

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Deskripsi Pustaka

##### 1. Bimbingan Konseling Islam

Perubahan selalu terjadi pada kondisi sosial masyarakat dari periode ke periode seiring dengan pergeseran dimensi kehidupan dan budaya yang berkembang. Manusia selalu ingin beradaptasi dengan konteks tempat dan waktu yang sedang dialami sebagai makhluk dinamis. Perubahan era pertanian, menuju era industri dan sampai pada era globalisasi merupakan salah satu kreasi fitrah manusia yang selalu ingin maju dan berkembang. Hal tersebut lah salah satu yang mengakibatkan semakin kompleksnya permasalahan seseorang ataupun suatu kelompok. Dan sekian problematika yang dihadapi manusia, seperti kritik terhadap pemikiran barat dan kegelisahan dalam batin, tidak dapat dipisahkan dengan adanya kemunculan konseling islam.<sup>1</sup> Berikut ini adalah penjelasan mengenai Bimbingan Konseling Islam:

##### a. Definisi Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan konseling merupakan alih bahasa dari istilah bahasa Inggris *guidance* dan *counseling*, yang langsung diserap menjadi bimbingan dan konseling.<sup>2</sup> Untuk dapat memahami bagaimana bimbingan konseling islam, perlu mengetahui pengertian-pengertian dari bimbingan dan konseling. Banyak ahli telah menjelaskan dan mendefinisikan arti kata bimbingan dan konseling. Dari terjemahan bahasa Inggris, *guidance* mempunyai arti petunjuk.

Bimbingan adalah proses bantuan yang diberikan kepada seseorang, atau sebuah kelompok untuk menghindari dan mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya sehingga dapat mencapai

---

<sup>1</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islami*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), 2.

<sup>2</sup> Masturin, *Media BKI Sekolah*, (Kudus: STAIN Kudus), 1.

kesejahteraan hidupnya.<sup>3</sup> Menurut Prayitno yang dikutip dalam buku *Proses Bimbingan dan Konseling di sekolah* dijelaskan bahwa, bimbingan merupakan proses pemberian bantuan oleh seseorang yang ahli dalam bidangnya kepada individu ataupun sekumpulan orang baik anak-anak, remaja, dewasa; agar mereka dapat mengembangkan kemampuan diri dan mampu tumbuh menjadi pribadi yang mandiri; dengan memanfaatkan kemampuan diri dan sarana yang ada, sehingga dapat dikembangkan pada masyarakat sesuai norma yang berlaku. Adapun cakupan fungsi pokok yang akan dilaksanakan pribadi mandiri yaitu mengenal diri sendiri dan lingkungannya, menerima diri sendiri dan lingkungannya secara positif dan dinamis, mengambil keputusan, mengarahkan diri dan mewujudkan diri.<sup>4</sup>

Konseling adalah proses bantuan antara konselor dan klien dalam bentuk hubungan teraupetik dengan tujuan agar klien dapat meningkatkan kepercayaan diri, atau berperilaku baru untuk memperbaiki tingkah laku saat ini dan masa yang akan datang sehingga klien memperoleh kebahagiaan.<sup>5</sup> Menurut Roger dalam buku *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, konseling adalah hubungan bantuan dengan menyediakan kondisi, sarana dan keterampilan oleh seorang konselor yang mempunyai tujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental klien/ konseli, agar secara mandiri klien dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah/ konflik yang dialami, baik dalam memenuhi rasa aman, cinta, harga diri, membuat keputusan ataupun aktualisasi diri.<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup> Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, (Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus, 2008), 12

<sup>4</sup> Dewa Ketut Sukardi & Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2002), 2

<sup>5</sup> Zulfan Saam, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), 2

<sup>6</sup> Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*,

Menurut Masturin, konseling dalam Islam adalah “suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal fikiran, kejiwaan, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang paradigma kepada Al-Qur’an dan As-sunnah Rasulullah SAW.”<sup>7</sup> Dan untuk bimbingan konseling islam adalah layanan pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupannya, agar klien mampu memperoleh pemahaman yang lebih baik dari dirinya dan mampu memecahkan masalahnya menggunakan landasan atau sesuai dengan Al-Qur’an dan As-Sunnah.<sup>8</sup>

Berbagai pengertian tentang bimbingan konseling yang telah dijelaskan di atas, dapat kita simpulkan bahwa bimbingan konseling merupakan layanan bantuan kepada individu atau kelompok (konseli/ klien) agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam menghadapi permasalahan, baik permasalahan pribadi, sosial, karier, keluarga, pendidikan ataupun spritual. Bimbingan konseling islam adalah pemberian bantuan berupa layanan bimbingan konseling dengan berlandaskan Al-Qur’an dan Hadist, diberikan kepada individu maupun kelompok yang sedang mengalami problematika hidup dengan tujuan dapat memandirikan konseli dalam mengatasi masalahnya.

---

(Jakarta:Kencana,2011), 2

<sup>7</sup>Masturin, *Media BKI Sekolah*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 3

<sup>8</sup> Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, (Kudus: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus, 2008), 18

## b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Proses bimbingan konseling islam, dimana adanya hubungan teraupetik ini memiliki unsur-unsur yaitu konselor dan klien/ konseli yang mempunyai peran dan tujuan masing-masing. Klien/ konseli ini merupakan individu/ kelompok yang sedang bermasalah atau individu/ kelompok yang mendapatkan layanan BKI. Sedangkan konselor ini, pihak yang membantu klien/ konseli selama proses layanan bimbingan dan konseling.

Bimbingan Konseling Islam bertujuan pada preventif, kuratif dan edukatif kepada konseli, dimana penyembuhan dan pengetahuan akan permasalahan yang dihadapi agar konseli dapat mandiri dalam pengambilan keputusan dan tindakan saat sedang mengalami permasalahan. Selain itu, Namora Lumamngga dalam bukunya menyebutkan tujuan bimbingan konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Mengubah penyesuaian perilaku yang salah dimana secara psikologis perilaku tersebut mengarah pada perilaku patologis.<sup>9</sup> Menyesuaikan perilaku salah ini menjadi perilaku sehat yang tidak menimbulkan gangguan ataupun hambatan mental. Bimbingan konseling bertujuan membantu konseli dalam pengembangan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan dasar; latar belakang yang ada; tuntutan positif lingkungannya.<sup>10</sup>
- 2) Belajar membuat keputusan. Membuat keputusan adalah hal yang tidak mudah untuk dilakukan konseli. Dalam kaitan ini, konselor bertugas mendorong konseli untuk berani dalam membuat keputusan walaupun dengan konsekuensi alamiah yang sudah diperkirakan.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2011), 64.

