

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia.¹ Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri, maka banyak masalah akan timbul.² Kepercayaan diri merupakan modal dasar yang paling utama dalam diri seseorang untuk bisa mengaktualisasikan diri. Percaya diri merupakan salah satu hasil karya dari aktualisasi diri yang positif. Dengan memiliki kepercayaan diri anak masa akhir akan mampu mengembangkan bakat, minat dan potensi yang ada di dalam dirinya sehingga bisa berkembang menjadi sebuah kesuksesan. Rasa percaya diri merupakan perasaan yang membuat anak masa akhir mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya sendiri atau pun terhadap orang lain,

¹Yohanes Temaluru, Dominikus Dolet Unaradjan, *Pengembangan Kemampuan Personal*, (Jakarta: Anggota Asosiasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia, 2019), h. 152

²Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri Itu Ada Seninya*, (Yogyakarta: Araska, 2019), h. 47

lingkungan serta situasi yang dihadapinya untuk meraih apa yang diinginkan. Penilaian yang positif akan membuat anak masa akhir merasa optimis dalam menjalani setiap apa yang dilakukan dan dalam menghadapi setiap permasalahan. Rasa percaya diri membuat anak masa akhir merasa dirinya berharga dan berani melakukan komunikasi yang baik dengan siapa pun. Anak masa akhir juga jika memiliki rasa percaya diri akan merasa bahagia karena telah mampu menjadi seseorang yang mampu menyesuaikan dirinya dalam setiap situasi dan dapat meraih segala hal yang diinginkan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan merasa nyaman dalam setiap situasi, selalu siap menghadapi lingkungan baru dan kondisi baru serta menganggap tantangan adalah konsekuensi yang muncul dari keputusan yang telah dipilih.

Maka dalam proses konseling, konselor membantu konseli dengan memanfaatkan solusi dari masa lalu untuk menangani masalah saat ini dan masa depan. Dalam artian membantu konseli mengubah pikiran dan tindakan tidak percaya diri menjadi percaya diri. Menyadarkan dan

mengatasi tidak percaya diri anak kepada masa yang akan datang yang dilatarbelakangi oleh kejadian terburuk yang menimpa pada *self*, sehingga individu ini membutuhkan arahan dan perubahan pola pikir. Dalam hal ini konselor mengidentifikasi dan memandu konseli mengeksplorasi kekuatan-kekuatan dan kompetensi yang dimiliki konseli.

Dalam hal ini konseling dengan pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* diharapkan mampu mengubah keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keyakinan sehingga dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Dan dapat mengembangkan keberanian dalam menghadapi tantangan dalam kehidupan sosialnya

Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* merupakan salah satu pendekatan postmodern yang menekankan penyelesaian masalah dengan fokus pada solusi dan waktu yang terbatas (singkat). Dalam pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* konselor akan berfokus

pada solusi dalam penanganan terhadap anak masa akhir yang tidak percaya diri dalam kehidupan masyarakat.

Di dalam lingkungan masyarakat Desa Cilangkap, kebanyakan dari anak-anak masa akhir memiliki masalah dalam ketidakpercayaan diri (*un-confidence*). Kondisi anak masa akhir yang tidak percaya diri biasanya mereka tidak percaya terhadap diri mereka sendiri, salah satunya yaitu dengan sifat dan sikap mereka yang jarang bersosialisasi di lingkungan masyarakat/ dengan teman-temannya, memiliki kekhawatiran yang berlebihan, rasa takut, berpikir negatif dan gugup ketika berhadapan dengan orang banyak. Ketidakpercayaan diri terbentuk akibat selalu membandingkan diri mereka dengan teman sepermainannya, dan diri yang selalu berpikir pesimis terhadap apa yang akan ia lakukan.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling Terhadap Anak Masa Akhir yang Tidak Percaya Diri (Studi Di Desa Cilangkap***

Kecamatan Wanasalam Kabupaten Lebak Provinsi Banten).

B. Rumusan Masalah

Bertitik dari latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk-bentuk tidak percaya diri pada anak masa akhir di Desa Cilangkap Kecamatan Wanasalam Kabupaten Lebak?
2. Apakah penerapan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dapat mengatasi kondisi tidak percaya diri pada anak masa akhir?
3. Bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam menerapkan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC)?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui bentuk-bentuk tidak percaya diri pada anak masa akhir di Desa Cilangkap Kecamatan Wanasalam Kabupaten Lebak.
2. Mengetahui keberhasilan penerapan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam mengatasi kondisi tidak percaya diri pada anak masa akhir.
3. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam menerapkan *Solution-Focused Brief Counseling* (SFBC).

D. Manfaat Penelitian

Dari penelitian Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* Terhadap Anak Masa Akhir yang Tidak Percaya Diri diharapkan dapat diperoleh beberapa manfaat baik secara teoretis maupun praktis.

1) Secara Teoretis

Secara teoretis penelitian ini diharapkan dapat:

- a) Menambah pengetahuan dampak tidak percaya diri dalam kehidupan sehari-hari dan keefektifan

pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* terhadap anak masa akhir yang tidak percaya diri.

- b) Menghindari tidak percaya diri yang berlebihan, seperti mengurung diri, pemalu, mudah menyerah, memiliki pemikiran negatif dan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan
- c) Mampu memberikan sumbangan pemikiran kepada para konselor di sosial mengenai penanganan tidak percaya diri pada anak masa akhir, yang sesuai dan tepat dengan kebutuhan dan kondisi anak. Sehingga penelitian ini dapat menambah khasanah karya ilmiah Fakultas Dakwah khususnya Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI).

2) Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat diambil manfaatnya sebagai berikut:

- a) Mengembangkan pengetahuan penulis, sebagai bekal penulis untuk memberi solusi kepada klien agar menjadi individu yang percaya diri.

b) Bagi para orang tua: Agar para orang tua mengetahui dan memahami bentuk-bentuk tidak percaya diri pada anak masa akhir dan lebih memperhatikan anaknya, karena hal itu sangat berpengaruh pada perkembangan psikologi anak. Serta bisa mencegah tidak percaya diri pada anak dengan mengaplikasikan isi dalam skripsi ini.

