

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam konsep ekologi manusia, terdapat berbagai macam pandangan dalam memandang berbagai hubungan antar manusia dan alam. Islam mengakui keberadaan semua makhluk hidup di muka bumi sebagai kesatuan atas penciptaan dari sang khalik, sehingga jika terjadi kerusakan terhadap ciptaan Allah, hal ini merupakan pengingkaran terhadap ciptaan Allah. Bahkan lebih dalam lagi islam memiliki prinsip-prinsip dasar dalam upaya melestarikan lingkungan hidup dan sumber daya alam.

Kewajiban manusia untuk mengelola alam dan menjaga akan diminta pertanggungjawabannya, sehingga manusia tidak berhak berlaku sewenang-wenang dalam memimpin dan menjaga alam.

Menjaga keseimbangan dan kelestarian lingkungan hidup baik alam maupun lingkungan sosial merupakan tugas daripada khalifah dalam memformasikan bumi. Permasalahan lingkungan alam semakin berkembang seiring berjalannya waktu dan saling

terkait secara global. Bahkan masing-masing manusia berlomba-lomba merusak sumber daya alam dengan dilakukannya pembangunan yang dilakukan.¹

Dalam konsep Eko Sufisme, sangat ditekankan keselarasan antara Tuhan, alam, dan manusia. Konsep pemikiran Eko Sufisme di gagas adanya keselarasan dan keseimbangan antara manusia dan lingkungan. Gagasan tersebut memuat 2 pokok pemikiran. *Pertama*, kesadaran berlingkungan erat kaitannya dengan kesadaran spiritual. Mencintai alam sama halnya mencintai Allah, karena alam merupakan manifestasi dari dzat Allah. Alam adalah kalamullah, karena ia adalah ayat kauniyah ayat yang sejajar dengan Al-Qur'an. *Kedua*, upaya proses transformasi dari kesadaran spiritual menuju implementasi. Berawal dari memandang alam sebagai ayat kauniyah yang sejajar dengan Al-Qur'an, maka sudah selayaknya memperlakukan alam tidak ubahnya dengan kitab suci, yaitu disakralkan. Secara tidak langsung upaya menjaga lingkungan ialah bagian dari ketaqwaan kepada Allah.

¹ Wasiqotul, Sunardi, Leo Agung, Peran Manusia Sebagai Khalifah Allah Di Muka Bumi Perspektif Ekologis Dalam Ajaran Islam: *Jurnal Penelitian*, Vol. 12, No. 2 (Agustus 2018) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, h. 365-367

Dalam mengkaji lingkungan, aspek agama memang mempunyai peran penting di samping aspek-aspek lainnya. Bagi Indonesia yang mayoritas beragama Islam, tentu tidak bisa lepas dari ajaran yang bersumber dari wahyu Allah, di dalamnya memuat petunjuk dalam segala peristiwa termasuk dalam permasalahan lingkungan. Pesan Al-Qur'an mengenai lingkungan telah disampaikan dengan jelas dan prospektif. Tanggung jawab manusia dalam memelihara lingkungan diulang berkali-kali. Larangan merusak lingkungan dinyatakan dengan tegas. Peranan dan pentingnya air juga begitu ditekankan. Serta yang tidak kalah penting ialah peringatan bagi orang-orang yang merusak lingkungan karena mengabaikan petunjuk-Nya.²

Namun realita yang terjadi sangatlah berbeda dengan konsep ajaran yang telah ditetapkan dalam Islam. Rendahnya tingkat keimanan ditandai dengan banyaknya masyarakat yang masih mengabaikan kebersihan lingkungan.

Hal demikian terjadi di asrama Daar El-Rahmah Sumur Pecung Serang Banten. Di asrama yang berpenghuni sekitar 30

² Abdul Majid Bin Aziz Al-Zindani dkk, *Mu'jizat Al-Qur'an dan As-sunnah Tentang IPTEK*, (Jakarta: Gema Insan Press, 1997),h. 194

orang santri ini menjadi korban rendahnya tingkat kesadaran berlingkungan. Beberapa tempat sampah yang sudah penuh terisi dan belum di buang. Kebersihan lingkungan asrama yang kurang perhatian akan penghuni di dalamnya. Sampah yang berserakan dimana-mana, selokan yang mampet dipenuhi daun-daun kering, plastik, dan bahkan rambut. Mereka yang enggan dan merasa jijik untuk membersihkan selokan dan alhasil bidang kebersihan juga lah yang turun tangan untuk membersihkannya. Walaupun piket asrama diadakan setiap hari dan masing-masing orang mempunyai tugas tersendiri akan tetapi mereka melakukannya tidak sepenuh hati dan bahkan hanya syarat untuk menggugurkan kewajiban saja. Baju-baju yang digantung di depan kamar-kamar asrama yang tidak kunjung untuk diangkat entah sampai kapan waktunya. Kenyamanan dan kebersihan lingkungan tergantung oleh penghuninya. Karena penghunilah yang merawat dan melestarikan.