<sup>10</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2018), 114

<sup>11</sup> Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta:

Sehingga konseling membantu konseli untuk mampu membentuk pribadi berguna dalam hidupnya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian keterampilan terkait diri sendiri dan lingkungannya.<sup>12</sup>

- 3) Mencegah munculnya masalah. Dalam hal ini, Bimbingan Konseling bertujuan mencegah adanya masalah berkepanjangan dan menimbulkan hambatan dan gangguan dikemudian hari<sup>13</sup>

Tujuan dasar Bimbingan Konseling Islam sebagai edukatif, kuratif, preventif ini mengarahkan kepada berbagai permasalahan yang dihadapi konseli. Dari uraian tujuan bimbingan konseling islam di atas, dijelaskan bahwa Bimbingan Konseling Islam ini dapat membantu konseli dalam mengubah perilaku salah yang terjadi saat mengalami permasalahan. Perilaku salah ini merupakan perilaku yang mengarah pada perilaku yang tidak wajar, dimana perilaku tersebut melanggar norma dan menunjukkan gangguan mental .

Tujuan lainnya adalah membantu mengambil keputusan. Saat bermasalah, mengambil keputusan yang tepat adalah hal yang tidak mudah untuk konseli. Dengan adanya Bimbingan Konseling Islam, konseli akan mendapatkan arahan dan pertimbangan terkait keputusan yang tepat terhadap masalah yang sedang dialami. Sehingga konseli dapat berani dan percaya diri menentukan keputusan untuk menyelesaikan masalahnya.

Bimbingan Konseling Islam juga bertujuan untuk mencegah adanya permasalahan yang berkelanjutan dan timbulnya gangguan atau

---

Kencana, 2011), 65.

<sup>12</sup>Prayitno, , *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2018), 114

<sup>13</sup> Namora Lumangga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta:Kencana,2011), 64 - 65

hambatan pada konseli dikemudian hari. Agar permasalahan yang dihadapi konseli tidak berkepanjangan dan berkelanjutan, selain itu agar mencegah adanya gangguan dan hambatan dilain hari.

### c. Layanan Bimbingan Konseling Islam

Dalam bimbingan dan konseling memiliki 7 layanan yang di berikan meliputi:

#### 1) Layanan Orientasi

Layanan orientasi merupakan layanan bimbingan konseling untuk membantu individu memahami lingkungan baru yang bertujuan memberikan pengenalan informasi baru. Teknik yang digunakan adalah Penyajian (melalui ceramah, tanya jawab, diskusi); pengamatan; parafisipasi; studi dokumentasi; kontemplasi.<sup>14</sup>

Layanan orientasi mempunyai fungsi sebagai berikut: 1) Fungsi pemahaman, yaitu membantu individu atau kelompok untuk mengenal dan memahami diri dan lingkungannya secara menyeluruh sehingga tidak mengalami kendala/ kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan bidang ataupun lingkungan yang akan ditempuhnya.; 2) Fungsi pencegahan, merupakan upaya konselor dalam menanggulangi adanya masalah yang bisa timbul akibat tidak mempunya penyesuaian diri dengan lingkungan sehingga dapat menghambat proses perkembangan.; 3) Fungsi perbaikan dan penyembuhan, dimana layanan ini memberikan bantuan kepada individu yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar dan karir.; 4) Fungsi penyesuaian, adalah fungsi bimbingan dalam membantu konseli untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara dinamis dan

---

<sup>14</sup>Agus Retnanto, *Bimbingan dan Konseling*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 127-132

konstruktif.<sup>15</sup>

## 2) Layanan Informasi

Layanan informasi adalah layanan bimbingan konseling yang bertujuan memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menjalani suatu tugas, kegiatan atau untuk menentukan arah tujuan dan rencana yang dikehendaki.<sup>16</sup> Dalam konseling, klien dapat menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan melalui layanan informasi. Menurut Henni dan Abdilah, tujuan layanan informasi dalam bimbingan konseling adalah memberikan informasi kepada klien agar mampu membuat perencanaan dan memutuskan *planning* masa sekarang dan masa depan secara mandiri dan bertanggung jawab sesuai bakat, kemampuan dan minatnya.<sup>17</sup>

## 3) Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan dan penyaluran adalah layanan bimbingan konseling yang membantu konseli dalam merencanakan masa depannya sesuai bakat, minatnya dan membantu konseli yang mengalami ketidaksesuaian antara potensi dengan usaha pengembangan.<sup>18</sup> Layanan ini bertujuan membantu individu dalam menentukan pilihan, baik dalam bakat, kemampuan minat maupun hobinya sehingga dapat tesarlurkan dengan baik dan tepat.<sup>19</sup>

---

<sup>15</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, (Medan: LPPPI, 2019), 106-107

<sup>16</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2018), 259

<sup>17</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, (Medan: LPPPI, 2019), 113

<sup>18</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, 126

<sup>19</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, 272

#### 4) Layanan Penguasaan konten

Layanan penguasaan konten adalah upaya membantu konseli untuk menguasai kompetensi dan kemampuan tertentu melalui proses belajar agar individu mampu memenuhi kebutuhannya dan mengatasi permasalahan yang dialami.<sup>20</sup> Tujuan umum layanan ini adalah untuk menambah wawasan dan pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara atau kebiasaan tertentu, untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalahnya pada individu.<sup>21</sup>

#### 5) Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan konselor terhadap konseli/ klien dalam membantu menyelesaikan permasalahan pribadi konseli.<sup>22</sup> Tujuan umum konseling individu adalah membantu individu/ konseli yang sedang bermasalah dalam menyelesaikan masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi persepsi-persepsi negatif terhadap dirinya dan perasaan inferioritas dalam dirinya.<sup>23</sup>

#### 6) Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan pada suatu kelompok untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.<sup>24</sup> Tujuan dari layanan bimbingan kelompok adalah membantu perkembangan sosial konseli dan membahas topik-topik tertentu yang mengandung

---

<sup>20</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, 136

<sup>21</sup> Agus Retnanto, *Bimbingan dan Konseling*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 143

<sup>22</sup> Agus Retnanto, *Bimbingan dan Konseling*, 145

<sup>23</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, 140

<sup>24</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2018), 309



permasalahan aktual melalui dinamika kelompok yang intensif.<sup>25</sup> Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan secara kelompok, dan mempunyai unsur-unsur penting yaitu dinamika kelompok, pemimpin kelompok, anggota kelompok dan tahapan bimbingan kelompok agar tercapai tujuan layanan bimbingan kelompok.<sup>26</sup>

#### 7) Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diberikan kepada kelompok dengan tujuan terpecahkannya masalah-masalah yang dialami oleh para anggota kelompok dipimpin oleh konselor. Hal pokok dalam konseling kelompok adalah dinamika interaksi sosial yang dapat berkembang dengan intensif dalam suasana kelompok.<sup>27</sup> Berikut ini adalah tahapan konseling kelompok:

- a) Pembukaan, tahap awal pada proses konseling yang berisikan perkenalan antara konselor dan anggota konseling kelompok/ konseli. Tahap ini digunakan untuk membangun hubungan yang baik antar anggota dan konselor.
- b) Penjelasan masalah, sesi dimana setiap konseli mengutarakan permasalahan yang dialami sesuai topik yang dibahas, sambil mengungkapkan pikiran dan perasaan secara bebas.
- c) Penggalan latar belakang, fase pelengkap fase penjelasan masalah. Pada tahap ini diperlukan penjelasan lebih lengkap dan mendalam terkait kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi kehidupan konseli. Dan pada tahap ini atas arahan konselor, konseli mengungkapkan keadaan diri yang