E. Kajian Pustaka

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh beberapa peneliti sangatlah diperlukan sebagai acuan pada penelitian mendatang. Adapun beberapa penelitian yang membahas tentang Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* dan yang berkaitan dengan tidak percaya diri. Dengan tema, latar belakang, kajian, serta lokasi yang berbeda-beda di antaranya:

Pertama, yaitu di *Jurnal BK* dengan judul “Penerapan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa kelas XI Bahasa SMA Al-Islam Krian” oleh Manis Anggra Pratiwi dan Wiryo Nuryono (2014) dari Program Studi Bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan,

Universitas Negeri Surabaya. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan adalah bahwa perbedaan skor harga diri sebelum dan sesudah diberikan strategi *Solution Focused Brief Therapy* pada kelas XI Bahasa SMA Al-Islam Krian. Strategi SFBC tersebut dapat meningkatkan harga diri siswa.³

Perbedaannya adalah penelitian saya berfokus pada anak masa akhir yang tidak percaya diri dengan rentang usia 8-13 tahun yang mengalami tidak percaya diri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Manis Anggra Pratiwi dan Wiryo Nuryono berfokus pada peningkatan harga diri dengan subjek siswa kelas XI SMA.

Kedua, yaitu di *Jurnal Pendidikan* dengan judul “Efektivitas Konseling Ringkas Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa SMP” oleh Fakhruddin Mutakin, Nurhidayah, M. Ramli (2016) dari Jurusan Bimbingan dan Konseling-Pascasarjana Universitas Negeri Malang. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan bahwa

³Manis Anggra Pratiwi dan Wiryo Nuryono, “Penerapan *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa kelas XI Bahasa SMA Al-Islam Krian”, *Jurnal BK* Vol 4 No. 3 (2014) Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya, h. 4

konseling ringkas berfokus solusi efektif untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.⁴

Perbedaannya dengan penelitian saya terletak pada subjek dan objek yang diteliti, yaitu anak masa akhir yang tidak percaya diri sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fakhruddin Mutakin, Nurhidayah, M. Ramli meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMP.

Ketiga, yaitu di *Jurnal Pendidikan Agama Islam* dengan judul “Pengaruh Konseling Islami *Solution Focused Brief Therapy* Terhadap *Self-Esteem* Siswa MTsN Bantul Kota Tahun 2015/2016” oleh Kaharja dan Eva Latipah (2016) dari MTsN Bantul Kota dan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan yaitu: berdasarkan hasil data analisis statistika menyimpulkan bahwa hipotesis mengenai konseling *Islami solution focused brief therapy* dapat meningkatkan *self-esteem* siswa diterima. Teknik-teknik dalam sesi yang terbukti secara kualitatif mampu

⁴Fakhruddin Mutakin, Nurhidayah, M. Ramli, “Efektivitas Konseling Ringkas Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa SMP”, *Jurnal Pendidikan* Vol 1 No. 11 (November 2016) Jurusan Bimbingan dan Konseling-Pascasarjana Universitas Negeri Malang, h. 225

merubah pola pikir atau pandangan negatif terhadap diri menjadi pola pikir positif yang dapat motivasi diri untuk mengaktualisasikan diri. Teknik *miracle question* mampu memberikan efek terapeutik berupa munculnya rasa bahagia dan lega pada diri subyek karena merasa diberikan sarana untuk membayangkan situasi perumpamaan guna mengenali saat kelak masalah sudah berhasil diatasi.⁵

Perbedaannya penelitian saya dengan penelitian oleh Kaharja dan Eva Latipah terletak pada objek dan subjek yang diteliti, yaitu meningkatkan *Self-Esteem* pada siswa MTsN, sedangkan peneliti membahas tidak percaya diri pada anak masa akhir.

Keempat, yaitu di Jurnal *Frontiers in Communication* dengan judul “The Look of (Un)confidence: Visual Markers for Inferring Speaker Confidence in Speech” oleh Yondu Mori and Marc D. Pell, (2019) dari School of Communication Sciences and Disorders, McGill University, Montreal, QC, Canada,

⁵Kaharja dan Eva Latipah, “Pengaruh Konseling Islami *Solution Focused Brief Therapy* Terhadap *Self-Esteem* Siswa MTsN Bantul Kota Tahun 2015/2016” Jurnal Pendidikan Agama Islam Vol XIII No. 1 (Juni 2016) dari MTsN Bantul Kota dan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, h. 113

Centre for Research on Brain, Language and Music, Montreal, QC, Canada. Hasil dari penelitian yang telah dilakukan bahwa *observers accurately perceived a speaker's confidence level relative to the speakers' subjective confidence, and broadly differentiated speakers as having low compared to high confidence by using speakers' eyes, facial expressions, and head movements* (tingkat kepercayaan pembicara relatif terhadap kepercayaan subjektif pembicara, dan penutur yang dibedakan secara luas memiliki tingkat kepercayaan yang rendah dibandingkan dengan tingkat kepercayaan yang tinggi menggunakan mata pembicara, ekspresi wajah dan gerakan kepala).⁶

Adapun perbedaannya, penelitian yang saya lakukan yaitu: skripsi saya membahas tentang penerapan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) pada anak masa akhir yang tidak percaya diri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Yondu Mori dan Marc D. Pell membahas tentang *The look of*

⁶ Yondu Mori and Marc D. Pell, "The Look of (Un)confidence: Visual Markers for Inferring Speaker Confidence in Speech" *Frontiers in Communication* 4:63. (November 2019) dari School of Communication Sciences and Disorders, McGill University, Montreal, QC, Canada, Centre for Research on Brain, Language and Music, Montreal, QC, Canada, h. 1.

(un) confidence: *Visual Markers for inferring speaker confidence in speech* (tampilan tidak percaya diri: visual penanda untuk menyimpulkan pembicara percaya diri dalam berbicara).

F. Kajian Teoretis

1. Percaya Diri

a. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri dapat diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keyakinan. Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri, maka banyak masalah akan timbul, karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Kepercayaan diri adalah satu aspek kepribadian yang terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungannya. Rasa percaya diri merupakan sebuah keberanian dalam menghadapi tantangan, karena memberi suatu kesadaran bahwa belajar dari pengalaman jauh lebih penting daripada keberhasilan atau kegagalan.