Selain itu, kesadaran diri mempengaruhi antara banyak perilaku sosial, kesesuaian dan perubahan sikap. Perilaku sosial di sini bisa saja mengenai hubungan antara manusia dengan

manusia lain, atau manusia dengan lingkungan. Maksudnya adalah kesadaran diri dapat berpengaruh tidak hanya pada diri sendiri namun pada lingkungan sekitar.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Penerapan Konseling Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan *Self Awareness* Dalam Kebersihan Lingkungan**” di Asrama Daar El-Rahmah Sumur Pecung Serang Banten.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana *self awareness* santri dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah?
2. Apakah konseling gestalt profetik dapat meningkatkan *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah?
3. Apakah faktor penghambat *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah?

C. Tujuan Penulisan

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui *self awareness* santri dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah
2. Untuk mengetahui konseling gestalt profetik dapat meningkatkan *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah
3. Untuk mengetahui faktor penghambat *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian tentang Penerapan Konseling Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan *Self Awareness* Dalam Kebersihan Lingkungan.

a. Secara Teoritis

Diharapkan dapat memberikan wawasan serta pengetahuan yang baru yang dapat dijadikan bahan kajian mahasiswa yang ingin mengetahui penerapan konseling *Gestalt Profetik* dengan bimbingan kelompok dan konseling individual dalam menangani masalah serta mendapatkan solusi yang sesuai khususnya *self awareness* dalam kebersihan lingkungan.

b. Secara Praktis

Diharapkan dapat mengurangi dan merubah perilaku kurangnya kesadaran diri agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Melakukan bimbingan kelompok dan konseling individual dengan penulis sehingga dapat berpengaruh terhadap kebersihan lingkungannya untuk bisa berjalan dengan baik.

E. Tinjauan Pustaka

Sebagai pertimbangan dalam penelitian ini, maka penulis mencantumkan beberapa peneliti terdahulu yang memiliki konsep penelitian yang sejenis dengan penelitian penulis. Berikut hasil penelitian terdahulu yang penulis baca:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Femi Pratiwi Fakultas Agama Islam, UIKA Bogor Tahun 2019 “*Efektivitas Bimbingan Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan Keimanan Siswa Kelas X Di SMAN 10 Kota Bogor*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah teknik permainan gestalt profetik dapat mempengaruhi keimanan remaja di kelas X SMAN 10 Kota

Bogor. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen atau disebut juga eksperimen semu dengan menggunakan kelas kontrol dan kelas eksperimen. Hasil penelitian ini dianalisis dari hasil pretes sebesar 75% kemudian hasil posttest sebesar 87% yang menunjukkan peningkatan sebesar 12%. Maka, dapat disimpulkan bahwa permainan ini dapat membantu siswa agar lebih dekat dengan Allah SWT.³

Perbedaan dengan penelitian ini adalah peneliti membahas tentang penerapan konseling *Gestalt Profetik* untuk meningkatkan *self awareness* dalam kebersihan lingkungan. Sedangkan dalam penelitian sebelumnya ini menjelaskan tentang peningkatan keimanan siswa. Akan tetapi, sama-sama menggunakan permainan kartu SDBHSM yang ada di teknik konseling *Gestalt Profetik*.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Nifshi Laila Sari FKIP Universitas Lampung Tahun 2019 dengan judul “*Penggunaan Konseling Gestalt Untuk Meningkatkan Self*

³ Femi Pratiwi, *Efektivitas Bimbingan Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan Keimanan Siswa Kelas X SMAN 10 Kota Bogor*, Skripsi (Fakultas Agama Islam UIKA Bogor, 2019)

Awareness Siswa". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan *self awareness* dengan menggunakan konseling gestalt. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan menggunakan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling gestalt dapat meningkatkan kesadaran diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan ketiga subjek setelah pelaksanaan konseling gestalt yaitu: sadar akan keadaan fisiknya, sadar akan kemampuannya, dan tidak bergantung pada orang lain.⁴

Perbedaan dengan penelitian ini adalah lokasi penelitian dan objek penelitian. Lokasi penelitian dilakukan di Asrama Daar El-Rahmah Sumur Pecung Serang Banten. Objek penelitiannya para mahasiswa dan sekaligus santri. Dalam skripsi ini penerapan konseling dijelaskan dengan bimbingan kelompok dan konseling individual dengan pendekatan gestalt profetik.