<sup>25</sup> Agus Retnanto, *Bimbingan dan Konseling*, 152

<sup>26</sup> Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, 149

<sup>27</sup> Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan konseling*, 311

- didambakan, keadaan ideal yang akan ada setelah masalahnya selesai.
- d) Penyelesaian masalah, berdasarkan hasil yang digali pada analisis masalah/ kasus, konselor dan konseling membahas bagaimana mengatasi permasalahan yang telah dibahas. Konselor harus mampu mengarahkan arus pembicaraan dalam kelompok pada tahap ini.
  - e) Penutup, proses konseling dapat diakhiri dan dibubarkan saat pertemuan akhir, kelompok telah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama. Namun jika proses konseling belum selesai, maka pertemuan akan ditutup dan dilanjutkan pada lain hari.<sup>28</sup>

#### **d. Pendekatan Bimbingan Konseling Islam**

Dalam praktik bimbingan dan konseling, terdapat berbagai macam pendekatan yang dapat dijadikan acuan dasar. Seorang konselor wajib dalam memahami pendekatan bimbingan konseling, karena hal tersebut adalah landasar dasar terbentuknya konseling yang efektif. Berikut ini adalah pendekatan-pendekatan dalam konseling:<sup>29</sup>

##### **1) Pendekatan Psikoanalisis (Sigmund Freud)**

Merupakan metode penyembuhan berfokus pada aspek psikologis yang berhubungan dengan gangguan kepribadian dan perilaku neurotik.. Dalam konsep psikoanalisisFreud ini menerangkan bahwa struktur kejiwaan seseorang sebagian besar terdiri dari alam bawah sadar.

Fungsi konselor dalam pendekatan psikoanalisis adalah membantu konseli mencapai kesadaran diri, jujur, mampu melakukan hubungan personal yang efektif, mampu mengani kecemasan secara realistis dan mampu

---

<sup>28</sup>Henni Syafriana Nasution dan Abdilah, *Bimbingan Konseling “Konsep, Teori dan Aplikasinya”*, 161-163

<sup>29</sup>Namora Lumngga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta:Prenadamedia Group, 2011), 140-189

mengendalikan tingkah laku yang impulsif dan irasional. Teknik yang dapat digunakan konselor dalam psikoanalisis adalah asosiasi bebas, analisis mimpi, analisis resistensi, analisis transferensi, penafsiran.

## 2) Pendekatan Self (Carl R. Roger)

Pendekatan self atau sering di sebut dengan client centered merupakan pendekatan yang sepenuhnya klien terlibat dalam proses konseling. Tujuannya adalah supaya klien dapat mandiri dalam memecahkan masalahnya, menyesuaikan antara *ideal self* dan *actual self*. Sasaran konseling pendekatan *client centered* adalah aspek emosi dan perasaan, dengan titik tolak konseling masa sekarang bukan masa lalu.

Hal terpenting yang harus ada dalam proses konseling menggunakan pendekatan *client centre* adalah seorang konselor bersedia untuk memasuki dunia konseli dengan memberikan perhatian tulus, kepedulian, penerimaan, dan pengertian, agar dapat menciptakan kebebasan dan keterbukaan pada diri konseli untuk mengeksplorasi masalahnya.

## 3) Pendekatan Gestalt (Frederick Perls)

Pendekatan gestalt merupakan bentuk terapi perpaduan antara ek-sistensial –humanistik dan fenomenologi, sehingga memfokuskan diri pada pengalaman klien “*here and now*” dan memadukannya dengan bagian-bagian kepribadian yang terpecah di masa lalu. Seperti halnya pendekatan client centered, pendekatan ini juga menekankan peran aktif klien untuk secara sadar mencapai kematangan pribadi dengan menemukan sendiri makna masalahnya.

Pencapaian kesadaran pada konseli adalah sasaran utama pada pendekatan gestalt, pencapaian kesadaran yang terus menerus akan menghasilkan sebuah pemahaman. Dengan pencapaian kesadaran ini klien dapat menyentuh dimensi kepribadiannya yang ingin ditolak atau

dihindari. Pendekatan gestalt ini mempunyai banyak teknik yang dapat digunakan oleh konselor dalam proses membantu klien. Teknik-teknik tersebut adalah Pengalaman sekarang, pengarahan langsung, perubahan bahasa, teknik kursi kosong, berbicara dengan bagian dari dirinya, permainan dialog, membuat lingkaran, saya memikul tanggung jawab, saya memiliki suatu rahasia, bermain proyeksi, teknik pembalikan, permainan ulangan, melebih-lebihkan, bisakah anda tetap dengan perasaan ini.

#### 4) Pendekatan Behavioral (Skinner)

Setiap manusia memiliki keunikannya sendiri di setiap mereka beraktifitas dan bersikap. Teori behaviorial merupakan teori belajar yang berarti seseorang yang mengalami perubahan adalah seseorang yang telah belajar dan memahami sesuatu sebagai stimulus perubahan pada diri individu. Dalam proses konseling, konseli di minta untuk membuang hal-hal yang merusak dan mempelajari hal baru yang bersifat lebih baik dan sehat.

Konselor berperan aktif dan direktif dalam pelaksanaan proses konseling, dengan bertindak sebagai guru, pengarah, penasihat, konsultan, pemberi dukungan, fasilitator, mendiagnosis tingkah laku maladaptif klien dan mengubahnya menjadi tingkah laku adaptif. Teknik dalam pendekatan behavioristik dibagi menjadi 2 bagian, yaitu teknik-teknik tingkah laku umum: skedul penguatan; shaping; ekstingsi, dan teknik-teknik spesifik: desensitisasi; pelatihan asertivitas; time out; implosion dan flooding

#### 5) Pendekatan Realitas (William Glasser)

Dalam pendekatan ini berfokus pada keadaan klien saat ini dan menolak masa lalu klien. Pada proses konseling, konseli hanya berperan sebagai model atau guru untuk mengajarkan konseli mencapai identitas keberhasilannya dengan menyadarkan terhadap tanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan

kebutuhan dasar konseli.

Fokus utama pendekatan realistik adalah mengembangkan kekuatan potensi klien untuk mencapai keberhasilannya dalam hidup. Teknik yang dapat digunakan adalah terlibat dalam permainan peran dengan klien, menggunakan humor, mengonfrontasikan klien dan menolak alasan apapun dari klien, membantu klien merumuskan rencana tindakan secara spesifik, bertindak sebagai guru/ model, memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi, menggunakan terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realistis, melibatkan diri dengan klien untuk mencari kehidupan yang lebih efektif.