Rasa percaya diri penting untuk berpartisipasi dalam kehidupan publik. Seperti halnya ketika bergabung dengan suatu masyarakat yang di dalamnya terlibat di dalam suatu aktivitas atau kegiatan. Rasa percaya diri meningkatkan keefektifan dalam aktivitas atau kegiatan. Rasa percaya diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri. Sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan. Ia dapat dengan bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi Serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.

Rasa percaya diri merupakan sikap mental individu dalam menilai diri maupun objek sekitar, sehingga individu tersebut memiliki keyakinan akan kemampuan diri dalam melakukan sesuatu sesuai kemampuan. Kepercayaan diri adalah kepercayaan terhadap kemampuan, kapasitas serta

pengambilan keputusan yang terdapat dalam diri sendiri.⁷ Dan kepercayaan diri seorang individu berasal dari tingkat kepuasannya pada dirinya sendiri. Semakin baik penilaian seorang individu terhadap dirinya, maka semakin percaya ia akan kemampuan dirinya. Dengan kepercayaan diri yang baik, maka seorang individu akan semakin percaya diri di dalam menghadapi lingkungannya.⁸

Berdasarkan uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa tidak percaya diri (*un-confidence*) adalah seseorang yang tidak memiliki keyakinan terhadap diri sendiri untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan ketika individu berinteraksi dengan lingkungan.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tidak Percaya Diri

Percaya diri adalah kemampuan berpikir rasional. Ini berupa keyakinan-keyakinan, ide-ide, dan proses berpikir yang tidak mengandung unsur keharusan yang menuntut individu. Sehingga, ketika menghadapi problem atau

⁷Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri, ...*, h. 47-48

⁸Iskandar Zulkarnain dkk, *Membentuk Konsep Diri Melalui BudayaTutur: Tinjauan Psikologi Komunikasi*, (Medan: Pusantara, 2020), h. 27

persoalan, kita mampu berpikir, menilai, menimbang, menganalisis, memutuskan, dan melakukan. Rasa percaya diri merupakan dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri.

Dalam hidup, sangat diperlukan sekali kepercayaan terhadap diri sendiri untuk mencapai sebuah kesuksesan. Kunci untuk mendapatkan kepercayaan diri adalah dengan memahami diri sendiri. Individu harus yakin akan kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya. Jangan sampai rasa pesimis dan cemas selalu menghantui perasaan.⁹

Adapun ayat Alquran yang menjelaskan percaya diri adalah sebagai berikut.

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: *Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah*

⁹Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri*,..., h. 58

*orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (QS. Ali Imran: 139)*¹⁰

Menurut penulis, ayat di atas dapat dikatakan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Berdasarkan ayat di atas, percaya diri dalam Alquran yaitu sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman.

Tidak percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal

Faktor internal ini terdiri dari beberapa hal penting di dalamnya. Hal-hal yang dimaksud tersebut di antaranya adalah sebagai berikut:

¹⁰Penyelenggara Penerjemah/Penafsir Al-Qur'an Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an Departemen Agama RI, *AL-QUR'AN DAN TERJEMAH Special for Woman*, (Bogor: Sygma exagrafika, 2007), h. 67.

1) Konsep Diri

Konsep diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek-diri yang meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis, yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain. Konsep diri, menurut Rogers adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang disadari dan disimbolisasikan, yaitu “aku” merupakan pusat referensi setiap pengalaman.¹¹

Terbentuknya percaya diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. Individu yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif. Sebaliknya, individu yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif.¹²

¹¹Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2016), Cet-6, h. 435-436

¹²Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri*,..., h. 59

2) Berfikir Negatif

Berfikir negatif adalah pola atau cara berfikir yang lebih condong pada sisi-sisi negatif dibanding sisi-sisi positifnya. Hal ini dapat dilihat dari kepercayaan diri atau pandangan yang terucap, sikap individu, dan perilaku. Berfikir negatif memberikan pengaruh buruk yang lebih besar dari dampak positifnya, berfikir negatif juga menyebabkan seseorang tertekan dan kehilangan banyak energi, dampak yang lebih buruk dari berpikir negatif yaitu mengakibatkan manusia tidak mampu lagi berbuat sesuatu untuk menciptakan prestasi.¹³

3) Harga diri

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Individu yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan

¹³Riga Mardhika, "Hubungan Pola Pikir Negatif dan Kecemasan Terhadap Cara Berbicara Di Depan Umum Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga" Jurnal Buana Pendidikan Vol XII, No. 22. (Oktober 2016) dari Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, h. 90-91.

benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.

Individu yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain, sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi, individu yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

4) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada rasa percaya diri. Ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang kentara. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

5) Pengalaman Hidup

Kepercayaan diri yang diperoleh dari pengalaman mengecewakan, biasanya paling sering

menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Apalagi jika pada dasarnya individu memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang, dan kurang perhatian.¹⁴

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini juga terdiri dari beberapa hal penting di dalamnya adalah sebagai berikut:

a) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi percaya diri seseorang atau individu. Tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa di bawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain.

Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

¹⁴Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri*,..., h. 60

b) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

c) Lingkungan

Lingkungan di sini merupakan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka harga diri juga akan berkembang lebih baik.¹⁵

¹⁵Alam Bachtiar, *Tampil Beda dan Percaya Diri*,..., h. 61-62

2. Anak Masa Akhir

a. Pengertian Anak Masa Akhir

Anak masa akhir sering disebut dengan anak masa sekolah dengan rentang usia enam tahun hingga dua belas tahun,¹⁶ sedangkan ada pendapat lain bahwa anak masa akhir dengan rentang usia enam tahun hingga tiga belas tahun¹⁷ atau hingga tiba saatnya individu menjadi matang secara seksual.¹⁸ Akhir masa kanak-kanak ditandai oleh kondisi yang sangat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial anak. Permulaan akhir masa kanak-kanak ditandai dengan masuknya anak ke kelas satu. Bagi sebagian besar anak, hal ini merupakan perubahan besar dalam pola kehidupan anak, juga bagi anak yang telah pernah mengalami situasi prasekolah selama setahun. Sementara menyesuaikan diri dengan tuntutan dan

¹⁶Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung: PT Rosdakarya, 2015), h. 69

¹⁷Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 1980), h. 146.

