BAB IV
PENERAPAN KONSELING EKSISTENSIAL HUMANISTIK DALAM PENYESUAIAN DIRI REMAJA DI PANTI ASUHAN NURUL ISLAM SERANG

A. Tindakan Konseling Eksistensial Humanistik Pada Siklus 1

Pada siklus I ini dilaksanakan pada tanggal 30 Maret 2019 sampai dengan 13 April 2019, dengan jumlah pertemuan sebanyak 3 kali pertemuan. Untuk lebih rinci, proses implementasi tindakan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik dalam penyesuaian diri remaja di Panti Asuhan Nurul Islam Serang, peneliti sajikan dalam deskripsi berikut:

a. Konseling kelompok pertama

Konseling kelompok pertama dilakukan di aula Panti Asuhan Nurul Islam Serang pada Sabtu 30 Maret 2019. Pada kegiatan konseling kelompok ini diikuti oleh delapan responden yaitu VJP, JUA, SN, JS, SS, SAN, NS, dan RA.

1) Deskripsi pembahasan

Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat layanan konseling kelompok dan menjelaskan azas dalam konseling yaitu keterbukaan, kerahasiaan dan kesukarelaan.

2) Proses konseling

Tahap pertama, yaitu pembentukan. Pada tahap ini peneliti membuka kegiatan dengan diawali mengucapkan salam dan meminta salah satu responden untuk memimpin doa. Selanjutnya pada konseling pertama ini peneliti melakukan perkenalan terlebih dahulu. Kemudian setiap anggota kelompok memperkenalkan dirinya mulai dari menyebutkan nama, alamat, dan cita-cita mereka. Langkah berikutnya, untuk lebih mengakrabkan dan mencairkan suasana anggota satu dengan yang lainnya. Peneliti mengadakan suatu permainan yaitu bernyanyi lagu kesukaan salah satu anggota kelompok ketika masih usia sekolah dasar.

Tahap kedua peralihan. Setelah melihat suasan yang kondusif dan sudah mulai terlihat akrab, selanjutnya peneliti bersama dengan anggota kelompok menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik. Waktu yang disepakati sekitar 50 menit untuk konseling kelompok pada pertemuan pertama. Kemudian peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan ke tahap selanjutnya.

Tahap ketiga yaitu tahap kegiatan. Setelah dipastikan bahwa anggota kelompok sudah siap untuk melangkah menuju tahap selanjutnya. Pada pertemuan pertama ini peneliti tidak langsung

masuk pada pengungkapan masalah. Namun khusus untuk melakukan pembahasan tentang penyesuaian diri dan layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik. Peneliti menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat kegiatan konseling kelompok dan menjelaskan azas-azas dalam konseling kelompok yaitu azas kerahasiaan, keterbukaan dan kesukarelaan. Pada tahap ini sebagian anggota kelompok masih terlihat bingung. Peneliti memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya seputar layanan konsling agar mereka memahami kegiatan yang akan dilaksanakan.

Selanjutnya tahap pengakhiran. Pada tahap ini peneliti memberitahukan kepada anggota kelompok bahwa konseling kelompok akan diakhiri. Peneliti memberikan kesimpulan atas pelaksanaan konseling kelompok pada saat ini dan menetapkan langkah selanjutnya. Kemudian peneliti meminta kepada anggota kelompok untuk memberikan kesan dan pesan selama proses konseling kelompok. Kegiatan konseling diakhiri dengan mengucapkan doa dan salam.

b. Konseling kelompok kedua

Konseling kelompok kedua dilakukan di aula Panti Asuhan Nurul Islam Serang pada Sabtu 06 April 2019. Pada kegiatan konseling kelompok ini diikuti oleh delapan responden yaitu VJP, JUA, SN, JS, SS, SAN, NS, dan RA.

1) Deskripsi permasalahan

Mengungkapkan permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok yaitu merasa bosan dengan kegiatan di Panti Asuhan Nurul Islam Serang.

2) Proses konseling

Peneliti mengucapkan salam dan meminta salah satu anggota kelompok untuk memimpin doa. Setelah itu peneliti memberikan ucapan terima kasih kepada anggota kelompok. Kemudian memberikan ulasan mengenai pengertian, tujuan, dan azas dalam konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik.

Selanjutnya, kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yakni pembahasan topik mengenai permasalahan yang dihadapi oleh setiap anggota kelompok di lingkungan Panti Asuhan Nurul Islam Serang.

Selanjutnya, setelah dirasa suasana dalam kelompok mulai akrab dan cukup kondusif. Peneliti mulai menjelaskan masalah yang hendak dibahas dalam hal ini masalah penyesuaian diri remaja yakni merasa

bosan melaksanakan kegiatan rutin di lingkungan panti asuhan. Karena menurut sebagian mereka permasalahan yang dialaminya hampir sama yaitu sama-sama merasa bosan dengan rutinitas yang ada di panti asuhan. Selanjutnya peneliti mempersilakan kepada anggota kelompok untuk mengungkapkan keadaannya saat ini.

