

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Bimbingan Konseling Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Islam

Secara harfiah, istilah “*guidance*” berasal dari kata *guide* yang berarti: (1) mengarahkan (*to direct*), (2) memandu (*to pilot*), (3) mengelola (*to manage*), (4) menyetir (*to steer*). Selain itu, “*guidance*” yang mempunyai hubungan dengan *guiding* yang berarti menunjukkan jalan (*showing a way*), memimpin (*leading*), menuntun (*conducting*), memberikan petunjuk (*giving instruction*), mengatur (*regulating*), mengarahkan (*governing*), dan memberikan nasehat (*giving advice*).¹

Menurut Sertzer dan Stone pada tahun 1996 mengemukakan bahwa kata *guidance* berasal dari *guide* yang memiliki arti menunjukkan, menentukan, mengatur atau mengemudikan.² Dalam pendefinisian bimbingan ini terdapat banyak pendapat dari berbagai ahli bidang, namun meskipun begitu tetap memiliki satu kesamaan yaitu bimbingan merupakan sebuah proses pemberian bantuan.³

Sedangkan menurut Walgito (1995:4), bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam mengatasi atau menghindari kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya. Kemudian Shretzer & Stone (1966:40) mengemukakan bahwa bimbingan didefinisikan sebagai sebuah proses menolong individu untuk memahami dirinya dan dunianya. Dalam mendefinisikan bimbingan, para ahli bidang bimbingan konseling islam memberikan pengertian yang berbeda-beda. Meskipun demikian

¹ M. Fuad Anwar, “*Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam*”, (Yogyakarta: CV Budi Utama 2019) 1-2

² Farid Hasyim dan Mulyono, “*Bimbingan dan Konseling Religius*”, (Jogjakarta: AR-RUZZ Media 2010) 31

³ Sulistyarni dan Muhammad Jauhar, “*Dasar-Dasar Konseling*”, (Jakarta: Prestasi Pustakarya Mei 2014) 25

pengertian yang disajikan memiliki arti yang sama, yaitu bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan.⁴

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan merupakan proses pemberian bantuan kepada individu atau sekelompok individu dengan tujuan agar individu tersebut dapat memahami dirinya sendiri dan dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya, sehingga nantinya individu tersebut dapat menghadapi berbagai persoalan atau kesulitan yang akan dihadapi. Individu yang akan menjalani proses bimbingan biasanya disebut dengan klien atau konseli. Namun, bimbingan dilakukan semata-mata bukan untuk menuntun konseli untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami dan membuat konseli tidak mandiri.⁵

Bimbingan memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

- 1) Bimbingan adalah usaha pemberian bantuan
- 2) Bimbingan diberikan pada orang-orang dari berbagai rentang usia
- 3) Bimbingan diberikan oleh seseorang tenaga ahli
- 4) Bimbingan bertujuan agar perbaikan kehidupan orang yang dibimbing tersebut memiliki suatu tujuan yakni:
 - a) Mengatur kehidupan sendiri
 - b) Mengembangkan atau memperluas pandangan
 - c) Menetapkan pilihan
 - d) Mengambil keputusan
 - e) Memikul beban kehidupan
 - f) Adaptasi atau penyesuaian diri
 - g) Mengembangkan kemampuan diri
- 5) Bimbingan dilakukan berdasarkan prinsip-prinsip demokrasi

⁴ Siti Rukiah, “*Bimbingan Konseling Islam dalam Al-Quran Surat Yunus Ayat 57 (Studi Pemikiran Buya Hamka)*”, Skripsi: Bengkulu (2019)

⁵ Anisya Afifa dan Abdurrahman, “Peran Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kenakalan Remaja”, (*Jurnal Bimbingan Konseling Islam: Sumatera Utara*, November 2021) 178

6) Bimbingan merupakan bagian dari sebuah pendidikan secara keseluruhan (Rusmana, N. 2009:12)⁶

b. Pengertian Konseling Islam

Istilah konseling berasal dari bahasa Inggris yaitu Counseling kemudian, kata Counseling sendiri berasal dari kata to consule yang memiliki arti memberikan nasehat atau memberikan anjuran kepada orang lain secara berhadapan langsung (face to face). Selain itu kata konseling juga dapat diartikan sebagai advice yang artinya nasehat atau petunjuk (Echols & Shaily:1992:150).⁷ Sedangkan secara etimologi konseling merupakan suatu nasehat, anjuran dan ajaran. Maka, konseling dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian anjuran, nasehat maupun pembicaraan dengan cara bertukar pikiran.⁸