¹⁸Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), h. 153

harapan baru dari kelas satu, kebanyakan anak berada dalam keadaan tidak seimbang, anak mengalami gangguan emosional sehingga sulit untuk hidup bersama dan bekerja sama. Masuk kelas satu merupakan peristiwa penting bagi kehidupan setiap anak sehingga dapat mengakibatkan perubahan dalam sikap, nilai dan perilaku.

Selama setahun atau dua tahun terakhir dari masa kanak-kanak terjadi perubahan fisik yang menonjol dan hal ini juga dapat mengakibatkan perubahan dalam sikap, nilai dan perilaku dengan menjelang berakhirnya periode ini dan anak mempersiapkan diri, secara fisik dan psikologis, untuk memasuki masa remaja. Perubahan fisik yang terjadi menjelang berakhirnya masa kanak-kanak menimbulkan keadaan ketidakseimbangan di mana pola kehidupan yang sudah terbiasa menjadi terganggu sampai tercapainya penyesuaian diri terhadap perubahan ini.¹⁹ Pertumbuhan

¹⁹Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, ... h. 146.

fisik selama masa ini, di samping memberikan kemampuan bagi anak-anak untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas baru, tetapi juga dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan dan kesulitan-kesulitan secara fisik dan psikologis bagi mereka.²⁰

Pada masa ini anak belajar bergaul dengan teman-teman sebaya. Yakni belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan dan situasi yang baru serta teman-teman sebayanya. Pergaulan anak di sekolah atau teman sebayanya mungkin diwarnai perasaan senang, karena secara kebetulan temannya itu berbudi baik, tetapi mungkin juga di warnai oleh perasaan tidak senang karena teman sepermainannya suka mengganggu atau nakal.²¹

Dapat disimpulkan bahwa anak masa akhir berlangsung dari enam tahun sampai tiba saatnya individu matang secara seksual, yaitu sekitar tiga belas tahun tahun.

²⁰Desmita, *Psikologi Perkembangan, ...*, h. 154.

²¹Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan, ...*, h. 69.

b. Ciri-Ciri Anak Masa Akhir

Orang tua, pendidik dan ahli psikologi memberikan berbagai label kepada periode ini dan label-label itu mencerminkan ciri-ciri penting dari periode akhir masa kanak-kanak ini:

1) Label yang Digunakan oleh Orang Tua

Bagi banyak orang tua akhir masa kanak-kanak merupakan *usia yang menyulitkan*, -suatu masa di mana anak tidak mau lagi menuruti perintah dan di mana ia lebih banyak dipengaruhi oleh teman-teman sebaya daripada oleh orang tua dan anggota keluarga lain.

Karena kebanyakan anak, terutama anak laki-laki, kurang memperhatikan dan tidak bertanggung jawab terhadap pakaian dan benda-benda miliknya sendiri, maka orang tua memandang periode ini sebagai *usia tidak rapih*-suatu masa di mana anak cenderung tidak memperdulikan dan ceroboh dalam penampilan dan kamarnya sangat berantakan.

Dalam keluarga yang terdiri dari anak laki-laki dan perempuan, sudah jamak bila anak laki-laki mengejek saudara perempuannya. Periode ini oleh banyak orang tua disebut sebagai *usia bertengkar*-suatu masa di mana banyak terjadi pertengkaran antarkeluarga dan suasana rumah yang tidak menyenangkan bagi semua anggota keluarga.

2) Label yang Digunakan oleh Para Pendidik

Para pendidik melabelkan akhir masa kanak-kanak dengan *usia sekolah dasar*. Pada usia tersebut anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa, dan mempelajari berbagai keterampilan penting tertentu, baik keterampilan kurikuler.

Para pendidik juga memandang periode ini sebagai *periode kritis* dalam dorongan berprestasi-suatu masa di mana anak membentuk kebiasaan

untuk mencapai sukses, tidak sukses, atau sangat sukses.

3) Label yang Digunakan Ahli Psikologi

Bagi ahli psikologi, akhir masa kanak-kanak adalah *usia berkelompok*-suatu masa di mana perhatian utama anak tertuju pada keinginan diterima oleh teman-teman sebaya sebagai anggota kelompok, terutama kelompok yang bergensi dalam pandangan teman-temannya. Oleh karena itu, anak ingin menyesuaikan dengan standar yang disetujui kelompok dalam penampilan, berbicara dan perilaku. Keadaan ini mendorong ahli psikologi untuk menyebut periode ini sebagai *usia penyesuaian diri* dengan standar yang disetujui kelompok bagi anak telah dijelaskan oleh Church dan Stone.

Penelitian-penelitian mengenai kreativitas menunjukkan bahwa kanak-kanak yang lebih besar bila tidak dihalangi oleh rintangan-rintangan

lingkungan, oleh kritik, atau cemoohan orang-orang dewasa atau orang-orang lain, akan mengarahkan tenaga ke dalam kegiatan-kegiatan kreatif. Oleh karena itu ahli psikologi menamakan akhir masa kanak-kanak dengan *usia kreatif*-suatu masa dalam rentang kehidupan di mana akan ditentukan apakah kanak-kanak menjadi konformis atau pencipta karya yang baru dan orisinal.

Akhir masa kanak-kanak seringkali disebut *usia bermain* oleh ahli psikologi. Periode ini disebut sebagai usia bermain adalah karena luasnya minat dan kegiatan bermain dan bukan karena banyaknya waktu untuk bermain.²² Adapun label yang digunakan oleh peneliti, akhir masa kanak-kanak adalah *usia yang mudah terpengaruh* suatu masa di mana anak mudah dipengaruhi oleh lingkungannya.