SAN merupakan responden pertama yang mengajukan diri untuk mengungkapkan keadaannya ketika ada di panti asuhan. Ia mengatakan bahwa sekarang ini merasa bosan dengan kegiatan yang ada di panti asuhan. Karena kegiatan yang menurutnya membosankan itulah, ia menginginkan adanya suatu kegiatan yang sifatnya menghibur. Ia mengusulkan berharap adanya pelatihan marawis. Mendengar hal itu, beberapa responden yang lain pun menanggapi setuju dan itu persis dengan yang mereka rasakan. Selanjutnya VJP, yang duduk berdampingan dengan SAN mengajukan diri untuk mengungkapkan keadaannya. Ia mengatakan hal yang hampir sama dengan SAN dan menegaskan bahwa VJP juga merasa bosan dengan rutinitas ketika ada di panti asuhan yang harus selalu mengikuti pengajian setiap sore. Selain itu, VJP juga mengeluhkan saat jadwal pengajian yang tidak tepat waktu. Apalagi metode penyampaian dari salah satu ustaz yang kurang menarik membuat VJP bosan dengan rutinitas tersebut.

SS mengungkapkan bahwa apa yang diungkapkan oleh anggota kelompok yang lain tadi memang benar dan ia pun demikian, menginginkan adanya kegiatan yang dapat membuat semangat ketika ada di panti asuhan. SS mengatakan setuju dengan usulan SAN yaitu menginginkan adanya pelatihan marawis untuk mengurangi kebosanan, akan tetapi kalau masalah kegiatan pengajian di panti asuhan tidak membuatnya merasa bosan. Selanjutnya responden RA mengungkapkan keadaan dirinya yang saat ini merasa bosan dengan aktifitas di panti asuhan karena saat ini teman-temannya lebih asik sendiri. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden RA sebagai berikut:

> *"Saya merasa bosan Kak, teman-teman di sini lebih asik sendiri-sendiri. Enggak kompak kaya dulu. Saya masih ingat dulu sering makan dalam satu wadah bersama-sama."*

Kemudian sebagian anggota lainnya seperti JUA, SN, JS, dan juga NS merasakan hal yang sama seperti yang diceritakan oleh anggota kelompok tadi yang merasa tidak nyaman dengan lingkungan di panti asuhan. Namun peneliti memberikan kesempatan kepada mereka untuk mengekspresikan apa yang dirasakannya. Selanjutnya peneliti mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk saling memberi masukan/ide mengenai solusi masalah yang sudah diungkapkan sebelumnya. Pada sesi ini mulai timbul suasana yang komunikatif dan terarah. Masing-masing anggota kelompok memberikan masukan

spesifik untuk anggota lainnya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden JUA sebagai berikut:

> "*Kalau teman-teman merasa bosan dengan adanya pengajian rutin, ini masukan aja buat kita semua untuk sama-sama kita menyadari kalau kegiatan pengajian ini akan menjadi bekal kita nanti, baik di dunia maupun di akhirat kelak. Menurut saya kegiatan ini sangat positif dan kita jangan merasa bosan dengan keadaan kita sekarang tapi harus banyak bersyukur."*

Pada sesi ini masih terdapat beberapa anggota kelompok yang belum berani mengeluarkan pendapat sebelum ditanya atau ditunjuk terlebih dahulu. Sehingga pada tahap ini, peneliti berusaha mendorong aktif anggota kelompok untuk membantu dan mengeluarkan pendapat terkait pembahasan tersebut. Selanjutnya SN mengangkat tangan menandakan ia ingin memberi masukan kepada teman-temannya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden SN sebagai berikut:

> *"Kalau untuk masalah aktifitas yang sendiri-sendiri, sebenarnya kita bisa kumpul kalau ada momen yang memang benar-benar membuat kita saling menyukai hal itu."* SN menegaskan dengan sebuah pertanyaan *"Kira-kira apa nih yang bisa bikin kita enggak asik sendiri-sendiri?"*. SN mengajukan usulan dengan menyatakan *"Bagaimana kalau kita biasakan untuk setiap makan sore kita gunakan nampan agar kita bisa menikmati keseruan sekaligus meningkatkan lagi kebersamaan kita".*

Setelah semuanya saling memberi masukan satu sama lain, peneliti memberikan arahan dan juga motivasi untuk meningkatkan kesadaran anggota kelompok tentang keadaanya saat ini yang masih sulit

untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan di panti asuhan. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan peneliti sebagai berikut:

> *"Perjuangan teman-teman untuk bertahan di panti asuhan ini sudah luar biasa, karena kalian jauh dari orang tua, harus mandiri dan bertanggung jawab atas keadaan kalian saat ini."*

Selanjutnya peneliti menggunakan salah satu teknik yang didasarkan pada pendekatan humanistik yaitu teknik *strength bombardment* atau afirmasi untuk membantu anak asuh dalam mengetahui kekuatan/potensi yang dimilikinya. Dalam menggunakan teknik *strength bombardment*, peneliti mengajukan NS untuk yang pertama diberikan afirmasi oleh setiap anggota kelompok.