Selain itu konseling juga memiliki arti suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang baik anak-anak, remaja maupun dewasa agar mampu mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sebagai makhluk sosial. sehingga individu tersebut dapat menjadi seseorang yang mampu memaknai hidupnya sebagai seorang hamba Allah di muka bumi ini. Konseling Islam juga dijelaskan dalam Al- Qur'an, terdapat ayat-ayat yang berkenaan dengan konseling Islam yang terdapat dalam surat Al- Isra : 82. Yang artinya: "Dan kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al- Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian".(QS: Al- Isra: 82).

Dari beberapa pendapat yang sudah disebutkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada orang lain yang memiliki masalah dengan psikisnya atau disebut dengan konseli/klien.⁹ Selain itu konseling juga dapat

⁶ Rasimin dan Muhammad Hamdi, "Bimbingan dan konseling Kelompok", (Jakarta: PT Bumi Aksara, Januari 2018) 3-4

⁷ Baidi Bukhori, "Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam", (Jurnal Bimbingan Konseling Islam: Konseling Religi, Semarang 2014) 9-10

⁸ Hamdan Bakran, "Konseling Islami"

⁹ Farid Hasyim dan Mulyono, "Bimbingan dan konseling religius", 34

diartikan sebagai bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan cara yang sesuai situasi dan kondisi yang dialami oleh individu untuk dapat mencapai kesejahteraan hidupnya melalui konseling individu melalui kemampuannya sendiri.¹⁰

Konseling secara luas memiliki unsur-unsur sebagai berikut:

- 1) Konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada konseli, artinya posisi konselor disini hanya akan membantu konseli untuk dapat mengembangkan dan mengatasi masalah yang sedang dialami oleh konseli, sehingga segala keputusan akan tetap diberikan kepada konseli yang pada hakikatnya sudah memahami tentang dirinya sendiri.
- 2) Pemberi layanan konseling atau konselor disini merupakan seseorang yang benar-benar profesional dan benar-benar memiliki kompetensi dalam proses konseling. dapat dibuktikan melalui kemampuan keterampilan yang dimiliki maupun secara pengakuan administrative yakni memiliki sertifikasi konselor.
- 3) Konseling yang dilakukan akan berbentuk secara interview (wawancara) untuk dapat mengetahui secara mendalam tentang kondisi yang tengah dialami oleh konseli.
- 4) Konseling adalah suatu proses yang mengajarkan konseli untuk mandiri. Oleh karena itu konselor berperan untuk selalu mendorong konseli agar mampu memahami, menerima, merencanakan dan merealisasikan diri konseli.¹¹

c. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Kehadiran bimbingan konseling islami ini bersentuhan dengan realitas keragaman keilmuan, dan praktek konseling secara umumnya. Bahkan secara historis, bimbingan konseling islam memberikan suatu “pengaruh” terhadap lingkungan sosio-

¹⁰ Iid Rahma dini, "Bimbingan konseling", (*Jurnal Bimbingan Konseling*: Padang 2021) 2

¹¹ Tarmizi, "Bimbingan Konseling Islami", (Perdana Publishing, Medan, April 2018) 21

kultural, dalam arti memberikan wawasan filosofi, motivasi perilaku, arah pandangan, dan pedoman perubahan sampai terbentuknya suatu realitas baru.

Bimbingan konseling islam merupakan suatu kegiatan memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bantuan atau sering disebut dengan klien dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinannya serta mampu menanggulangi problematika hidup dengan baik dan benar secara mandiri yang berpegang teguh pada Al-Qur'an dan sunnah Rasul Saw (Adz-Dzaky, 2001: 189). Menurut Tohirin bimbingan konseling islam merupakan suatu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai fitrahnya sebagai manusia.