²²Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan, ...*, h. 146-148

3. Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling*

a. Sejarah Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling*

Pada umumnya, konseling ini dikenal sebagai *solution focused brief counseling* (SFBC), atau terapi singkat berfokus pada solusi, yang dikembangkan oleh Steve de Shazer dan Bill O'Hanlon, pada tahun 1980. Kedua ahli ini dipengaruhi secara langsung oleh Milton Erickson, pencipta brief therapy (terapi singkat) pada tahun 1940. Ahli dan praktisi penting lainnya yang terkait dengan pendekatan konseling berfokus solusi adalah Michele Weiner Davis dan Insoo Kim Berg.²³ Pendekatan ini awalnya dikembangkan oleh Carl Ransom Rogers pada tahun 1942 untuk dapat mengendalikan kepribadian seseorang secara integral, mampu mengendalikan diri sendiri dan setiap manusia memiliki kemampuan menyelesaikan permasalahannya sendiri. Steve de Shazer dan Insoo Kim Berg memulai pergeseran ini di pusat

²³Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual Konsep dasar & Pendekatan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2016), h. 254

konseling singkat di Milwaukee pada akhir tahun 1970an. Setelah tumbuh tidak puas dengan kendala dari model strategis, pada tahun 1980an de Shazer berkolaborasi dengan sejumlah konseling, termasuk Eve Lipchik, John Walter, Jane Peller, Michelle Weiner-Davis, dan Bill O'Hanlon, yang masing-masing menulis secara ekstensif tentang SFBC di lembaga pelatihan mereka.²⁴

Konseling singkat berfokus pada solusi (SFBC), dipelopori oleh Insoo Kim Berg dan Steve DeShazer. Keduanya adalah direktur eksekutif dan peneliti senior di lembaga nirlaba yang disebut *Brief Family Therapy Center* (BFTC) di Milwaukee, Wisconsin, Amerika Serikat pada akhir tahun 1980-an. SFBC berbeda dengan terapi-terapi konvensional dengan menjauhkan diri dari masa lalu menuju baik masa sekarang maupun masa depan. SFBC merupakan salah satu pendekatan konseling post-modern dengan mengedepankan keberdayaan konseli

²⁴M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori dan Aplikasi)*, (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2018), h. 196-197

untuk mencari jalan keluar atau solusi sehingga konseli akan memilih sendiri tujuan yang hendak ia capai.²⁵

Pendekatan konseling singkat terfokus-solusi (*solution-focused brief counseling*) telah menjadi semakin populer sejak 1980-an akibat adanya *managed care* (perawatan terkelola) dan inisiatif-inisiatif akuntabilitas lain, yang menekankan efektivitas biaya dan waktu. Pendekatan konseling singkat terfokus-solusi memiliki banyak nama, namun saat ini orientasi yang paling menonjol di kalangan konseling disebut *solution-focused brief counseling* (SFBC) (konseling singkat terfokus-solusi). SFBC adalah sebuah modal sosial-konstruktivis yang didasarkan pada observasi bagaimana klien menarik makna personal dari peristiwa-peristiwa kehidupannya seperti yang dijelaskan melalui narasi personal.²⁶

²⁵Mulawarman, dkk, *Psikologi Konseling: Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2019), h. 156

²⁶Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020), h. 1

b. Hakikat Manusia

Konseling berfokus solusi tidak memiliki pandangan komprehensif tentang hakikat manusia, tetapi berfokus kepada kekuatan dan kesehatan mental klien. Seperti telah dikemukakan di atas, bahwa pendekatan konseling ini sangat dipengaruhi oleh teori Milton Erickson, maka sudut pandang tentang hakikat manusianya pun berakar kepada pendapat Erickson tersebut, yaitu: (1) manusia dalam dirinya memiliki kemampuan untuk memecahkan masalahnya; (2) manusia bersifat konstruktivis, yang berarti bahwa kenyataan merupakan refleksi dari hasil pengalaman dan pengamatan; dan (3) pada dasarnya manusia mempunyai keinginan untuk berubah.

c. Konsep-Konsep Pokok

SFBC berbeda dengan pendekatan tradisional dalam hal penolakannya terhadap pengalaman masa lalu, pendekatan ini menekankan kepada masa kini dan masa depan. Dalam pendekatan konselor tidak perlu mengetahui penyebab masalah, dan hubungan antara

penyebab masalah dengan solusinya. Demikian juga pengumpulan informasi tentang masalah tidak diperlukan untuk solusi masalah tersebut. Dalam pendekatan ini, klien memilih tujuan yang dia inginkan untuk dicapai, dan kecil sekali memperhatikan diagnosis, sejarah kehidupan, atau eksplorasi masalah. Berikut dijelaskan beberapa konsep utama dalam SFBC adalah:

a. Orientasi positif

SFBC didasarkan kepada asumsi yang optimis, bahwa manusia adalah sehat, kompeten, dan memiliki kemampuan untuk mengkonstruksi solusi yang meningkatkan kualitas hidupnya.

b. Terfokus kepada kegiatan/pekerjaan

SFBC menekankan kepada apa yang dilakukan klien, bukan kepada masalah klien. Individu membawa riwayat hidupnya ke dalam konseling, yang sering digunakan untuk menjustifikasi keyakinannya, bahwa hidupnya itu tidak dapat diubah, atau kondisinya buruk, yaitu jauh dari tujuan yang diharapkan. Dalam SFBC,

konselor membantu klien untuk menaruh perhatian kepada pengecualian-pengecualian dari masalah yang dihadapinya.²⁷

c. Asumsi-Asumsi Dasar

Walter dan Peller (1992) mengusulkan lima asumsi yang mendasari SFBC, yang memperluas ketiga aturan dasar tersebut, yaitu: (1) Berkonsentrasi pada keberhasilan menghasilkan perubahan konstruktif; (2) klien dapat menyadari bahwa untuk setiap masalah yang ada, pengecualian (*exceptions*) selalu dapat ditemukan di mana selama itu masalah tersebut tidak terjadi, secara efektif memberi klien solusi untuk masalahnya; (3) perubahan positif kecil dapat menghasilkan perubahan positif yang lebih besar; (4) semua klien dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dengan memaparkan, memperinci, dan mereplikasi keberhasilan selama pengecualian; dan (5) sasaran

²⁷Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual, ...*, h. 254-255.

perlu dinyatakan dalam kalimat aktif, positif, dan dapat diukur.²⁸

Seperti de Shazer mengatakan, SFBC tidak memiliki landasan teori akan tetapi SFBC memiliki hubungan yang kuat dengan filsafat. Berikut asumsi SFBC menurut Ratner Harvey, George Evan dan Iveson Chris: 1. Semua konseli termotivasi terhadap sesuatu. Konseli tidak kekurangan motivasi dan itu adalah pekerjaan konselor untuk mengungkap apa motivasi mereka. 2. Konselor menentukan cara unik konseli dalam melakukan proses konseling dengan demikian konseli menemukan cara terbaik untuk bekerja sama. 3. Mencoba memahami penyebab suatu masalah bukanlah langkah yang sangat berguna menuju resolusi. Memang, terkadang membahas masalah bisa secara aktif tidak membantu konseli. 4. Hasil tergantung pada apa yang diinginkan konseli dari konselor. Setelah ini ditetapkan, tugas konselor adalah