Peneliti: *"Kita akan bergantian mengutarakan penilaian positif pada setiap anggota kelompok tentang satu hal yang kalian kagumi."*

Responden RA: *"Diantara teman yang lain, saya mengenal NS sebagai pribadi yang paling rajin. Saya banyak belajar dari NS tentang ketekunan."*

Pada sesi ini semua anggota memberikan penilaian positif tentang karakteristik pribadi yang mereka kagumi. Kemudian peneliti meminta masing-masing anggota kelompok saling bergantian untuk mengutarakan afirmasinya.

Selanjutnya peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir. Namun sebelumnya peneliti meminta kepada

anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan pesan setelah mengikuti kegiatan ini.

c. Konseling kelompok ketiga

Konseling kelompok pertama dilakukan di aula Panti Asuhan Nurul Islam Serang pada Sabtu 13 April 2019. Pada kegiatan konseling kelompok ini diikuti oleh delapan responden yaitu VJP, JUA, SN, JS, SS, SAN, NS, dan RA.

1) Deskripsi pembahasan

Menindaklanjuti pertemuan sebelumnya yakni konseling kelompok kedua untuk mengetahui penggunaan masukan dan pemecahan masalah yang diberikan. Kemudian dilanjutkan untuk membahas masalah konflik yang terjadi antara sesama teman sebayanya di lingkungan Panti Asuhan Nurul Islam Serang.

2) Proses konseling

Seperti pada pertemuan sebelumnya, tahap ini merupakan tahap pembentukan. Peneliti membuka kegiatan dengan diawali mengucapkan salam, tanya kabar dan meminta salah satu responden untuk memimpin doa.

Tahap kedua yaitu peralihan. Pada tahap ini peneliti menyepakati durasi waktu yang akan digunakan dalam kegiatan konseling kelompok.

Waktu yang disepakati yakni 60 menit untuk kegiatan konseling kelompok ketiga ini. Kemudian peneliti mengarahkan agar masing-masing anggota kelompok mengutarakan apa yang dirasakan saat ini dan mengungkapkan perubahan apa setelah melakukan kegiatan konseling kelompok terkait dengan rasa bosan anggota kelompok ketika ada di panti asuhan.

Selanjutnya tahap ketiga yaitu kegiatan. Pada proses konseling kali ini membahas konflik yang terjadi antar sesama teman di lingkungan panti asuhan. Untuk deskripsi permasalahan yang melatarbelakangi konflik antara SAN dan NS telah peneliti jelaskan di bab 3. Pada tahap ini peneliti mempersilakan kepada anggota kelompok untuk mengutarakan solusi terkait dengan kasus yang terjadi. Namun sebelum itu, peneliti menanyakan dampak yang dirasakan ketika melihat sesama teman saling bermusuhan.

Peneliti: *"Apa yang kalian rasakan ketika melihat teman sendiri saling bermusuhan?"*. JUA yang duduk berdampingan dengan SAN mengangkat tangan ingin mengutarakan pendapatnya dengan mengatakan. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden JUA sebagai berikut:

> *"Risih kak, saya juga merasa kasihan sama NS karena setiap malam harus pindah tempat tidur."* JUA menambahkan, *"Saya*

berharap sih NS sama SAN bisa segera menyadari, kalau itu menyiksa dirinya sendiri."

Sementara VJP mengutarakan pendapatnya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden VJP sebagai berikut:

"Saya kesal kak melihat mereka begitu, padahal lagi kumpul tapi sikap mereka udah kayak lagi perang dingin, saling buang muka."

NS: (Hanya menundukkan kepalanya dan tidak berkata sepatah kata pun) sementara SAN, merasa dirinya tidak bersalah dan lebih senior dari NS sehingga ia enggan untuk meminta maaf. Selanjutnya SS mengangkat tangannya, tanda ingin memberi masukan. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden SS sebagai berikut:

"Saran saya mah SAN dan NS mending saling minta maaf dari sekarang sebelum terlambat. Karena kita enggak tahu batas umur kita sampai kapan."

Pada tahap ini suasana kegiatan agak sedikit menegangkan setelah SAN menyatakan tidak mau untuk menerima kesalahannya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden SAN sebagai berikut:

"Saya enggak mau minta maaf, karena ini bukan salah saya." (Dengan nada suara yang tinggi SAN menegaskan) *"Sebelum dia minta maaf duluan, saya enggak akan baikan sama NS sampai kapan pun."*

Mendengar hal itu anggota kelompok serentak mengucap, *"Astagfirullah SAN."*

SS: *"Kalian mau sampai meninggal bermusuhan."* (Terlihat NS dengan mata yang berkaca-kaca seolah ingin mengungkapkan apa yang dirasakannya, namun ia lebih memilih diam tanpa mengatakan sepatah katapun).