#### 6) Pendekatan Rasional-Emotif (Ellis)

Konsep pendekatan rasional emotif, menekankan terhadap pemikiran individu yang irrasional akan menyebabkan gangguan emosional. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk memperbaiki dan mengubah persepsi atau pemikiran seseorang yang irrasional menjadi rasional sehingga individu/klien mampu mengatasi gangguan emosional yang merusak menjadi emosional yang optimal.

Peran dan fungsi konselor dalam pendekatan ini, tidak hanya menghilangkan gejala (simtom), namun juga membantu klien untuk mengetahui dan merubah nilai-nilai dasar keyakinan terutama yang menimbulkan gangguan. Dalam hal ini, konselor dapat menggunakan berbagai teknik untuk membantu klien, dapat menggunakan lebih dari 1 teori. Teknik-teknik tersebut yaitu pelaksanaan pekerjaan rumah, desensitisasi, pengondisian operan, hipnoterapi, latihan asertif, sosiodrama, modelling, teknik *reinforcement*, *relaxation*, *self control*, diskusi, simulasi, bibliografi.

Bimbingan konseling mempunyai berbagai macam pendekatan yang dapat digunakan sebagai acuan dasar pada praktik Bimbingan konseling. Setiap pendekatan di atas, dikemukakan oleh ahli yang berbeda, sehingga penerapan pada setiap pendekatan juga akan berbeda. Dan pada dasarnya, permasalahan individu juga bermacam-macam dan mempunyai latar belakang yang berbeda. Jadi penggunaan pendekatan Bimbingan Konseling disesuaikan oleh permasalahan dan latar belakangnya. Sangat penting seorang konselor/ penyuluh atau tenaga profesional dalam Bimbingan Konseling memahami berbagai pendekatan, karena pendekatan tersebut merupakan landasan dasar terbentuknya konseling yang efektif. Berbagai macam pendekatan Bimbingan konseling ini, tentu mempunyai metode dan teknik dalam penerapannya.

#### **e. Metode dan Teknik-Teknik Bimbingan Konseling Islam**

Pelaksanaan Bimbingan Konseling terhadap klien/ konseli mempunyai metode dan teknik-teknik yang dapat diterapkan konselor dalam menangani konseli sesuai permasalahan yang dialami. Berikut ini adalah metode dan teknik-teknik Bimbingan konseling Islam:

##### 1) Metode Langsung

Metode langsung adalah metode di mana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya.<sup>30</sup> Metode langsung dapat dirinci lagi menjadi:

##### a) Metode Individu

Konselor dalam metode ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya/

---

<sup>30</sup>Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, (Kudus: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus, 2008), 24

konseli. Hal ini dapat dilakukan dengan mempergunakan teknik: 1) percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan konseli; 2) kunjungan ke rumah (home visit), yakni konselor mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan lingkungannya; 3) kunjungan dan observasi kerja, yakni Konselor melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya.<sup>31</sup>

Teknik Bimbingan Konseling pada metode langsung menurut Farida dan Saliyo pada buku yang berjudul Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam yaitu: a) *Directive counseling*, yaitu konseling dengan pelaksanaannya konselor lebih aktif dalam mengarahkan konseli pada pemecahan masalah, walaupun pada akhirnya pemecahan masalah tergantung pada konseli itu sendiri; b) *Non directive counseling*, dalam teknik ini fungsi konselor hanya menampung, mendengarkan, proses konseling berpusat pada konseli; c) *Selective counseling*, teknik ini merupakan campuran teknik *Directive counseling* dan teknik *non direktive*, dimana dalam keadaan tertentu konselor menasehati dan mengarahkan konseli sesuai dengan permasalahannya dan dalam keadaan lain konselor memberikan kebebasan kepada konseli untuk berbicara sedangkan konselor mendengar dan mengarahkan saja.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup>Atikah, *Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Anak-Anak*, Vol. 6, No. 1, Juni 2015

<sup>32</sup>Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, (Kudus: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus, 2008), 25

## b) Metode Kelompok

Metode kelompok dilaksanakan untuk membantu sekelompok individu yang mempunyai masalah dengan melalui kegiatan kelompok.<sup>33</sup> Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik: 1) diskusi kelompok, yaitu pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan/bersama kelompok klien yang mempunyai

masalah yang sama; 2) karyawisata, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karya wisata sebagai forumnya; 3) sosiodrama, yakni bimbingan/konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan/ mencegah timbulnya masalah (psikologis); 4) psikodrama, yakni bimbingan/konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan/mencegah timbulnya masalah (psikologis); 5) group teaching, yakni pemberian bimbingan/konseling dengan memberikan materi bimbingan/konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.<sup>34</sup>

## 2) Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung adalah metode bimbingan/konseling yang dilakukan melalui media komunikasi baik secara individu, kelompok maupun massal, diantaranya: surat menyurat, papan bimbingan, surat kabar/ majalah, brosur, radio, televisi.<sup>35</sup>

---

<sup>33</sup> Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, 26

<sup>34</sup> Atikah, *Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Anak-Anak*, Vol. 6, No. 1, Juni 2015

<sup>35</sup> Farida dan Saliyo, *Daros : Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam*, 28-29



Sepertihalnya pendekatan, metode dan teknik juga penting diterapkan oleh konselor dalam proses bimbingan konseling. Metode dan teknik yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan atau konseling, tergantung pada: a) Masalah/ problem yang sedang dihadapi/digarap; b) Tujuan penggarapan masalah; c) Keadaan yang dibimbing/klien; d) Kemampuan pembimbing/konselor mempergunakan metode/teknik; e) Sarana dan prasarana yang tersedia; f) Kondisi dan situasi lingkungan sekitar; g) Organisasi dan administrasi layanan bimbingan & konseling; h) Biaya yang tersedia.<sup>36</sup>

Metode dan teknik diatas dapat membantu konseli dalam menghadai permasalahannya, dalam penelitian ini adalah penyandang disabilitas mental untuk mampu kembali pulih bersosialisasi pada masyarakat dengan mengembalikan Perilaku Sosial.

## 2. Perilaku Sosial

Hakikatnya manusia merupakan makhluk sosial, dimana dalam menjalankan kehidupannya ia akan membutuhkan orang lain. Dalam perkembangannya, interaksi sosial menjadi peranan penting bagi setiap individu. Hal ini dikarenakan, manusia membutuhkan timbal balik untuk merealisasikan potensi-potensinya sebagai individu yang utuh. Maka sangat penting bagi setiap individu untuk mempunyai kemampuan bersosialisasi. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan perilaku sosial setiap individu saat interaksi sosial. Berikut ini adalah penjelasan terkait perilaku sosial:

### a. Definisi Perilaku Sosial

Perilaku sosial pada individu merupakan hal alami dan natural yang timbul melalui interaksi. Dalam interaksi sosial, perilaku manusia dapat dilihat bentuk respon atau tanggapan sebuah stimulus yang didapatkan pada interaksi sosial