²⁸Bradley T. Erford, *40 Teknik, ...,* h. 2

menemukan jalan tercepat di sana. 5. Namun setelah masalah yang ada gamblang, konseli akan memilih beberapa solusi. Pendekatan yang paling ekonomis untuk pendekatan ini melibatkan konseli agar melakukan lebih banyak keberhasilan. 6. Masalah tidak mewakili patologi yang mendasari. Dalam kebanyakan kasus, konselilah yang akan menjadi hakim terbaik ketika masalah teratasi. 7. Terkadang hanya sedikit perubahan yang diperlukan untuk menemukan solusi masalah mereka.²⁹

SFBC adalah pendekatan yang menghormati secara kultural untuk menangani klien-klien dari beragam latar belakang karena pendekatan ini tidak menekankan diagnosis, memfokuskan pada kerangka acuan pribadi klien, dan mendorong klien untuk mengintegrasikan dan meningkatkan tindakan-tindakan yang lebih terbukti berhasil dan cocok untuk kerangka acuan pribadinya. Pendekatan SFBC mengatakan

²⁹M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling*,..., h. 200.

bahwa klien lah *leading expert* (pakar utama) tentang apa yang bekerja untuknya, dan peran konselor adalah membantu klien menyadari apa yang sudah bekerja baginya. Konselor kemudian mendorong klien untuk mengubah tindakan-tindakannya. Dan mengapresiasi keberhasilan klien. SFBC adalah salah satu pendekatan lintas-budaya yang lebih efektif karena memberdayakan nilai-nilai, keyakinan, dan perilaku klien.³⁰

Tujuan utama konseling berfokus pada solusi adalah membantu klien agar memahami potensi dirinya dan memperhatikan kelainan pada saat mengalami distress. Tujuan tersebut mengarahkan klien ke arah solusi atau pemecahan masalah yang dialaminya. Untuk membantu klien merumuskan tujuannya dalam konseling, Walter & Peller mengemukakan beberapa rambu, yaitu (a) nyatakan secara positif dalam bahasa klien, (b) berorientasi kegiatan atau proses, (c)

³⁰Bradley T. Erford, *40 Teknik, ...*, h. 4

difokuskan kepada situasi di sini dan sekarang, (d) dapat dicapai, konkrit dan spesifik, dan (e) dapat dikontrol oleh klien sendiri. Pada dasarnya tujuan SFBC itu adalah (a) mengubah pandangan klien tentang situasi yang dihadapi, (b) mengubah kegiatan atau aktivitas yang terkait dengan situasi problematik, dan (c) menguatkan kekuatan atau sumber daya pribadi klien

De Shazer mengemukakan langkah-langkah SFBC, sebagai berikut.

- a. Klien diberi kesempatan untuk menceritakan masalahnya. Konselor mendengarkan dengan penuh penghargaan dan hati-hati pada saat klien menjawab pertanyaan konselor: “Bagaimana saya berguna bagi anda?”
- b. Konselor bekerjasama dengan klien dalam mengembangkan rumusan tujuan tepat sesegera mungkin. Pertanyaan yang diajukan konselor:

“Apakah akan terjadi perubahan dalam hidup anda apabila masalah ini terpecahkan?”

- c. Konselor bertanya kepada klien tentang keadaan dirinya, ketika masalahnya tidak muncul atau kurang mengganggunya. Klien dibantu dalam mengeksplorasi pengecualian ini, dengan penekanan khusus kepada apa yang klien lakukan untuk membuat peristiwa itu terjadi.
- d. Pada akhir setiap percakapan (sesi), konselor menawarkan kepada klien ringkasan umpan balik, memberi penguatan, dan menyarankan tentang apa yang perlu klien amati atau lakukan sebelum sesi berikutnya, dalam upaya memecahkan masalah selanjutnya.
- e. Konselor dan klien mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai dengan menggunakan skala penilaian. Klien ditanya tentang apa yang perlu dilakukan

sebelum masalahnya terpecahkan, dan juga tentang langkah apa yang akan dilakukan selanjutnya.³¹

d. Teknik Konseling

Konseling berfokus solusi merupakan proses kolaboratif antara konselor dan klien. Teknik yang pada umumnya digunakan dalam konseling ini adalah *miracle question* (pertanyaan ajaib), *scaling* (penyekalaan), dan *compliments* (memberi pujian). Namun saya menambahkan teknik lainnya yang terdapat pada konseling berfokus solusi, di antaranya Teknik *Exceptions* (teknik pengecualian), *Problem-free talk* (percakapan bebas-masalah) , *Coping Question* (pertanyaan pengalaman sukses), Teknik *Flagging The Minefield*

1. Pertanyaan ajaib (*Miracle question*)

Pertanyaan ajaib yaitu teknik yang difokuskan untuk merumuskan tujuan, sehingga konseli terbantu untuk mengembangkan gambaran yang jelas dan

³¹Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual,...*, h. 256-257

konkrit tentang apa yang diharapkannya melalui konseling.³² *Miracle question* adalah pertanyaan yang mengarahkan konseli berimajinasi apa yang akan terjadi jika suatu masalah dialami secara ajaib terselesaikan.³³ Salah satu contoh pertanyaan itu adalah: “Jika masalah anda terpecahkan, apa yang akan anda lakukan?. Menurut Erford Bradley T. et al, teknik ini menekankan kepada harapan terhadap masa depan yang lebih baik, mengembangkan rasa tanggung jawab klien, dan mendorong klien untuk berusaha memperoleh kejelasan tentang apa sebenarnya yang dia inginkan. Teknik ini digunakan secara khusus membantu menetapkan tujuan, yang dapat membantu mengembangkan kejelasan dan kekonkritan harapan-harapan klien yang dapat diperoleh melalui konseling.