Melihat kondisi yang kurang kondusif, peneliti berusaha menenangkan anggota kelompok. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan peneliti sebagai berikut:

> *"Saya memahami kondisi teman-teman di sini. Jika ada masalah silakan kita bicarakan secara baik-baik di sini. Kalau kalian sesama teman sekamar sampai bermusuhan seperti ini, saya yakin kalian enggak akan merasa nyaman."*

Pada sesi ini kedua anggota kelompok masih enggan untuk saling menerima kesalahannya. SAN yang merupakan kakak tingkat NS merasa dirinya tidak bersalah dan ia enggan untuk meminta maaf duluan. Sedangkan NS merasa dirinya telah disakiti dan ia menginginkan SAN yang meminta maaf. Selanjutnya peneliti berusaha mengingatkan anggota kelompok akan pentingnya menjalin hubungan baik dengan sesama teman di lingkungan panti asuhan. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan peneliti sebagai berikut:

> *"Perlu kita ketahui, menjaga tali silaturahmi dengan sesama teman adalah suatu kebaikan. Karena entah sekarang atau suatu saat nanti kita akan membutuhkan teman."* (Peneliti menambahkan) *"Namun apapun yang kalian lakukan saat ini*

> *harus mampu menanggung risikonya kelak. Semoga bisa bertanggung jawab atas keputusan yang kalian tentukan."*

Selanjutnya, seperti pada pertemuan sebelumnya peneliti menggunakan salah satu teknik yang didasarkan pada pendekatan humanistik yaitu teknik *strength bombardment* atau afirmasi untuk memberikan apresiasi tentang diri setiap anggota kelompok. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden JUA sebagai berikut:

> *"Saya mengenal teh SAN sebagai pribadi yang tidak terlalu mementingkan apa yang dikatakan orang. Saya belajar darinya untuk jangan memperdulikan omongan jelek tentang diri kita. Menjadi diri sendiri lebih baik dari pada harus menuruti omongan orang."*

Kemudian peneliti meminta masing-masing anggota kelompok saling bergantian untuk mengutarakan afirmasinya secara langsung. Setelah itu, peneliti menyelingi dengan melakukan permainan.

Tahap keempat yaitu pengakhiran. Pada tahap ini peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan peneliti mempersilakan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan dan pesan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok, lalu ditutup dengan doa.

B. Efektivitas Konseling Eksistensial Humanistik Pada Siklus I

Setelah melakukan 3 kali pertemuan konseling kelompok, terdapat perubahan-perubahan yang dialami oleh delapan responden yaitu SAN, JUA, SN, VJP, SS, JS, NS, dan RA. Secara keseluruhan anak asuh yang mengikuti kegiatan konseling kelompok merasa senang. Karena dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik terdapat suatu keadaan yang membangun menjadi lebih aktif dan bersahabat, keadaan ini adalah dinamika kelompok. Peneliti melihat ada keterlibatan anak asuh dalam memberikan tanggapan, masukan, serta ide-ide mengenai permasalahan yang sedang dibahas sehingga tercipta interaksi yang baik.

Adapun analisis refleksi yang peneliti lakukan secara rinci adalah sebagai berikut:

1. Responden SAN

   Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok terhadap responden SAN. Hasil dari 3 kali pertemuan, menurut pengakuan SAN bahwa masalah yang dialaminya saat ini mengenai konflik dengan temannya belum terentaskan sepenuhnya. SAN sudah tidak merasa bosan ketika ada di panti asuhan karena ia sudah mulai memahami keadaannya saat ini.

SAN mengaku rasa bosannya sudah mulai berkurang karena mengikuti kegiatan pelatihan marawis.

2. Responden JUA

   Setelah dilaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik terhadap responden JUA maka hasil dari 3 kali pertemuan, menurut pengakuan JUA bahwa masalah yang dihadapinya saat ini yang merasa bosan dengan kegiatan di panti asuhan sudah bisa diatasi. Pada pertemuan ketiga saat JUA mengemukakan kesan dan pesan bahwa ia merasa senang dengan adanya kegiatan ini karena sangat jarang bisa berkumpul dan saling bertukar pikiran untuk membahas masalah yang dialami oleh temannya. Ia sudah mulai menyadari akan pentingnya menjalin keakraban di lingkungan panti asuhan.

3. Responden JS

   Setelah dilaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik terhadap responden JS selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden JS, maka hasil yang diperoleh JS ketika menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah timbul rasa malu dan tidak

percaya diri masih belum sepenuhnya terentaskan sehingga JS masih belum berani untuk mengungkapkan pendapatnya. Akan tetapi, untuk masalah rasa bosan ketika ada di panti asuhan sudah ada perubahan yang positif. JS sudah menyibukan dirinya dengan ikut kegiatan pelatihan marawis.

4. Responden SN

   Setelah dilaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik terhadap responden JS selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden SN, maka hasil yang diperoleh JS ketika menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah yang dialaminya saat ini yaitu merasa bosan dengan kegiatan di panti asuhan sudah terentaskan. Ia merasa senang dengan adanya kegiatan ini karena bisa saling membantu untuk menyelesaikan masalah meskipun hanya dengan memberikan ide.