Isi materi yang ada dalam bimbingan konseling islam dan cara-cara yang digunakan menurut ajaran islam dalam menghadapi masalah yang berkaitan dengan konseli. Terutama berhubungan dengan krisis kejiwaan, misalnya pencarian tentang konsep diri yang berhubungan dengan kepribadian dan lainnya. Bimbingan dan konseling islam sebagai suatu layanan dari para ahli sanagt dibutuhkan bagi konseli yang mempunyai masalah, agar memiliki kesempatan untuk berbenah diri dalam masa pencarian jati diri. dengan bimbingan ajaran islam berupa keimanan, akhlak islami dan keibadahan, diharapkan manusia mampu mendapatkan suatu petunjuk yang akan menghantarkan mereka dalam menemukan konsep diri serta menambah ketaqwaan kepada Allah SWT.¹²

d. Asas-Asas Bimbingan Konseling Islam

Menurut Prayitno ada beberapa asas yang perlu diperhatikan dalam bimbingan konseling islam, yaitu:

¹² Safa'ah dkk, "Peranan Bimbingan Konseling Islam dalam meningkatkan moral Narapidana anak: Studi pada Bapas kelas 1 Semarang", (*Jurnal Sawwa* Volume 12, no. 2 (2017) 219.

1) Asas Kerahasiaan

Pada asas ini apapun yang dikatakan oleh konseli akan menjadi sebuah rahasia bagi konselor dan tidak boleh disampaikan kepada orang lain.

2) Asas Kesukarelaan

Asas ini mengharapkan konseli untuk dapat secara sukarela menyampaikan masalah yang dihadapinya tanpa terpaksa dan konselor juga diharapkan untuk memberikan bantuan dengan ikhlas.

3) Asas Keterbukaan

Konseli diharapkan mampu membuka diri kepada konselor untuk kepentingan pemecahan masalah dan mau menerima saran-saran dan masukan dari pihak luar.

4) Asas Kekinian

Masalah yang sedang dihadapi oleh konseli ialah masalah yang ditanggulangi dan sedang dirasakan oleh konseli pada saat sekarang.

5) Asas Kemandirian

Pelayanan konseling yang diberikan konselor tentu bertujuan untuk dapat memandirikan konseli, mampu mengenali diri sendiri dengan baik dan mampu mengambil keputusan yang baik bagi diri sendiri.

6) Asas Kedinamisan

Pada asas ini usaha yang dilakukan konselor dalam memberikan layanan konseling menghendaki perubahan pada diri konseli, yaitu perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

7) Asas Kenormatifan

Pelayanan konseling yang dilakukan tidak boleh melenceng atau bertentangan dari norma-norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, maupun kebiasaan sehari-hari.

8) Asas Keahlian

Bimbingan konseling yang dilakukan perlu untuk dilakukan secara rutin dan sistematis dengan tetap sesuai prosedur, teknik dan alat yang memadai.

9) Asas Alih Tangan

Asas alih tangan ini dilakukan ketika seorang konselor sudah mengerahkan segala cara dan kemampuannya untuk membantu individu, namun individu yang bersangkutan belum dapat terbantu sebagaimana yang diharapkan maka konselor dapat mengirim individu kepada badan yang lebih ahli.¹³

e. **Fungsi Bimbingan Konseling Islam**

Adapun fungsi-fungsi bimbingan konseling menurut Depdiknas yaitu:

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman ini membantu konseli untuk memiliki pemahaman terhadap dirinya atas potensi dan kemampuan yang dimiliki terhadap lingkungannya. Dalam hal ini konseli diharapkan dapat mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimiliki secara optimal dan dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis.

2) Fungsi Fasilitas

Dalam fungsi fasilitas membantu memberikan kemudahan kepada konseli untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, selaras, serasi dan seimbang berdasarkan seluruh aspek dalam diri konseli.

3) Fungsi Penyesuaian

Membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan secara dinamis dan konstruktif.

4) Fungsi Penyaluran

Membantu konseli dalam memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan atau program studi, memantapkan karir atau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat dan keahlian yang dimiliki. Dalam hal ini konselor diharapkan dapat bekerjasama dengan pendidik maupun orang terdekat konseli.

¹³ Tarmizi, "Bimbingan Konseling Islami", (Perdana Publishing, Medan, April 2018) 53-54

5) Fungsi Adaptasi

Fungsi adaptasi membantu para pelaksana pendidikan, konselor dan guru untuk dapat menyesuaikan program pendidikan yang sesuai dengan minat, kemampuan dan bakat yang sesuai dengan kebutuhan konseli.