³²Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual*,..., h. 257

³³M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling*,..., h. 206

2. Penyelesaian (*Scaling*)

Penyelesaian yaitu suatu cara untuk mengubah konsep (pikiran, perasaan klien) yang abstrak menjadi konkrit atau ke arah tujuan yang dapat dicapai.³⁴ *Scaling questions* adalah pertanyaan yang meminta konseli menilai kondisi dirinya (masalah, pencapaian tujuan) berdasarkan skala 1-10.³⁵ Di sini klien diminta untuk menggunakan sebuah skala dari mulai angka 1 (rendah) sampai dengan 10 (tinggi) untuk mengevaluasi tentang gambaran seberapa dalam masalah yang dialaminya. Penyelesaian membantu klien untuk memahami seperti apa kondisi masalah yang dialaminya, dan apa yang harus dia lakukan untuk mencapai tujuan secara realistis.³⁶

3. Memberi pujian (*Compliments*)

Compliments adalah pesan tertulis yang dirancang untuk memuji konseli atas kelebihan,

³⁴ Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual*,..., h. 257.

³⁵ M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling*,..., h. 207

³⁶ Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual*,..., h. 257

kemajuan, dan karakteristik positif bagi pencapaian tujuannya.³⁷ Memberi pujian yaitu memberikan pesan-pesan tertulis untuk menghargai (memuji) klien, atas kekuatannya dan membangun keyakinan dalam dirinya, bahwa dirinya mampu memecahkan masalah yang dialaminya. Pemberian pujian ini diberikan sebelum klien diberi tugas.³⁸

4. Teknik *Exceptions*

Asal muasal teknik *exceptions* adalah asumsi bahwa semua masalah memiliki pengecualian yang dapat digunakan untuk memfasilitasi sosial. Teknik *exceptions* juga dapat digunakan secara langsung dengan melontarkan pertanyaan-pertanyaan seperti: “Ceritakan tentang saat ketika...” atau “Seberapa dekat anda telah sampai pada...?”³⁹

³⁷M. Andi Setiawan, *Pendekatan-Pendekatan Konseling*,..., h. 208

³⁸Syamsu Yusuf LN, *Konseling Individual*,..., h. 258.

³⁹Bradley T. Erford, *40 Teknik*,..., h. 19-21.

5. Teknik *Problem-Free Talk*

George, Iveson, dan Ratner menetapkan *problem-free talk* (percakapan bebas-masalah) sebagai salah satu teknik terfokus-solusi penting yang berguna untuk membangun hubungan dengan klien.⁴⁰

6. *Coping Question*

Coping Question adalah pertanyaan yang meminta konseli mengemukakan pengalaman sukses dalam menangani masalah yang dihadapi.

7. Teknik *Flagging The Minefield*

Flagging the minefield adalah suatu teknik yang merupakan bentuk kepatuhan pada penanganan dan pencegahan kekambuhan yang diciptakan untuk membantu klien menggeneralisasikan apa yang mereka pelajari dalam konseling ke situasi-situasi di masa mendatang yang mungkin akan mereka temui. *Flagging the minefield* adalah teknik generalisasi dan pencegahan *relapse* (kekambuhan): teknik ini

⁴⁰Bradley T. Erford, *40 Teknik, ...*, h. 28

membantu klien mentransfer *insights* konseling dan perilaku, pikiran dan perasaan kompensatoris ke dalam dunia yang ditemui klien sehari-hari.⁴¹

G. Metode Penelitian

Untuk mendapatkan data yang berhubungan dengan permasalahan yang dirumuskan dan untuk mempermudah proses pelaksanaan penelitian serta mencapai tujuan penelitian yang diinginkan, maka penulis menggunakan metode penelitian kualitatif sebagai cara mencari, mengumpulkan, mengolah dan menganalisis data hasil penelitian. dengan menggunakan alat atau instrument penelitian sebagai berikut :

1. Jenis Metode Penelitian

Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya dan bertujuan mengungkapkan gejala secara holistik-kontekstual

⁴¹Bradley T. Erford, *40 Teknik, ...,* h. 43-44

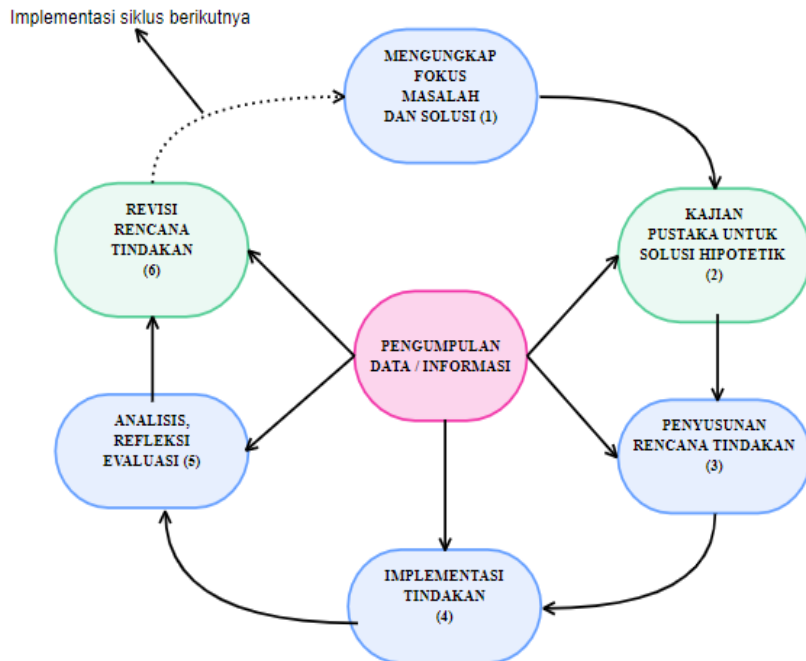
melalui pengumpulan data dari latar alami dengan memanfaatkan diri peneliti sebagai instrumen kunci.⁴²

Lexy J. Moleong menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.⁴³ Adapun penelitian kualitatif yang penulis gunakan adalah dengan pendekatan tindakan bimbingan dan konseling Islami (PTBK Islami). Penelitian tindakan bimbingan dan konseling Islami adalah melakukan tindakan layanan BK yang diniatkan kepada Tuhan, diberikan kepada sekelompok atau murid perorangan melalui

⁴²Eko Sugiarto, *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif*: Skripsi dan Tesis: Suaka Media, (Yogyakarta: Diandra Kreatif, 2017), h. 8.