5. Responden SS

   Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden SS setelah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Maka hasil yang diperoleh SS ketika

menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah rasa bosan dengan kegiatan di panti asuhan sudah terentaskan. Ia mengungkapkan merasa senang dengan adanya kegiatan ini karena bisa mengetahui permasalahan teman-temannya untuk saling membantu menyelesaikannya secara bersama-sama.

6. Responden NS

   Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden NS setelah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Maka hasil yang diperoleh NS ketika menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah konflik yang terjadi saat ini antara dirinya dengan SAN belum terentaskan dan ia masih merasa minder karena perekonomian keluarga yang rendah. Akan tetapi, NS merasa senang dengan adanya kegiatan ini karena ia merasa lega sudah berani mengungkapkan apa yang dirasakannya saat ini.

7. Responden VJP

   Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden VJP setelah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan

eksistensial humanistik selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Maka hasil yang diperoleh VJP ketika menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah yang selama ini merasa bosan dengan kegiatan di panti asuhan sudah terentaskan. Karena selain dengan mengikuti kegiatan pelatihan marawis, VJP juga sudah biasa untuk menyalurkan hobinya yaitu dengan membaca buku.

8. Responden RA

   Berdasarkan pengamatan langsung terhadap responden RA setelah melakukan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik selama 3 kali pertemuan yang dilaksanakan setiap Sabtu. Maka hasil yang diperoleh RA ketika menyampaikan kesan dan pesan pada pertemuan ketiga bahwa masalah yang merasa bosan dengan kegiatan dipanti asuhan sudah terentaskan. Akan tetapi, RA masih merasa minder ketika berkumpul dengan teman-teman di sekitarnya sehingga ia selalu menghindar. RA mengaku rendahnya perekonomian keluarga yang membuat ia seperti itu.

Tabel 4.1. Evaluasi Setelah Siklus I

No	Responden	Masalah			
		Merasa bosan	Merasa minder	Konflik	Tidak percaya diri
1.	NS	**x**	**x**	✔	**x**
2.	SAN	**x**	**x**	✔	**x**
3.	RA	**x**	✔	**x**	**x**
4.	JUA	**x**	**x**	**x**	**x**
5.	SN	**x**	**x**	**x**	**x**
6.	JS	**x**	**x**	**x**	✔
7.	VJP	**x**	**x**	**x**	**x**
8.	SS	**x**	**x**	**x**	**x**

Setelah melakukan tindakan konseling kelompok terdapat perubahan positif pada empat dari delapan responden yaitu JUA, SN, VJP dan SS. Namun untuk empat responden lainnya masih mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan di panti asuhan yaitu responden NS, RA, JS, dan SAN.

C. Tindakan Konseling Eksistensial Humanistik Pada Siklus II

Setelah peneliti melakukan analisis, refleksi pada siklus I dan mengetahui hasilnya masih ada beberapa anak asuh yang masih kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan di Panti Asuhan Nurul Islam Serang. Masalah yang muncul yaitu seperti yang dialami oleh responden NS dan RA yang masih merasa minder terhadap

rendahnya perekonomian keluarga, sehingga rasa minder yang dirasakan saat ini membuat mereka kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan di Panti Asuhan Nurul Islam. Kemudian masih merasa tidak nyaman karena konflik yang terjadi anatara SAN dan NS belum selesai, sehingga komunikasi mereka di panti asuhan tidak berjalan dengan baik. Kemudian seperti yang dialami oleh responden JS yang merasa tidak percaya diri karena merasa malu ketika harus tampil dalam kegiatan rutin di panti asuhan yaitu kegiatan *muhadoroh*. Peneliti berusaha untuk melakukan tindakan konseling pada siklus II. Tindakan ini sedikit berbeda dengan siklus I. Pada siklus II ini dilakukan konseling secara individual. Responden yang mengikuti kegiatan konseling pada siklus II adalah JS, NS, SAN, dan RA. Namun satu dari empat responden tidak bisa mengikuti kegiatan konseling karena sedang izin pulang kampung yaitu responden SAN.

Dalam penerapan tindakan konseling ini peneliti menggunakan teknik *strength bombardment* dan juga pemberian motivasi. Pada siklus II ini peneliti melakukan konseling individual sebanyak tiga kali pertemuan yaitu tanggal 21, 23, dan 25 Mei 2019.

1. Tahap awal

Tahap ini merupakan tahap penerimaan. Karena pada tahap ini pentingnya memberi kesan pertama yang baik, menyenangkan dan

membuat responden nyaman. Maka peneliti menyambut kedatangan responden dengan ramah, tangan terbuka dan penuh kehangatan.

a. Responden NS

Peneliti memanggil NS ke ruangan kantor panti asuhan. Awalnya NS bertanya-tanya mengapa dirinya dibawa ke ruangan, namun peneliti menjelaskan alasannya memanggil NS setelah mempersilakan responden NS duduk. Selanjutnya, pada sesi ini peneliti tidak langsung bertanya *to the point* mengenai permasalahan responden, melainkan menanyakan kabar dan mendoakannya.