6) Fungsi Pencegahan

Dalam fungsi ini berkaitan dengan upaya konselor dalam membantu konseli untuk mampu senantiasa mengantisipasi berbagai permasalahan yang mungkin terjadi dan berupaya untuk dapat mencegah hal-hal yang tidak diinginkan terjadi. Konselor memberikan bimbingan kepada konseli tentang cara menghindarkan diri dari perbuatan dan kegiatan yang membahayakan diri konseli.

7) Fungsi Perbaikan

Konselor membantu konseli agar mampu berpikir secara rasional (pola pikir yang sehat) dan memiliki perasaan yang tepat sehingga dapat mengantarkan konseli kepada tindakan yang normative dan produktif.

8) Fungsi Penyembuhan

Fungsi ini berkaitan dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah memiliki beberapa masalah, yang menyangkut aspek pribadi, karir, kegiatan belajar, dan sosialnya.

9) Fungsi Pemeliharaan

Dalam fungsi pemeliharaan ini membantu konseli untuk dapat mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. Hal ini dilakukan agar konseli mampu terhindar dari segala kemungkinan yang dapat menurunkan produktivitas diri.

10) Fungsi Pengembangan

Dalam fungsi ini konselor akan berupaya menciptakan lingkungan yang kondusif dalam memfasilitasi perkembangan konseli.¹⁴

¹⁴ M. Fuad Anwar, "Landasan Bimbingan dan Konseling Islam", (Deepublish: CV Budi Utama 2019) 10-13

f. Pengertian Bimbingan Konseling Kelompok

Bimbingan konseling kelompok merupakan suatu proses kegiatan konseling kelompok yang dilakukan secara berkelompok dengan cara mengeluarkan pendapat masing-masing. Konseling kelompok dilakukan konselor untuk permasalahan yang mungkin bisa diselesaikan secara berkelompok, jika permasalahan yang dimiliki oleh konseli susah untuk diselesaikan secara kelompok maka konseli dapat memilih untuk melakukan konseling individu.

Pada dasarnya layanan konseling kelompok adalah suatu layanan konseling perorangan yang dilakukan secara kelompok, yang dimana akan terdapat konselor dan klien. Dalam konseling kelompok klien akan mengungkapkan permasalahan yang dialami klien kemudian konselor akan memahami dan mengidentifikasi permasalahan klien dengan cara melakukan suatu penelusuran tentang sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut pada permasalahan konseli.¹⁵

Tujuan bimbingan konseling kelompok diadakan adalah membantu mengembangkan potensi yang dimiliki oleh klien, segala hal yang dapat menghambat atau mengganggu kegiatan aktivitas, komunikasi dan sosialisasi suatu individu agar mampu berkembang maksimal kembali.

Fungsi dari konseling kelompok menurut Nurihsan J (2006:24) menyatakan bahwa ada dua fungsi dalam konseling kelompok yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu dan fungsi layanan preventif. Fungsi preventif merupakan layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadi persoalan pada diri individu. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Sifat pencegahan disini memiliki arti bahwa klien yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat,

¹⁵ Nasrina Nur Fahmi dan Slamet, "Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman", (*Jurnal Hisbah*, Vol.13 No. 1 Desember 2016) 71

namun juga memiliki kekurangan dan kelemahan yang menyebabkan terganggunya komunikasi dengan orang lain. Sedangkan konseling yang bersifat penyembuhan memiliki arti peran konselor disini membantu klien untuk dapat keluar dari persoalan yang dialami dengan cara memberikan sebuah dorongan, kesempatan dan pengarahan untuk mengubah sikap dan perilaku yang dimiliki klien agar selaras dengan lingkungan sekitarnya.¹⁶

2. Peranan Bimbingan Konseling Kelompok

Layanan bimbingan dan konseling kelompok ini mendorong pengembangan kepribadian yang dimiliki konseli secara pribadi maupun kelompok, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, dan perkembangan kondisi pribadi masing-masing. Bagi sebagian konselor, menerapkan bimbingan konseling kelompok merupakan suatu hal yang digemari dikarenakan penyampaiannya dan penyelesaian masalahnya dapat diselesaikan bersama oleh setiap anggota kelompok dengan menggunakan dinamika kelompok. Kondisi baiknya adalah ketika seluruh konseli yang ada dalam kelompok mampu melaksanakan bimbingan konseling kelompok yang sudah dilakukan dan kemudian mempraktekannya dengan merubah perilaku negative menjadi positif.¹⁷