⁴³Mamik, *Metodologi Kualitatif*, (Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015), h. 4

prosedur penelitian.⁴⁴ Adapun prosedur penelitian tindakan bimbingan dan konseling Islami adalah sebagai berikut:



Gambar 1.1 Desain Metodologi PTBK Islami

Dalam PTBK Islami, data/ informasi menjadi sangat penting, setiap tahap atau langkah membutuhkan data/ informasi empiris. Pada gambar di

⁴⁴Ridwan, *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling: Dengan Pendekatan Islami Dilengkapi dengan Latihan Membuat Proposal*, (Bandung: ALFABETA, 2016), h. 31

atas, kebutuhan data/informasi disajikan dalam inti lingkaran. Keterangan gambar di atas sebagai berikut.

- 1) Pada tahap 1 Menemukan fokus masalah dan solusinya, dibutuhkan data/ informasi tentang masalah pada fokus apa yang hendak diteliti.
- 2) Pada tahap 2 Kajian teori dan pengajuan hipotesis, dibutuhkan informasi untuk membangun konsep tentang masalah dan solusi secara teoretik dan argumentasi bagaimana solusi yang ditawarkan dapat mengatasi masalah.
- 3) Pada tahap3 Penyusunan rencana tindakan, di samping tindakan yang direncanakan didasarkan pada konsep-konsep teoretik juga dibutuhkan data/ informasi tentang kondisi subjek penelitian.
- 4) Pada tahap 4 Implementasi tindakan, di samping peneliti melakukan tindakan, dia butuh data/ informasi proses dan hasil atau dampak tindakan.

- 5) Pada tahap 5 Analisis, refleksi dan evaluasi, di samping kegiatan ini didasarkan pada data/informasi tentang implementasi tindakan.
- 6) Pada tahap 6 Revisi rencana tindakan membutuhkan data/informasi dari langkah-langkah sebelumnya, tidak hanya dari hasil refleksi dan evaluasi.⁴⁵

2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Cilangkap Kecamatan Wanasalam Kabupaten Lebak Provinsi Banten. Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini dimulai dari 03 September 2020 M sampai dengan 07 Mei 2021 M. Peneliti mengambil lokasi tersebut dengan melakukan pengamatan kepada anak masa akhir yang tidak percaya diri.

3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber utama data penelitian, yaitu yang memiliki data mengenai

⁴⁵Ridwan, *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling, ...*, h. 44-45

variabel-variabel yang diteliti. Sumber dalam penelitian ini adalah anak masa akhir yang tidak percaya diri.

4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh dan menghimpun data yang objektif. Maka, dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan menggunakan alat atau instrument penelitian sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data melalui mengamati perilaku dalam situasi tertentu kemudian mencatat peristiwa yang diamati dengan sistematis dan memaknai peristiwa yang diamati.⁴⁶ Adapun yang menjadi sumber dalam penelitian ini adalah anak masa akhir yang tidak percaya diri.

⁴⁶Ni'matuzahroh dan Susanti Prasetyaningrum, *Observasi: Teori Dan Aplikasi Dalam Psikologi*, (Malang: UMM Press, 2018), Cet 1, h. 4.

b. Wawancara

Pada pelayanan bimbingan dan konseling salah satu metode yang paling banyak digunakan adalah wawancara,⁴⁷ wawancara adalah suatu bentuk komunikasi lisan yang dilakukan secara terstruktur oleh dua orang atau lebih, baik secara langsung maupun jarak jauh, untuk membahas dan menggali informasi tertentu guna mencapai tujuan tertentu.⁴⁸

Proses wawancara dalam pelayanan bimbingan dan konseling memiliki fungsi untuk memahami berbagai potensi, sikap, pikiran, perasaan, pengalaman, harapan dan masalah peserta didik, serta memahami potensi dan kondisi lingkungannya baik lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerjanya secara mendalam.⁴⁹ Dalam penelitian ini, penulis akan melakukan wawancara dengan pihak desa, tokoh masyarakat dan warga sekitar.

⁴⁷Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes Dalam Perspektif BK Komprehensif*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), h. 43

⁴⁸Rusman Latief, *Panduan Produksi Acara Televisi Nondrama*, (Jakarta: Kencana, 2020), h. 85

⁴⁹Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes, ...,* h. 43

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi digunakan untuk mengidentifikasi kecenderungan dalam penelitian dan praktek mengenai suatu fenomena dalam suatu bidang,⁵⁰ dokumentasi sangat diperlukan untuk memperkuat data. Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari bermacam-macam sumber tertulis atau dokumen yang ada pada subjek/responden atau tempat, di mana subjek/responden bertempat tinggal atau melakukan kegiatan sehari-harinya. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang.⁵¹ Dalam penelitian ini, penulis menggunakan dokumentasi untuk mendapatkan dokumen Desa Cilangkap, data responden dan foto kegiatan-kegiatan proses konseling

⁵⁰Durri Andriani, dkk, *Metode Penelitian*, (Tangerang: Universitas terbuka, 2015), h. 185

⁵¹Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif: Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif*, (Yogyakarta: Deepublish (Grup Penerbitan CV Budi Utama), 2020), h. 59.

H. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah penulisan ini maka disusun dengan sistematika penulisan yang terdiri dari lima bab dengan rincian sebagai berikut:

Bab pertama, Pendahuluan. Pada bab ini membahas tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kajian teoretis, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, Kondisi Objektif Desa Cilangkap Kecamatan Wanasalam Kabupaten Lebak Provinsi Banten. Pada bab ini membahas tentang letak geografis dan kondisi demografis Desa Cilangkap, dan profil Desa Cilangkap.

Bab ketiga, Gambaran Umum Masyarakat Desa Cilangkap. Pada bab ini membahas tentang profil responden, dan bentuk-bentuk tidak percaya diri.

Bab keempat, Pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* pada anak masa akhir yang tidak percaya diri.

Pada bab ini membahas tentang langkah-langkah pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* pada anak masa akhir, efektivitas hasil pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling* pada anak masa akhir, dan faktor penghambat dan pendukung dalam pendekatan *Solution-Focused Brief Counseling*.

Bab kelima, Penutup. Dalam bab ini berisikan kesimpulan dan saran.

