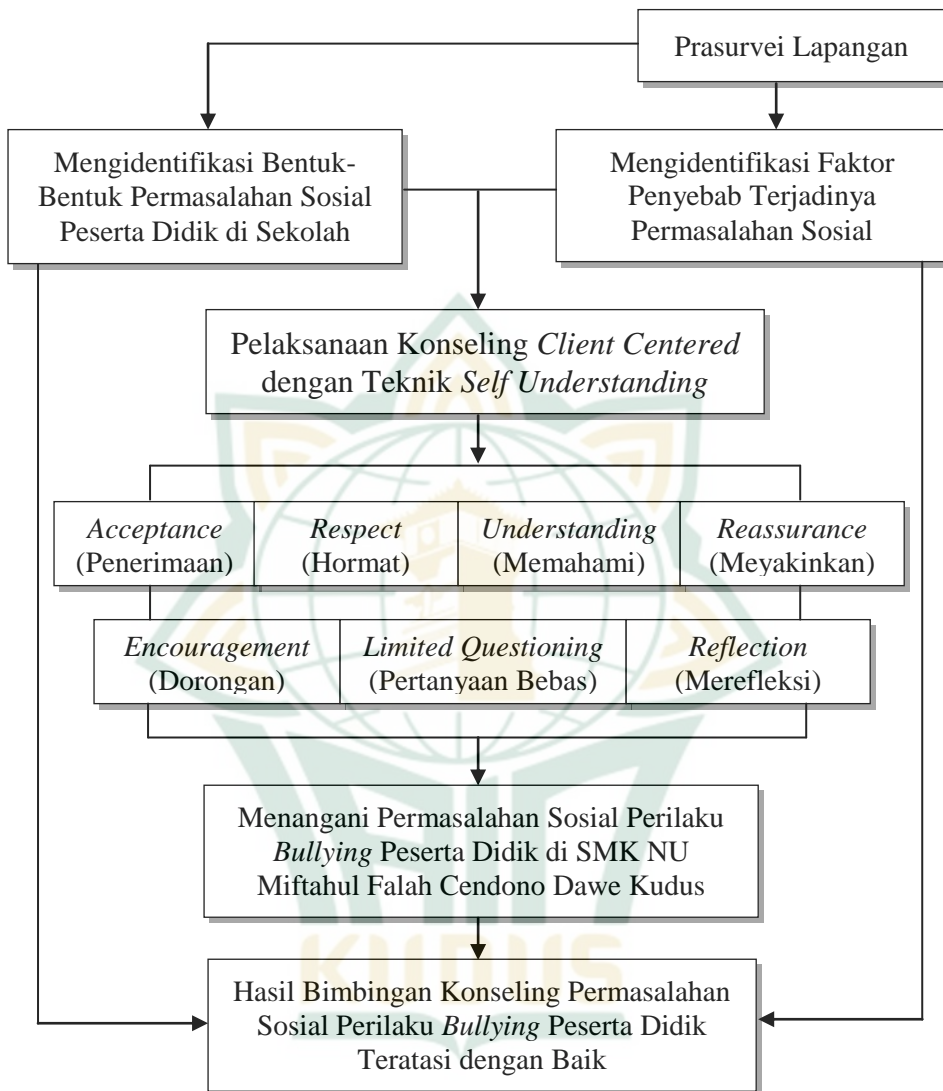
Jika manusia memandang ayat tersebut dengan tujuan mengambil pelajaran, maka pandanglah dirimu sendiri di dalam dirimu banyak terkandung pelajaran. Ketika peserta didik mampu mengemban tanggung jawab untuk dirinya sendiri berarti peserta didik juga sudah mampu untuk mengendalikan emosi mereka karena kecerdasan emosi menjadikan seseorang mampu berfikir lebih baik dan jernih sehingga setiap permasalahan yang dihadapi mampu diselesaikan dengan berfikir bukan dengan emosi. Kecerdasan emosi juga dapat menghindarkan seseorang dari kelelahan emosi seperti halnya: marah, iri, ataupun dendam sehingga dapat menghindarkan tindakan agresif baik secara fisik maupun verbal.

⁶⁷Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI, 2019), 702.

C. Kerangka Berfikir Penelitian

Kerangka berfikir penelitian merupakan alur pikir yang dijadikan sebagai skema pemikiran atau dasar-dasar pemikiran untuk memperkuat fokus yang melatarbelakangi penelitian ini. Dalam kerangka pemikiran ini peneliti akan mencoba menjelaskan masalah pokok penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti akan lebih fokus pada permasalahan sosial yang terjadi di lingkungan sekolah. Masalah sosial di lingkungan sekolah diartikan sebagai berbagai permasalahan yang muncul dalam lembaga pendidikan sekolah. Permasalahan tersebut bersifat sosial dan berhubungan dengan suatu nilai tertentu dari sebuah lembaga pendidikan sekolah. Masalah sosial tersebut biasanya dialami oleh seorang individu dalam hal ini peserta didik sebagai subyek pelajar, tetapi juga dipengaruhi oleh suatu sistem ataupun orang lain.

Masalah sosial merupakan suatu kondisi yang tidak diinginkan oleh mayoritas masyarakat di suatu organisasi pendidikan. Masalah sosial yang terjadi merupakan suatu proses kondisi yang akan memberikan pengaruh pada kehidupan sebagian besar bagi warga sekolah khususnya peserta didik. Dimana masalah sosial sebagai sesuatu yang tidak diinginkan atau tidak disukai dan karena itu perlunya untuk diatasi atau diperbaiki. Sekolah selaku salah satu institusi pendidikan harus mampu berupaya menerapkan suatu penanganan efektif dan juga efisien dalam rangka membantu peserta didik yang mengalami permasalahan sosial. Adapun dalam penelitian ini, peneliti akan mengulas penerapan konseling *client centered* dengan teknik *self understanding* sebagai salah satu alternatif solusi dalam upaya menangani permasalahan sosial perilaku *bullying* pada peserta didik di SMK NU Miftahul Falah Cendono Dawe Kudus. Secara skema alur penelitian dapat dilihat dalam gambar berikut:



Gambar 2.1 Alur Berfikir Penelitian