Dalam peranaannya memunculkan sebuah ekspektasi, dan dalam ekspektasi inilah peranan mengacu pada kejiwaan, tugas, dan hal yang berkaitan dengan posisi tertentu dalam sebuah kelompok. Ekspektasi peranan ini mengindikasikan proses konseling kelompok yang menjelaskan tentang kepentingan konseling itu sendiri. tuntutan suatu peranan adalah sebuah desakan sosial yang memaksa klien untuk memenuhi peranan yang telah dibebankan kepadanya dengan harapan setelah proses konseling dilakukan akan memberikan hasil kemandirian dan klien tidak bergantung pada konselor. Mengingat pada konseling kelompok klien terkadang lebih mudah membicarakan persoalan-

¹⁶ Rasimin dan Muhammad Hamdi, "Bimbingan dan Konseling Kelompok" (Jakarta: PT Bumi Aksara januari 2018) 8-9

¹⁷ Awalini Widyastuti dkk, "Peranan Bimbingan Kelompok dengan Teknik FGD untuk meningkatkan Keterampilan Learning Time Management pada Peserta Didik", (Edu Consilium: *Jurnal BK Pendidikan Islam* 3, no. 1 2014). 90.

persoalan yang sedang dihadapi daripada konseling individu yang hanya terpacu pada menerima sumbangan pikiran dari seorang anggota atau dari konselor.¹⁸

3. Pengertian Disabilitas Mental

Penyandang disabilitas mental merupakan keadaan dimana seorang individu mengalami gangguan fungsi pikir, emosi, dan perilaku. Istilah lainnya yaitu gangguan kejiwaan, istilah ini digunakan pada saat gangguan yang dialami sudah secara signifikan mengganggu kinerja aktivitas kehidupan sehari-hari, misalnya saja seperti terganggunya komunikasi dengan pihak lain, mengganggu kegiatan belajar, bahkan pekerjaan dan lain sebagainya. Penyandang disabilitas mental dilihat dari psikososialnya dibagi menjadi skizofrenia, bipolar, depresi, anxietas, dan gangguan kepribadian. Sedangkan jika dilihat dari perkembangan yang berpengaruh pada kemampuan interaksi sosial yang dimiliki individu diantaranya autisme dan hiperaktif.

Menurut UUD RI no 19 tahun 2010, penyandang disabilitas merupakan setiap orang yang mengalami keterbatasan mental, fisik, intelektual, atau sensorik dalam jangka waktu yang lama ketika berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Bahkan sikap masyarakat dapat mengalami suatu hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dengan warga Negara lainnya berdasarkan kesamaan hak. Setiap penyandang disabilitas memiliki definisi masing-masing pada masanya dan semuanya memerlukan bantuan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik.¹⁹

Ketika penyandang disabilitas sudah dinyatakan sembuh seringkali masyarakat masih memberikan stigma yang negative terhadap penyandang disabilitas itu sendiri. padahal semua manusia berhak mendapatkan kembali hakikatnya sebagai makhluk sosial dan kembali berinteraksi kepada masyarakat setelah kesembuhannya. Dikarenakan stigma-stigma yang muncul tersebut

¹⁸ Gagan Abdul Muiz dkk, "Peran Layanan Konseling Kelompok terhadap Perilaku Agresif Pelajar", (Irsyad: *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam* 5, no. 2, 2017) 206

¹⁹ Nur Kholis Reefani, "Panduan Anak Berkebutuhan Khusus", (Yogyakarta: Imperium 2013) 17

para penyandang disabilitas akan merasa terdiskriminasi dari penerimaan sosial yang utuh.

Adapun kategori gangguan mental berdasarkan data riset Riskedas (Riset kesehatan dasar) pada tahun 2013 yaitu gangguan mental emosional (depresi dan kecemasan), dan gangguan jiwa berat (psikosis). Kemudian bentuk gangguan jiwa lainnya itu seperti postpartum depression dan bunuh diri atau (suicide). Distress psikologik atau gangguan mental emosional adalah keadaan yang mengindikasikan seseorang sedang mengalami masa perubahan psikologis. Gangguan mental seperti ini akan menimbulkan resiko besar dan serius jika tidak cepat berhasil untuk ditanggulangi.²⁰