---

<sup>36</sup> Atikah, *Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Anak-Anak*, Vol. 6, No. 1, Juni 2015

tersebut.<sup>37</sup> Perilaku sosial merupakan tindakan atau reaksi individu sebagai timbal balik atau saling mempengaruhi atas respon/ rangsangan yang diterima dari lingkungan sekitar dengan berbagai cara yang berbeda-beda dalam menanggapi, dengan ditunjukkan melalui perasaan sikap keyakinan, dan tindakan atau rasa hormat terhadap orang lain.<sup>38</sup>

Pendapat lain mengatakan bahwa perilaku sosial merupakan sebuah aktifitas yang dilakukan individu baik fisik maupun psikis, terhadap orang lain untuk memenuhi kebutuhan biologis individu begitupun sebaliknya yang sesuai dengan tuntutan sosial dengan cara yang berbeda.<sup>39</sup> “Perilaku sosial adalah keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya”.<sup>40</sup>

Definisi perilaku sosial dari berbagai pendapat yang telah dijelaskan, dapat kita simpulkan bahwa perilaku sosial merupakan hubungan timbal balik antara 2 individu atau lebih, dengan ditunjukkan oleh respon dari rangsangan atau stimulus yang didapatkan pada interaksi sosial. Hal ini bisa dikatakan bahwa perilaku sosial ini merupakan kemampuan individu dalam menanggapi stimulus/ rangsangan yang didapatkan melalui interaksi sosial dan mampu beradaptasi pada lingkungannya. Kemampuan perilaku sosial sangat penting untuk individu, agar dapat berinteraksi dengan orang lain dan masyarakat sesuai ketentuan dan norma yang berlaku. Perilaku sosial seseorang akan berbeda-beda dalam reaksi yang ditunjukkan. Hal tersebut dikarenakan latar

---

169 <sup>37</sup>Wirawan, *Teori-Teori Sosial dalam Tiga Paradigma*, (Kencana, 2012),

<sup>38</sup> <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 3 Februari 2021

<sup>39</sup>Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, *Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah, Volume 1 Nomor 1: 192-204, Agustus 2016

<sup>40</sup> <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 3 Februari 2021

belakang dan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku sosial.

#### b. Bentuk perilaku sosial

Perilaku sosial mempunyai bentuk yang bermacam-macam, pada dasarnya berbagai bentuk dan jenis perilaku sosial individu merupakan karakter atau ciri kepribadian yang dapat teramati ketika seseorang berinteraksi dengan orang lain.<sup>41</sup> Berikut ini adalah klasifikasi bentuk perilaku sosial menurut Max Weber:

##### 1) Rasionalitas Instrumental (*Zweckrationalitat*)

Rasional instrumental ini merupakan bentuk tindakan individu dimana memperhitungkan kesesuaian antara cara yang digunakan dan tujuan yang akan dicapai.<sup>42</sup> Tindakan sosial ini dilakukan atas pertimbangan dan pilihan sadar yang berhubungan dengan tujuan tindakan tersebut dan ketersediaan alat. Contohnya seorang guru ingin mengetahui kemampuan muridnya tentang mata pembelajaran yang telah disampaikan, maka ia membuat alat tes sebagai alat ukur.<sup>43</sup>

##### 2) Rasionalitas yang Berorientasi Nilai (*Wertrationalitat*)

Rasionalitas yang berorientasi nilai adalah tindakan rasional individu yang mempertimbangkan manfaat yang akan dicapai, namun mengabaikan tujuan yang akan dicapai, sehingga tujuan tidak menjadi

<sup>41</sup> Didin Budiman, *Bahan Ajar M.K. Psikologi Anak Dalam Penjaja*, <https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/> diakses pada tanggal 3 Februari

<sup>42</sup> Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, "Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Kasih Kota Banda Aceh", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah*, Volume 1 Nomor 1: 192-204, Agustus 2016

<sup>43</sup> Perilaku Sosial, <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 1 Oktober 2021

prioritas individu tersebut.<sup>44</sup> tindakan rasional yang berorientasi pada nilai, contohnya adalah seorang remaja memberikan tempat duduknya pada seorang nenek saat di saat di halte, dengan keyakinan anak muda harus hormat pada orang tua. Atau contoh lain adalah seorang mahasiswa bersedia berteman dengan semua teman sekelasnya, walaupun mereka berbeda suku, agama, daerah tanpa membedakan.<sup>45</sup>

### 3) Tindakan tradisional

Tindakan tradisional adalah tindakan irasional yang telah lazim dilakukan pada masyarakat dan sudah menjadi kebiasaan yang berlaku, tanpa menyadari alasan atau membuat perencanaan terkait tujuan dan cara yang akan digunakan untuk melakukannya.<sup>46</sup> Tindakan ini dilakukan karena suatu kebiasaan yang terus-menerus dilaksanakan, tanpa tahu maksud dan tujuannya.

### 4) Tindakan afektif

Tindakan afektif adalah tindakan yang ditandai dengan dominasi perasaan atau emosi tanpa refleksi intelektual atau perencanaan sadar dan tindakan ini disebut tindakan irasional karena kurangnya pertimbangan yang logis, ideologi, atau kriteria rasionalitas lainnya.<sup>47</sup> Tindakan afektif ini merupakan

---

<sup>44</sup> Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, "Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah*, Volume 1 Nomor 1: 192-204, Agustus 2016

<sup>45</sup> Perilaku Sosial, <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 1 Oktober 2021

<sup>46</sup> Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, *Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh*, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah*, Volume 1 Nomor 1: 192-204, Agustus 2016

<sup>47</sup> Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, *Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh*, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah*, Volume 1 Nomor 1: 1

ekspresi dari emosional individu, contohnya adalah hubungan antara dua orang remaja yang sedang merasakan asmara.<sup>48</sup>

Penjelasan terkait bentuk-bentuk perilaku sosial individu, dapat kita simpulkan bahwa perilaku sosial individu dapat diklasifikasikan. Pertama, tindakan individu dilakukan dengan mempertimbangkan kesesuaian cara dan tujuan yang akan dicapai. Kedua, tindakan rasional individu yang dilakukan dengan mempertimbangkan manfaatnya tanpa tidak memetingkan tujuan yang akan dicapai. Ketiga, tindakan irasional yang dilakukan berdasarkan kebiasaan atau tradisi yang telah dilaksanakan secara terus menerus. Dan terakhir adalah tindakan irasional individu dimana didominasi perasaan/emosi tanpa adanya refleksi intelektual atau perencanaan yang sadar.