Peneliti: *"Bagaimana kabarnya NS?."*

Responden NS: *"Alhamdulillah sehat kak."*

Dilanjutkan dengan pertanyaan untuk membuka pembicaraan.

Peneliti: *"Kakak dengar NS masih belum baikan sama SAN?."*

Responden NS: *"Saat ini saya masih merasa kesal kak. Saya enggak nyaman tinggal di panti ini karena dia masih memperlakukan saya seperti musuhnya. Saya enggak betah."*

Pada sesi ini responden NS mengutarakan kekesalannya karena teman sekamarnya masih memusuhinya. Kemudian peneliti membiarkan percakapan mengalir apa adanya namun

tetap dalam konteks mengenai masalah yang dialami oleh responden NS.

b. Responden JS

Peneliti mempersilakan duduk. Sama seperti kepada responden sebelumnya, peneliti berusaha memberi kesan pertama yang baik dan ramah sehingga responden tidak canggung.

Peneliti: "*Assalamualaikum,* (menyapa sambil tersenyum). *Bagaimana kabarnya JS?*

Responden JS: *"Alhamdulillah kabar baik kak."*

Kemudian peneliti membuka pembicaraan dengan mengatakan

Peneliti: *"Kakak dengar akhir-akhir ini JS jarang ikut kegiatan muhadoroh?"* (bertanya sambil tersenyum).

Responden JS hanya menunduk malu tanpa mengeluarkan sepatah kata pun. Namun peneliti tetap berinteraksi dengan responden tanpa memaksa responden untuk menjawab setiap pertanyaan peneliti. Pada sesi ini responden belum menceritakan problemnya karena mungkin masih bingung harus bercerita mulai dari mana.

c. Responden RA

Seperti pada responden sebelumnya, peneliti berusaha memberi kesan pertama yang baik dan ramah agar responden

tidak canggung. Karena responden RA tipikal orang yang pemalu, peneliti berusaha mencairkan suasana dengan menanyakan bagaimana perkembangan belajarnya di kelas apakah menemukan kesulitan atau tidak. Kemudian responden cerita banyak tentang perkembangan belajarnya di kelas.

Peneliti membiarkan RA bercerita di luar konteks, hal tersebut peneliti lakukan agar responden merasa nyaman mengobrol dengan peneliti, biarkan untuk tahap awal ini percakapan mengalir apa adanya. Sehingga saat responden dirasa sudah nyaman bercerita, peneliti bisa menyisipkan percakapan yang berhubungan dengan masalah yang dialami oleh responden. Tidak perlu menunggu waktu lama akhirnya responden mulai mau menceritakan kendala yang dihadapinya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden RA sebagai berikut:

> *"Saya merasa enggak enak kak, karena setiap kali bayar bulanan sekolah selalu telat. Apalagi dari pihak yayasan sudah memberikan keringanan namun tetap saja selalu telat dalam melunasi biaya bulanan. Saya malu karena jadi bahan omongan teman-teman."*

Pada sesi ini responden mengungkapkan rasa minder terhadap rendahnya perekonomian keluarga.

2. Tahap pertengahan

Pada tahap ini peneliti memberikan pemahaman kepada responden bahwa menerima keberadaan diri dengan segala keterbatasan yang ada akan membuat responden semakin memahami siapa dirinya, juga melihat dirinya sebagai pribadi yang sebenarnya dan dapat memutuskan pilihan-pilihan hidup dengan keadaan seutuhnya juga mampu bertanggung jawab atas pilihannya sendiri.

a. Responden NS

Pada tahap kedua ini responden NS meceritakan permasalahannya. Masalah yang dihadapi responden NS adalah mengalami konflik dengan teman sekamarnya yang hampir 2 bulan komunikasi mereka tidak berjalan dengan baik, keduanya merasa paling benar dan tidak mau menerima kesalahannya. Pada sesi ini peneliti berusaha memberikan stimulus agar ia menyadari dan bertanggung jawab atas keputusannya yang ia pilih dengan menyatakan.

Peneliti: *"NS pasti merasakan sendiri dampak buruk akibat konflik yang NS alami."*

Responden NS: *"Ia kak, bahkan hampir setiap malam saya harus pindah tempat tidur. Karena saking enggak betahnya sekamar sama dia."*

Selanjutnya pada sesi ini peneliti meminta NS untuk mengenang masa-masa ketika masih akrab dengan temannya. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden NS sebagai berikut:

> *"Sebelum terjadi masalah ini saya sangat akrab dengannya, bahkan dulu saking akrabnya saya sampai beli kaos couple-an."*

Pada tahap ini peneliti membiarkan NS untuk menceritakan pengalaman positif ketika mereka masih akrab, tujuannya adalah agar NS menyadari apa yang dia lakukan selama ini yang tidak mau berdamai setelah konflik beberapa bulan yang lalu. Selanjutnya pada tahap ini peneliti memberi stimulus kepada responden untuk membangunkan kesadarannya apakah keputusan yang dia ambil itu benar atau justru merugikan dirinya sendiri. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden NS sebagai berikut:

> *"Saya sebenarnya tidak ingin bermusuhan sama dia kak, apalagi hanya karena hal yang spele. Kalau dia mau mengakui kesalahannya saya juga akan berdamai. Saya enggak mau ketika keluar dari panti asuhan ini meninggalkan permusuhan."*

Seiring berjalannya percakapan, responden NS menyadari bahwa dia telah melakukan tindakan yang salah hanya karena hal sepele dia sampai bermusuhan dengan teman sekamarnya.

b. Responden JS

Pada tahap kedua ini peneliti mendorong JS untuk dapat mengutarakan apa yang dirasakannya saat ini. Problem JS yaitu kurang percaya diri. Ia mengalami kesulitan untuk menyesuaikan dirinya, ketika ada kegiatan *muhadoroh* JS mengaku tidak bisa tampil percaya diri, masih merasa malu untuk tampil di depan teman-temannya. Apalagi setelah orang tuanya meninggal dunia, ia lebih menarik diri dan jarang berbaur dengan teman-temannya.

Responden JS: *"Saya merasa bersalah karena belum sempat untuk membahagiakan ibu saya."*

Peneliti: *"Saya memahami apa yang kamu rasakan sekarang. JS masih ingat pesan mamanya ketika dulu masih hidup seperti apa?"*(Sambil memberikan tisu kepada responden JS karena melihat responden JS berkaca-kaca mau menangis).

Peneliti berempati atas apa yang dirasakan oleh responden JS karena pada sesi ini responden terlihat menunjukkan ekspresi kesedihannya yang sangat mendalam. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden JS sebagai berikut:

> *"Saya masih ingat pesan mama dulu kak, ia selalu bilang jangan sampai meninggalkan salat lima waktu meskipun dalam kondisi sesibuk apapun. Namun saat itu saya masih acuh sama perintah mama. Saya menyesal kak."*

Meskipun responden JS sudah menyadari keputusan di masa lalunya salah, namun peneliti tidak memojokkannya, akan tetapi peneliti terus memberikan motivasi dan meyakinkan kalau responden JS masih punya kesempatan untuk membenahi kesalahannya dan jangan sampai terus-terusan menyalahkan dirinya sendiri. Selanjutnya responden mulai terbuka untuk menceritakan alasan pertemuan sebelumnya kenapa ia jarang ikut kegiatan *muhadoroh*. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan responden JS sebagai berikut:

> *"Saya malu ketika harus tampil di kegiatan muhadoroh kak, kadang teman-teman memaksa saya."*

Kemudian peneliti memberikan motivasi dengan menceritakan pengalaman dari peneliti dalam mengatasi rasa tidak percaya diri. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan peneliti sebagai berikut:

> *"Saya pernah merasakan seperti apa yang kamu rasakan, ketika tampil di depan teman-teman untuk mempresentasikan laporan hasil penelitian. Awalnya saya malu untuk tampil, akan tetapi setelah berpikir bahwa ini merupakan kesempatan untuk melatih mental dan akhirnya saya memberanikan diri untuk melawan rasa malu*

> *tersebut. Kegiatan muhadoroh itu bagus untuk pengembangan diri, melatih mental supaya kelak kamu berani tampil di depan banyak orang."*

Responden: *"Ia juga ya Kak."* (Sambil menundukkan kepala, menyadari bahwa kegiatan yang selama ini ia sepelekan adalah untuk kebaikannya sendiri).

Selanjutnya peneliti menerapkan teknik *strength bombardment*. Pada sesi ini peneliti mengajukan pertanyaan kepada responden bahwa meskipun sesuatu itu sulit dan menantang, kamu berhasil melaluinya. Bagaimana perasaan kamu saat kamu berhasil mengatasi rasa malu/tidak percaya diri. Lalu apa yang kamu katakan pada dirimu sendiri?

c. Responden RA

Pada tahap kedua ini responden RA sudah mau terbuka untuk menceritakan keluhannya selama ini. Problem RA adalah merasa minder terhadap rendahnya perekonomian keluarga. Pada sesi ini peneliti memberikan motivasi kepada responden RA. Hal ini dapat dijelaskan dari pernyataan peneliti sebagai berikut:

> *"Kamu tahu di luar sana masih banyak yang tidak seberuntung kita, meskipun telat untuk membayar biaya sekolah setidaknya kamu masih diberi kesempatan untuk belajar dan kamu bisa menunjukkan pada teman-teman disekitarmu kalau kamu mampu berprestasi.*

Responden RA: *"Tapi saya merasa kasihan sama kedua orang tua saya kak, rasanya saya ingin segera lulus sekolah agar bisa membantu perekonomian keluarga.*

Peneliti: *"Membantu meringankan beban orang tua memang baik, namun saat ini kamu harus menyadari bahwa tugasmu adalah belajar, biarlah kedua orang tuamu yang memikirkan untuk biaya sekolah RA."*

Pada sesi ini responden mengutarakan keinginanya setelah lulus sekolah akan langsung mencari pekerjaan. Responden sudah menentukan arah hidupnya kedepan, selanjutnya sama seperti pada pertemuan sebelumnya, peneliti menerapkan teknik *strength bombardment*. Pada sesi ini peneliti mengajukan pertanyaan kepada responden bahwa meskipun sesuatu itu sulit dan menantang, kamu berhasil melaluinya. Bagaimana perasaan kamu saat kamu berhasil mengatasi rasa minder. Lalu apa yang kamu katakan pada dirimu sendiri.?