4. Jenis-Jenis Penyandang Disabilitas Mental

Menurut penjelasan UUD Nomor 8 Tahun 2016 tentang disabilitas dan berdasarkan pada Pasal 4 ayat (1) yaitu yang dimaksud dengan “Penyandang Disabilitas Mental” adalah terganggunya fungsi fikir, emosi dan perilaku, antara lain:

a. *Skizofrenia*

Skizofrenia adalah gangguan mental yang ditandai dengan gangguan pada proses berfikir dan tanggapan emosi yang lemah. Keadaan ini pada umumnya dalam bentuk halusinasi pendengaran, paranoid atau waham ganjil, atau cara berbicara dan berfikir yang kacau, dan disertai dengan disfungsi sosial dan pekerjaan yang signifikan.

b. *Bipolar*

Bipolar merupakan gangguan mental yang dimana akan menyerang kondisi psikis seseorang yang ditandai dengan perubahan mood atau suasana hati yang ekstrem berupa depresi dan mania. Pada istilah medis sebelumnya dinamakan dengan *menic depressive*.

c. *Anxietas*

Anxietas merupakan keadaan dimana seseorang merasakan tegang yang berlebihan tidak pada tempatnya yang

²⁰ Dumilah Ayuningtyas dkk, “Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya”(Jurnal Kesehatan Masyarakat, maret 2018) 2-3

biasanya ditandai oleh perasaan khawatir, cemas, takut dan tidak menentu. Respon pada gangguan mental ini sering kali tidak berkaitan dengan ancaman yang bersifat nyata, namun tetap dapat membuat seseorang bertindak atau bahkan menari sendiri.

Sedangkan jenis disabilitas berdasarkan perkembangannya yang berpengaruh pada interaksi sosial manusia yaitu:

d. *Autismel*

Autisme merupakan kelainan perkembangan sistem saraf seseorang yang kebanyakan disebabkan oleh faktor herediter dan kadang-kadang sudah dapat dideteksi sejak masih bayi umur 6 bulan. Dengan melakukan terapi dan deteksi secara sedini mungkin akan mampu menjadikan si penderita dapat menyesuaikan diri dengan normal.

e. *Hiperaktif*

Hiperaktif adalah suatu kondisi yang paling banyak dialami oleh anak-anak. Kondisi ini ditandai secara mudah melalui sikap anak-anak yang seolah-olah tidak bisa diam dan tenang. Namun, kondisi hiperaktif ini tidak hanya dialami oleh anak-anak melainkan orang dewasa juga mengalami gangguan ini.²¹

5. Kemampuan Beradaptasi Manusia

Adaptasi merupakan kemampuan yang dimiliki setiap manusia untuk dapat menyesuaikan diri dengan keadaan sekitar atau lingkungan hidupnya. Setiap makhluk hidup memang memiliki kemampuan yang berbeda dalam beradaptasi, biasanya ada yang mampu beradaptasi dengan cepat dan ada pula yang kemampuan beradaptasinya terkesan lambat. Ada beberapa cara penyesuaian diri yang dapat dilakukan diantaranya yaitu dengan cara penyesuaian bentuk organ tubuh, penyesuaian kerja organ

²¹ Winda Jesta, "Pembinaan Spiritual Penyandang Disabilitas Mental Di Balai Rehabilitasi Sosial Dharma Guna Bengkulu", (*Skripsi*: Bengkulu, Institut Agama Islam Negeri Bengkulu 2020) 37-38

tubuh, dan tingkah laku dalam menghadapi tingkah laku dalam menghadapi kondisi lingkungan sekitar.²²

Menurut Schneiders ada beberapa kriteria penyesuaian diri atau adaptasi yang tergolong baik (*good adjustment*) yang biasanya ditandai dengan munculnya motivasi, sikap terhadap realitas, dan pola dasar penyesuaian diri. setiap manusia memiliki penyesuaian diri untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan selkitar karena sebagai makhluk sosial memang sudah sejatinya manusia melakukan sebuah interaksi untuk dapat menjalani hidup yang baik sebagaimana mestinya. Kemudian pada respon penyesuaian diri seseorang juga dapat menghasilkan perbuatan yang baik maupun buruk, secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya untuk menjauhi ketegangan dalam memelihara keseimbangan yang lebih wajar.