### c. Penyimpangan Perilaku Sosial

Dalam setiap interaksi sosial, tak semuanya menghasilkan keberhasilan dalam melakukan proses interaksi sosial tersebut. Kegagalan dalam mensosialisasikan nilai-nilai dan norma sosial itu, terkadang mengakibatkan individu melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan kaidah dan aturan yang berlaku di masyarakat sehingga terjadilah penyimpangan sosial atau perilaku menyimpang.<sup>49</sup>

Penyimpangan perilaku sosial ini akan mempengaruhi keberhasilannya interaksi sosial. Penyimpangan perilaku sosial merupakan perilaku dan tindakan seseorang yang dianggap

---

92-204, Agustus 2016

<sup>48</sup> Perilaku Sosial <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 1 Oktober 2021

<sup>49</sup>Siti Nisrima, Muhammad Yunus, Erna Hayati, *Pembinaan Perilaku Sosial Remaja Penghuni Yayasan Islam Media Kasih Kota Banda Aceh*, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah, Volume 1 Nomor 1: 192-204, Agustus 2016

menyimpang, dari nilai-nilai, norma sosial, kebiasaan, aturan, budaya yang berlaku dalam masyarakat.<sup>50</sup> Bentuk perilaku sosial yang menyimpang bermacam-macam dalam menunjukkannya. Berikut ini adalah kategori Perilaku sosial yang menyimpang dalam masyarakat:<sup>51</sup>

- 1) Tindakan *noncoform*, yaitu tindakan individu yang tidak menaati atau tidak sesuai dengan nilai-nilai dan norma yang ada dalam lingkungan tersebut. Contohnya adalah seseorang yang merokok di tempat bebas merokok padahal sudah ada peringatannya.
- 2) Tindakan antisosial / *asocial*, yaitu tindakan individu melawan kebiasaan masyarakat dengan bentuk menarik diri dari pergaulan, minum minuman keras, mengkonsumsi narkoba, penyimpangan seksual.
- 3) Tindakan Kriminal, yaitu tindakan seseorang yang telah melanggar aturan, norma-norma yang telah jelas ditetapkan dalam bentuk tertulis, dan tindakannya dapat mengancam jiwa serta keselamatan oranglain.

Perilaku sosial tersebut dikatakan menyimpang karena melanggar dan tidak sesuai norma-norma atau aturan yang ada dimasyarakat. Tidak berhasilnya individu dalam beradaptasi dan mensosialisasikan diri dengan nilai juga norma sosial, berakibat menjadikan individu tersebut melakukan tindakan yang menyimpang di masyarakat. Seperti yang telah dijelaskan di atas, penyimpangan perilaku sosial dapat ditunjukan melalui tindakan melanggar nilai-nilai yang berlaku di lingkungannya, tindakan antisosial yang merupakan bentuk dari melawan kebiasaan

---

<sup>50</sup> Perilaku Sosial, <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 3 Februari 2021

<sup>51</sup> Perilaku Sosial, <https://repository.upi.edu/33056/6/> diakses pada tanggal 3 Februari 2021

masyarakat dengan menarik diri dari sosial, dan tindakan kriminal yang dapat meresahkan masyarakat.

#### d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Sosial

Setiap perilaku sosial yang dilakukan oleh individu mempunyai faktor-faktor yang memunculkan perilaku sosial tersebut. Berikut ini adalah faktor-faktor yang membentuk dan mempengaruhi perilaku sosial:

##### 1) Perilaku dan karakteristik orang lain

Karakter dan perilaku orang-orang yang ada di pergaulan sekitar kita, akan mempengaruhi bagaimana perilaku kita. Jika kita bergaul dengan orang yang sombong dan tidak rendah hati, maka kita akan berperilaku seperti kelompok atau individu tersebut.<sup>52</sup>

##### 2) Proses Kognitif

Dasar kesadaran sosial manusia berasal dari ingatan dan pikiran yang memuat ide-ide, keyakinan dan pertimbangan.<sup>53</sup> Pembentukan perilaku sosial seseorang juga dipengaruhi bagaimana pikiran individu itu sendiri. Individu akan mendapatkan pengalaman, norma, skill, strategi, kepercayaan, perilaku melalui pengamatan. Sebagian besar perilaku individu dipengaruhi dan diatur oleh standar internal juga persepsi mereka terhadap penilaian diri. Sehingga hal tersebut akan menjadi stimulus bagaimana perilakunya dalam berinteraksi sosial.<sup>54</sup>

<sup>52</sup> Didin Budiman, *Bahan Ajar M.K. Psikologi Anak Dalam Penjas*, [https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/](https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/) diakses pada tanggal 3 Februari

<sup>53</sup> Didin Budiman, *Bahan Ajar M.K. Psikologi Anak Dalam Penjas*, [https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/](https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/) diakses pada tanggal 3 Februari

<sup>54</sup> Muhammad Nurul Mubin dan Bintang Muhammad Nur Ikhsan, "Pendekatan Kognitif- Sosial Perspektif Albert Bandura Pada Pembelajaran

### 3) Faktor Lingkungan

Perilaku sosial seseorang dapat terbentuk dari bagaimana lingkungan sekitarnya. Karakteristik masyarakat di lingkungan tempat individu tersebut akan membentuk pula karakter perilaku sosial yang akan dimiliki.<sup>55</sup> Contohnya seseorang yang tinggal di lingkungan pondok pesantren, dia akan mengikuti bagaimana sifat orang-orang disana.

Kondisi lingkungan dapat membentuk perilaku sosial individu baik berupa kondisi masyarakat, faktor ekonomi, perubahan cuaca dan iklim. Manusia dan lingkungan adalah dua faktor yang saling berinteraksi dan saling mempengaruhi. Adapun faktor lingkungan yang mempengaruhi perilaku sosial adalah lingkungan mengundang dan mendatangkan perilaku; lingkungan membentuk diri; lingkungan mempengaruhi citra diri.<sup>56</sup>

### 4) Latar budaya

Latar budaya ini dapat menjadi tempat perilaku dan pemikiran sosial itu terbantu dan tumbuh. Setiap budaya mempunyai ajaran atau aturan yang menjadi suatu kebiasaan sehingga membentuk suatu karakter individu tersebut.<sup>57</sup>

Budaya dalam masyarakat merupakan sebuah tatanan nilai yang dijadikan pedoman hidup dalam bertingkah laku dan bertindak yang mengandung unsur bahasa, sistem teknologi, sistem ekonomi, organisasi sosial, sistem

---

Pendidikan Agama Islam”, Vol.05 No. 01, Juni 2021

<sup>55</sup>Didin Budiman, *Bahan Ajar M.K. Psikologi Anak Dalam Penjas*, <https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/> diakses pada tanggal 3 Februari

<sup>56</sup>Fathul Lubabin Nuqul, Pengaruh Lingkungan Terhadap Perilaku Manusia: Studi Terhadap Perilaku penonton Bioskop.

<sup>57</sup> Didin Budiman, *Bahan Ajar M.K. Psikologi Anak Dalam Penjas*, <https://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/> diakses pada tanggal 3 Februari 2021



pengetahuan, religi, kesenian yang dipelihara oleh masyarakat sehingga membentuk suatu sistem sosial.<sup>58</sup>

Perilaku sosial seseorang terbentuk dari masa kecil dan terbentuk dari hubungan sosialnya bersama teman sebaya, keluarga, dan masyarakat luas. Perilaku dan karakteristik orang lain; proses kognitifnya dalam menerima rangsangan dari luar; faktor lingkungan dimana dia tinggal dan bersosialisasi; latar budaya, ini akan membentuk perilaku sosial seseorang. Perilaku sosial yang normal, atau tidak sosial bahkan anti sosial seseorang dapat terbentuk karena faktor tersebut, yang selanjutnya akan ditunjukkan dengan sikap/perilaku saat berinteraksi sosial.