Responden RA: *"Perasaan saya sangat bahagia ketika saya mampu mengatasi rasa minder, karena entah kenapa saya sangat bangga sama diri saya sendiri."*

3. Tahap akhir

Pada tahap ini peneliti mengarahkan responden untuk mengikuti apa kata hatinya, dan mempertimbangkan apa saja kemungkinan yang akan terjadi atas segala keputusan yang diambil. Peneliti mempersilakan responden untuk mengevaluasi semua keputusan yang telah dibuat maupun yang akan dibuat oleh responden. Peneliti hanya memberikan arahan ketika responden dalam menentukan keputusan maka ia harus mampu bertanggung jawab dan mampu mengembangkan kepercayaan dirinya sehingga mampu menerima keadaan dirinya dengan penuh rasa syukur.

a. Responden NS

Pada tahap ini, responden sudah memiliki keputusan mengenai apa yang sudah dia lakukan di masa lalu. Responden menyadari bahwa segala keputusan dengan segala resiko yang dia dapat adalah sesuatu yang harus ia terima dan mampu untuk bertanggung jawab.

Peneliti: *"Lalu sekarang apa yang akan kamu lakukan?"* (Pertanyaan ini bertujuan untuk meyakinkan apakah responden benar-benar menyadari dan memiliki tanggung jawab atas arah hidupnya)

Responden NS: *"Saya akan meminta maaf karena sebenarnya saya tidak ingin bermusuhan sama dia kak, apalagi hanya karena hal yang sepele. Kalau dia mau mengakui kesalahannya saya juga akan berdamai. Saya enggak mau ketika keluar dari panti asuhan ini punya musuh."*

Setelah mendengar pernyataan responden di atas, menandakan bahwa ia sudah memiliki kesadaran diri dan mau berubah ke arah yang lebih baik.

b. Responden JS

Pada sesi ini responden JS sudah mulai menyesali karena telah melalaikan pesan dari orang tuanya. Responden mulai introspeksi diri dan menyadari kesalahannya.

Peneliti: *"Lalu sekarang apa yang akan kamu lakukan?"*

Responden JS: *"Saat ini saya akan lebih giat menjalankan salat lima waktu, karena saya menyesal sudah menyia-nyiakan perintah mama dulu."*

Peneliti: *"Mama JS pasti bangga sekarang karena JS sudah rajin salatnya. Semoga selalu didoakan ya mamanya."*

Pada penerapan eksistensial humanistik memang menekankan bahwa responden harus memiliki kesadaran penuh

atas hidupnya, serta mampu membuat keputusan dalam hidupnya. Kemudian peneliti menanyakan tentang rasa kurang percaya dirinya ketika tampil di depan teman-temannya.

Peneliti: *"Alhamdulillah, lalu bagaimana masih kurang percaya diri kalau tampil di depan temanmu?"*

Responden JS: *"Masih kak, karena saya masih belum berani. Tapi saya akan terus belajar. Karena benar kata kakak, tampil di depan teman-teman dapat melatih mental kita.*

Pada sesi ini meskipun responden JS masih merasa malu ketika tampil di depan teman-temannya, namun ia sudah menyadari bahwa ia harus melawan rasa malu itu agar dapat melatih mentalnya. Ia berharap ketika keluar dari panti asuhan dapat mengembangkan ilmu yang sudah di dapat dan dapat mengejar cita-citanya yaitu menjadi guru.

c. Responden RA

Responden tetap dibiarkan untuk lebih menyadari mengenai makna hidupnya, peneliti hanya mengarahkan dan memberi stimulus mengenai beberapa pertanyaan selama dari tahap awal sampai akhir, sehingga responden memiliki gambaran keputusan yang akan dia ambil.

Peneliti: *"Lalu apa yang sekarang akan kamu lakukan?"*

Responden RA: *"saya akan mencoba untuk usaha kak, mau jualan online, lalu hasilnya nanti akan saya tabung sebagian."*

Peneliti: *"Alhamdulillah. Tetap semangat dan jangan lupa bersyukur masih diberi nikmat oleh Allah. Karena di luar sana masih banyak yang tidak seberuntung kita.*

Peneliti terus menyemangati dan memberi masukan kepada responden RA untuk menjadi manusia yang pandai bersyukur. Pada penerapan eksistensial humanistik memang menekankan bahwa responden harus memiliki kesadaran atas hidupnya serta mampu membuat keputusan dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil dalam hidupnya.