Pada dasarnya manusia memiliki perubahan mental selama bertambahnya umur yang dimana dapat mempengaruhi perkembangan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar yang ada. Menurut Stuart (2003) mengemukakan bahwa guna mengukur tingkat adaptasi yang dimiliki manusia dapat menggunakan alat ukur kemampuan adaptasi yang dikembangkan dari kemampuan aspek biologi, aspek psikologi kognitif dan emosional, aspek sosial dan aspek spiritual. Seperti yang sudah disebutkan, alat tersebut digunakan untuk membuktikan bahwa penyesuaian diri atau adaptasi yang dimiliki setiap manusia akan memiliki perkembangan maupun perubahan sebagaimana bertambahnya umur.²³

B. Penelitian Terdahulu

Hasil dalam telaah pustaka yang sudah tersedia, ada satu literatur yang telah membahas terkait dengan tema “Peranan bimbingan konseling kelompok dalam mengembangkan kemampuan

²² Sutrisno dan Bayu Kurniawan “Anslisis Kemampuan Adaptasi dan Motivasi Terhadap Karyawan di Universitas PGRI Semarang”, (*Jurnal Ekonomi, Manajemen dan Akuntansi*: Semarang, Agustus 2020) 43

²³ Mujadi dkk, “Peningkatan Kemampuan Adaptasi Lansia Dengan Terapi Kelompok”, (*Jurnal Kesehatan dr. Soebandi* Vol. 8, no 1) 50-51

beradaptasi penyandang disabilitas mental di Waluyotomo Jepara”, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Pujiastuti yang berjudul “Bimbingan Konseling Kelompok Pada Lanjut Usia Melalui Bina Keluarga Lansia (BKL) Rahayu Desa Soneyan Kecamatan Margoyoso Kabupaten Pati”. Berdasarkan hasil penelitian yaitu bimbingan konseling kelompok yang dilakukan oleh BLK kepada kelompok lanjut usia dengan membantu menyelesaikan permasalahan yang diderita oleh lansia. Relevansi antara penelitian Sri Pujiastuti dengan peneliti adalah sama-sama meneliti tentang bimbingan konseling kelompok, sedangkan yang membedakan adalah dalam penelitian Sri Pujiastuti meneliti bimbingan konseling kelompok pada lanjut usia melalui BKL, sedangkan peneliti meneliti kemampuan beradaptasi penyandang disabilitas di Waluyotomo Kabupaten Jepara.²⁴
2. Penelitian yang dilakukan oleh Ulva Almunafisah Yang berjudul “Konseling Individu Untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta”. Berdasarkan hasil penelitian yaitu konseling individu yang dilakukan untuk menangani klien dengan melakukan tiga tahap guna membahas permasalahan dan kondisi klien apakah dapat dipulangkan atau tidak. Relevansi anantara penelitian yang dilakukan Ulva Almunafisah dengan peneliti adalah sama-sama mengambil topic judul yang berkaitan dengan kegiatan konseling dan berhubungan dengan penyandang disabilitas mental. sedangkan yang membedakan antara peneliti dengan penelitian Ulva Almunafisah yaitu peneliti menggunakan bimbingan konseling kelompok, sedangkan penelitian Ulva Almunafisah menggunakan konseling individu.²⁵
3. Penelitian yang dilakukan oleh Epti Wulandari yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Mental Bagi Penyandang Disabilitas

²⁴ Sri Pujiastuti, “Bimbingan Konseling Kelompok Pada Lanjut Usia Melalui Bina Keluarga Lansia (BKL) Rahayu Desa Soneyan Kecamatan Margoyoso Kabupaten Pati”, (*Skripsi* : IAIN Kudus 2019)

²⁵ Ulfa Almunfisah, “Konseling Individu Untuk Menangani Penyandang Disabilitas Mental Eks Psikotik di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras Yogyakarta”, (*Skripsi*: Yogyakarta 2020)

Mental di RSPDM (Dharma Guna) Bengkulu”. Berdasarkan hasil penelitian yaitu . Relevansi antara penelitian Epti Wulandari dengan peneliti adalah dalam sama-sama membahas tentang permasalahan penyandang disabilitas mental. sedangkan perbedaannya yaitu: pada skripsi Epti menjelaskan tentang pelaksanaan dan pemberian bimbingan mental yang dapat diterima baik oleh PM, sedangkan peneliti mengambil penelitian tentang peranan bimbingan konseling kelompok dalam mengembangkan kemampuan beradaptasi penyandang disabilitas mental.²⁶