Pentingnya perilaku sosial pada individu dalam masyarakat, maka perlu bagi penyandang disabilitas khususnya, untuk meningkatkan kembali perilaku sosial yang dimilikinya atau membentuk kembali. Perilaku sosial dapat terbentuk kembali dengan mengikuti terapi-terapi yang dapat meningkatkan kemampuan berinteraksi sosial seseorang. Terapi tersebut bisa didapatkan melalui layanan-layanan Bimbingan Konseling Islam.

### **3. Penyandang Disabilitas Mental**

Penyandang disabilitas seringkali disebut seorang yang tidak mampu melakukan pekerjaan sesuai ketidakberfungsian anggota tubuhnya. Di Indonesia, orang dengan kebutuhan khusus/disabilitas ada beberapa macam jenis yang diderita, yaitu disabilitas mental, disabilitas fisik, disabilitas intelektual, dan disabilitas sensorik yang mempunyai kebutuhan dan keterbatasan yang berbeda-beda yang semuanya membutuhkan bantuan untuk dapat menjalankan hidup, bersosialisasi

---

<sup>58</sup>Syukri Syamaun, "Pengaruh Budaya Terhadap sikap dan Perilaku Keberagaman", *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2 No.2, 2019

dengan baik.<sup>59</sup>

**a. Definisi Penyandang Disabilitas Mental**

Penyandang adalah individu yang menderita sesuatu pada fisik, psikis maupun kehidupan sehari-harinya, dan untuk disabilitas sendiri mempunyai arti, yaitu ketidakmampuan. (KBBI, 1994) Dalam Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2011 Tentang Pengesahan Hak-Hak Penyandang Disabilitas, menjelaskan bahwa penyandang disabilitas yaitu individu dengan ketidakmampuannya atau tidak berfungsinya sistem organ fisik, mental, intelektual (kecerdasan) atau sensorik sehingga dalam bersosialisasi, berinteraksi dengan lingkungan maupun masyarakat mengalami hambatan yang menyulitkan untuk berpartisipasi penuh dan efektif berdasarkan kesamaan hak dalam jangka waktu lama.

Menurut UU Nomor 8 tahun 2016 Pasal 1 ayat 1 mendefinisikan penyandang disabilitas sebagai: “Setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental, dan/atau sensorik dalam jangka waktu yang lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak.”<sup>60</sup>

Menurut Direktorat Sosial Penyandang Disabilitas Kementerian Sosial, penyandang disabilitas mental adalah individu yang mengalami masalah kejiwaan yang disebut OMDK (Orang Dalam Masalah Kejiwaan) dan individu yang mempunyai gangguan kejiwaan atau yang disebut dengan ODGJ (Orang Dalam Gangguan Jiwa).<sup>61</sup>

---

<sup>59</sup>Rachel Farachiyah, *Perilaku Seksual Remaja Disabilitas Mental dengan Disabilitas Mental*, Vol. 8, No. 1

<sup>60</sup>Dini Widinarsih, *Penyandang Disabilitas Di Indonesia: Perkembangan Istilah dan Definisi*, JURNAL ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL, JILID 20, NOMOR 2, OKTOBER 2019, 127-142

<sup>61</sup>Dewantara Damai Nazar, “Penerimaan Diri Sebagai Penyandang Disabilitas Mental Dalam Proses Rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial

Penyandang disabilitas mental adalah individu yang mengalami gangguan fungsi pikir, emosi, perilaku yang diantaranya adalah psikososial (skizofrenia, bipolar, depresi, anxietas, gangguan kepribadian) dan disabilitas perkembangan yang mana mempengaruhi kemampuan interaksi sosial (autis dan hiperaktif).<sup>62</sup>

#### **b. Permasalahan Penyandang Disabilitas Mental**

Permasalahan yang dialami penyandang disabilitas mental adalah adanya gangguan dan penurunan fungsi sistem pikiran, perilaku, perasaan seseorang sehingga terjadinya gejala dan perubahan perilaku yang tidak normal pada penyandang. Adapun faktor yang mengakibatkan seseorang mengalami disabilitas mental adalah faktor biologis, dikarenakan seseorang tersebut mengidap penyakit fisik yang dapat menurunkan bahkan mempengaruhi kinerja otak dan mengonsumsi NAPZA; faktor psikologis yang disebabkan oleh adanya ketidaktepatan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar, menyelesaikan masalah saat mengalami, pola mekanisme pertahanan diri dan pola kepribadian; faktor sosial spritual ini dipengaruhi oleh pola relasi, sistem dukungan, situasi khusus/krisis, tantangan dan stressor atau pemicu kambuh.<sup>63</sup>

#### **c. Klasifikasi Penyandang Disabilitas mental**

Penyandang disabilitas mental diklasifikasikan 3 fase sesuai kondisi mereka. Berikut ini adalah fase-fase kondisi penyandang disabilitas mental:

---

Disabilitas Mental (RPSDM) “Martani”, Kroya, Cilacap” (Skripsi, IAIN Purwokerto, 2020), 3.

<sup>62</sup>Dini Widinarsih, Penyandang *Disabilitas Di Indonesia: Perkembangan Istilah dan Definisi*, JURNAL ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL, JILID 20, NOMOR 2, OKTOBER 2019, 127-142

<sup>63</sup> Yazfinedi, *Konsep, Permasalahan, dan Soudi Penyandang Disabilitas Mental Di Indonesia*, Vol XIV Nomor 26 Juli-Desember 2018

### 1) Fase Akut

Yang pertama adalah fase akut, dimana kondisi ini harus segera mungkin dapat penanganan tepat oleh dokter yang sesuai, bisa di Rumah sakit Umum atau rumah sakit jiwa. Jangan sampai melakukan pemasangan, karena itu dapat memberikan dampak lebih buruk bagi kondisi psikis maupun kesehatan fisiknya. Lebih baik ditangani oleh yang memang ahlinya, bagaimanapun kondisinya dia berhak mendapat haknya sebagai manusia dan warga negara. Layanan yang akan diberikan adalah pemberian psikofarmaka yang optimal, mengurangi stressor sosial dan lingkungan, serta mengurangi stimulus yang berlebihan.<sup>64</sup> Dalam fase akut ini, PDM akan menunjukkan gejala gejala berikut ini:

- a) Kepekaan sosial atau disebut sensitivitas sosial, kepekaan terhadap sekitar akan menurun, dimana seseorang ini tidak bisa menangkap, memahami, menyadari apa yang terjadi disekitarnya dan tidak mampu memberikan *feedback*. Dan rasa impulsifnya meningkat. Hal ini dikarenakan adanya waham, halusinasi tinggi yang memerintahkan PDM tersebut melakukan hal yang tidak biasanya. Dan PDM pada fase ini tidak mampu mengatasi/ melawan halusinasi tersebut.
- b) Gejala agitasi yang terlihat dari adanya ansietas yang disertai dengan kegelisahan motorik, peningkatan respon terhadap stimulus internal atau eksternal, peningkatan aktivitas verbal atau motorik yang tidak bertujuan.
- c) Sikap dan perilaku yang agresif terhadap

---

<sup>64</sup> Yazfinedi, *Konsep, Permasalahan, dan Sوسي Penyandang Disabilitas Mental Di Indonesia*, Vol XIV Nomor 26 Juli-Desember 2018

benda maupun orang lain.