4. Penelitian yang dilakukan oleh Dewantara Damai Nazar yang berjudul “Penerimaan Diri Sebagai Penyandang Disabilitas Mental dalam Proses Rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (RSPDM) “Martani”, Kroya, Cilacap”. Berdasarkan hasil penelitian yaitu menjelaskan tentang proses penerimaan diri penerima manfaat sebagai penyandang disabilitas mental selama menjalani rehabilitasi. Relevansi dengan penelitian Dewantara Damai Nazar dan peneliti adalah sama-sama membahas topic yang berkaitan dengan disabilitas mental, sedangkan yang membedakan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Dewantara Damai Nazar ini membahas tentang penerimaan diri dan peneliti membahas tentang peranan bimbingan konseling kelompok.²⁷
5. Penelitian yang dilakukan oleh Adelia Rizka Amanda yang berjudul “Implementasi Bimbingan Keagamaan Dalam Pembinaan Penyandang Disabilitas Mental di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Mental Sabilun Najah Seputih Mataram Lampung Tengah”. Berdasarkan hasil penelitian yaitu berisikan tentang bagaimana implementasi bimbingan keagamaan dalam pembinaan penyandang disabilitas mental. Relevansi dengan penelitian Adelia Rizka Amanda dan peneliti adalah sama-sama mengambil topic pembahasan tentang penyandang disabilitas mental, sedangkan perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Adelia Rizka

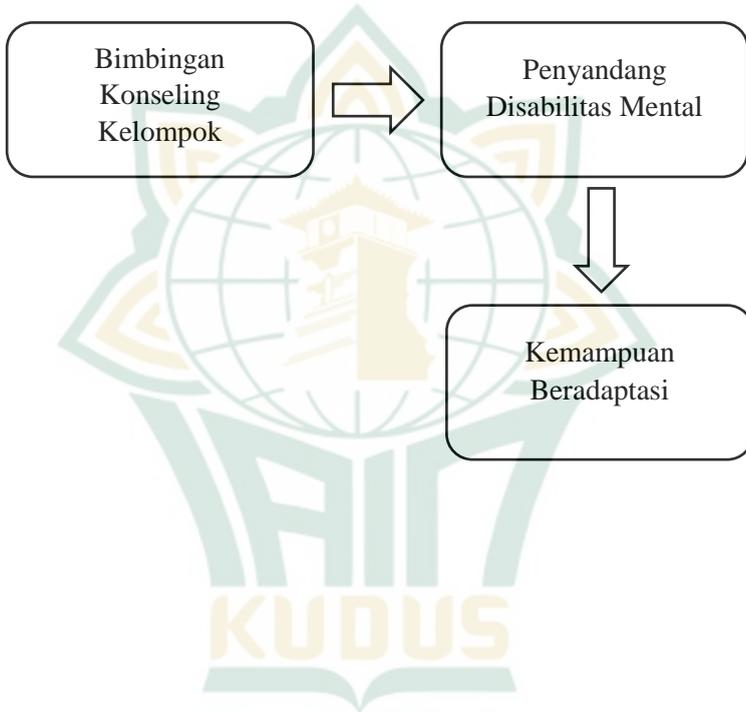
²⁶ Epti Wulandari, “Pelaksanaan Bimbingan Mental Bagi Penyandang Disabilitas Mental di BRSPDM Dharma Guna Bengkulu”, (*Skripsi*: Bengkulu 2020)

²⁷ Dewantara Damai Nazar, “Penerimaan Diri Sebagai Penyandang Disabilitas Mental dalam Proses Rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (RPSDM) Martani, Kroya Cilacap”, (*Skripsi*: Purwokerto 2020)

Amanda ini berisikan tentang pengimplementasian bimbingan keagamaan dalam pembinaan penyandang disabilitas mental dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini berisikan tentang penerapan bimbingan konseling kelompok dalam mengembangkan kemampuan beradaptasi penyandang disabilitas mental.²⁸

C. Kerangka Berfikir

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir



²⁸ Adelia Rizka Amanda, “Implementasi Bimbingan Keagamaan dalam Pembinaan Penyandang Disabilitas Mental di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Mental Sabilun Najah Seputih Mataram Lampung Tengah”, (*Skripsi*: Lampung 2022)