2) Fase Stabilisasi

Fase stabilisasi adalah kondisi PDM tersebut sedikit membaik daripada saat fase akut, dimana orang tersebut sudah mampu diajak berkomunikasi. Walaupun begitu, PDM pada masa stabilisasi belum mampu mengelola gejala kejiwaan yang dialami dengan baik, sehingga masih butuh pengobatan dan pemantauan rutin secara optimal dan masih rentan atau mudah mengalami kambuh yang mungkin akan terjadi terhadap pemicu kekambuhan (stresor) dan PDM tidak mampu menghadapi. Disaat dia tidak kambuh, dia sudah mampu berkomunikasi dengan baik, bersosialisasinya juga normal, mengikuti aktifitas rutin. Namun, halusinasinya masih tinggi bahkan setiap hari, apalagi saat tidak ada yang mengajak bicara. Halusinasi yang memerintahkan dia melakukan hal-hal yang tidak irasional, seringkali dia belum mampu melawan, mencegah, menghindari tapi malahan dia melakukan perintah tersebut.

3) Fase Pemeliharaan

Yang terakhir adalah fase pemeliharaan. Di fase ini PDM telah dinyatakan membaik dan telah mampu mengontrol pemicu stres. Jadi di fase ini PDM siap untuk bersosialisasi kembali dengan masyarakat luas, dan melakukan aktifitas seperti sediakala. Pada kondisi ini, resiko kambuh kembali akan minim terjadi dan mampu melawan halusinasi. Namun PDM tetap wajib melakukan pemantauan kesehatan ke psikiater dan meminum obat rutin.

Pada fase inilah seorang yang mengalami atau sebagai penyandang disabilitas mental di rekomendasikan atau dianjurkan untuk dapat masuk di balai rehabilitasi sosial baik yang swasta maupun punya Kementerian Sosial. Perlunya seorang PDM dimasukkan di balai

rehabilitasi adalah selain memberikan layanan pemulihan, layanan pemantauan kesehatan oleh psikiater, juga memberikan keterampilan penghidupan yang akan digunakan untuk bekal kembali ke masyarakat.

## B. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian ini, peneliti telah melakukan penelusuran kajian dari berbagai sumber atau referensi yang memiliki kesamaan topik dan relevansi terhadap penelitian ini. Hal ini dimasukkan agar tidak terjadi pengulangan terhadap penelitian sebelumnya dan mencari hak penting untuk diteliti.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Dewantara Damai Nazar dengan judul “Penerimaan Diri Sebagai Penyandang Disabilitas Mental Dalam Proses Rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental (RPSDM) “Martani”, Kroya, Cilacap” skripsi IAIN Purwokerto tahun 2020. Pada penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui penerimaan diri dan bagaimana pertumbuhan kesadaran penyandang disabilitas mental selama menjalani rehabilitasi di Rumah Pelayanan Sosial Disabilitas Mental “Martani” Cilacap. Subyek pada penelitian ini adalah seseorang penyandang disabilitas mental yang berada di RPSDM Martani. Hasil dari penelitian ini diketahui proses penerimaan diri PDM ada beberapa tahap. Adapun faktor yang membentuk penerimaan diri dapat berhasil adalah dukungan keluarga dan lingkungan, mempunyai harapan yang realistis, memahami tentang dirinya sendiri dan identifikasi orang yang memiliki penyesuaian diri baik. Selain itu ada faktor yang dapat menghambat penyesuaian diri seseorang, yaitu tidak adanya *support* / dukungan dari keluarga maupun lingkungan sekitar, mendapat kucilan/ ejekan, tidak mempunyai rasa percaya diri.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Epti Wulandari yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Mental Bagi Penyandang Disabilitas Mental Di BRSPDM “Dharma

Guna” Bengkulu” skripsi IAIN Bengkulu. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan mental. Subyek pada penelitian ini adalah penyandang disabilitas mental yang berada di BRSPDM “dharma Guna” Bengkulu. Hasil dari penelitian ini adalah pelaksanaan bimbingan mental difokuskan pada bimbingan mental keagamaan dan bimbingan mental psikososial dengan metode keagamaan dan bimbingan kelompok.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad As’adur Rofiq yang berjudul “Layanan Bimbingan Karir bagi Penyandang Disabilitas Di CIQAL Yogyakarta. Skripsi UIN Sunan Kalijaga Tahun 2017. Subyek pada penelitian ini adalah penyandang disabilitas yang berada di CIQAL Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apa saja layanan bimbingan karir yang digunakan CIQAL dalam meningkatkan keterampilan dan kemandirian penyandang disabilitas. Hasil dari penelitian ini adalah layanan bimbingan karir yang diberikan ini melalui pemberian materi bimbingan dan pelatihan motivasi, keterampilan serta kewirausahaan, yang sebelumnya telah dilakukan layanan penempatan dengan mengelompokkan disabilitas pada program pelatihan.

### C. Kerangka Berfikir

Penyandang disabilitas mental adalah individu yang mengalami gangguan dan keterbatasan pada fungsi pikir, emosi, perilaku yang diantaranya adalah psikososial dan gangguan perkembangan yang mempengaruhi kemampuan interaksi sosialnya seperti autisme, hiperaktif. Permasalahan yang mendasar pada penyandang disabilitas mental adalah ketidakmampuannya berinteraksi sosial dengan normal. Maka dari itu perlunya pembentukan perilaku sosial PDM kembali, agar mampu kembali ke masyarakat seperti sedia kala, khususnya PDM fase pemeliharaan yang telah siap kembali ke keluarga dan masyarakat.

Perilaku sosial adalah kemampuan seseorang dalam menanggapi stimulus atau rangsangan yang didapat dari lingkungan sekitar dan keberhasilan individu beradaptasi

dengan lingkungannya. Membentuk perilaku sosial PDM agar normal kembali, dapat menggunakan layanan Bimbingan Konseling Islam. Bimbingan Konseling Islam merupakan suatu upaya membantu individu atau kelompok yang mengalami kesulitan baik lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupannya, agar klien mampu memperoleh pemahaman yang lebih baik dari dirinya dan mampu memecahkan masalahnya menggunakan landasan atau sesuai dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Melalui layanan-layanan Bimbingan Konseling islam, PDM diharapkan mampu berperilaku secara normal untuk mempersiapkan diri berinteraksi sosial dengan masyarakat kembali dengan percaya diri.

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berfikir**