Ketiga, penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Endin Mujahidin STAI Al-Hidayah Bogor Tahun 2018 dengan judul: "*Pendekatan Bimbingan dan Konseling Gestalt Profetik Untuk*

⁴Nifshi Laila Sari, *Penggunaan Konseling Gestalt Untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa*, Skripsi (FKIP Universitas Lampung, 2019)

Meningkatkan Toleransi Beragama Siswa Di SMA Ibnu ‘Aqil’.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pendekatan bimbingan dan konseling *Gestalt Profetik* dalam meningkatkan toleransi beragama siswa. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimen dan tempat uji coba adalah SMA Ibnu ‘Aqil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa toleransi beragama siswa di SMA Ibnu ‘Aqil Bogor untuk kelompok eksperimen adalah hasil rata-rata sebesar 3,23 pretest dan nilai sebesar 3,36 post-test. Untuk kelompok kontrol sebesar 2,97 pretest dan nilai sebesar 3,08 post-test. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa toleransi beragama siswa di SMA Ibnu ‘Aqil dari kelompok eksperimen berbeda nyata dengan toleransi beragama kelompok kontrol.⁵

Perbedaan dengan penelitian ini adalah peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan penelitian tindakan (*action research*) sedangkan peneliti terdahulu menggunakan metode quasi eksperimen. Akan tetapi sama-sama menggunakan teknik *gestalt profetik*.

⁵Endin Mujahidin, *Pendekatan Bimbingan dan Konseling Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan Toleransi Beragama Siswa Di SMA Ibnu ‘Aqil*, Skripsi (STAI Al-Hidayah Bogor, 2018)

F. Kerangka Teori

1. Konseling Gestalt Profetik

a. Pengertian Konseling

Konseling termasuk di dalam hubungan membantu, merupakan suatu teknik untuk intervensi, untuk mengubah tingkah laku. Berbicara tentang konseling, mau tidak mau harus menyebutkan Carl Rogers. Dari tulisan Rogers di dalam bukunya *Counseling and Psychotherapy*, psikoterapi yang dulunya bersifat medis psikoanalitis berubah menjadi nonmedis dan nonpsikoanalitis.⁶

Menurut Prayitno, secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam Bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.

⁶ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Universitas Indonesia (UI-Press, 2011), h. 1

ASCA (*American School Counselor Association*) sebagaimana dikutip Syamsu Yusuf LN dan A. Juntika Nurihsan mengemukakan bahwa konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu kliennya mengatasi masalah-masalahnya.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan konseling adalah proses pemberian bantuan dari orang yang ahli (konselor) kepada konseli secara face to face untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Achmad Juntika Nurihsan, menjelaskan beberapa generalisasi yang menggambarkan karakteristik utama kegiatan konseling.

- a. Konseling merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu. Makna bantuan adalah

konselor berusaha membantu agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya, dan mampu memilih dan mengambil keputusan terhadap pilihan hidupnya ke depan.

- b. Hubungan dalam konseling bersifat interpersonal. Antara konselor dan konseli harus terjalin komunikasi yang interaktif. Konseli menyampaikan segala masalah kepada konselor secara terbuka tidak ada yang ditutup-tutupi, konselor pun harus menjaga kerahasiaan masalah konseli.
- c. Keefektifan konseling sebagian besar ditentukan oleh kualitas hubungan antara konselor dan kliennya. Agar kualitas hubungannya dapat berjalan dengan lancar, maka konselor harus menguasai teknik-teknik konseling dengan baik.

Willian Ratigan, seperti dikutip Mohamad Surya, mencoba mendeskripsikan pengertian konseling, khususnya konseling pendidikan secara lebih rinci berdasarkan pengamatan dan penelitian

yang dilakukannya. Ia mendeskripsikan konseling sebagai berikut.

1. Konseling adalah usaha untuk membantu seseorang menolong dirinya sendiri.
2. Konselor sekolah membantu anak-anak bersama masalah-masalah mereka, dengan menemukan tempat mereka dalam hidup, dan dengan pemahaman yang lebih baik terhadap diri sendiri.
3. Seorang konselor melihat bahwa kegiatan belajar siswa berjalan sejajar dengan kecakapan dan minatnya.
4. Konseling membantu anak-anak membuat keputusan sendiri sehingga mereka menemukan kepuasan dan kesenangan dalam kehidupan kerja mereka.
5. Konseling adalah suatu pengembangan emosional ke dalam kulit orang lain.⁷

⁷ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (2018), h. 47-

b. Pengertian Gestalt Profetik

Gestalt Profetik (G-Pro) lahir dari hasil evaluasi dan pengembangan terhadap konsep dan praktik terapi gestalt Frederik S. Perls. Pendekatan bimbingan dan konseling gestalt profetik merupakan pendekatan bimbingan dan konseling sufistik dengan merekonstruksi konsep. Praktik, dan media layanan bimbingan dan konseling sehingga sejalan dengan tujuan pendidikan Islam. Konsep gestalt profetik dikenal istilah kesadaran penuh (*full awareness*), kontak penuh (*full contact*), dan dukungan penuh (*full support*). Praktik gestalt profetik menggunakan konseling individual. Kontak penuh (*full contact*) dalam gestalt profetik tidak hanya berpandangan bahwa individu menyadari bahwa kontak dengan lingkungan akan senantiasa terjadi perubahan yang tidak dapat dihindarkan.

Kontak penuh berarti pula individu memiliki kontak dengan orang lain dan dengan lingkungan secara efektif yakni kemampuan berinteraksi dengan

orang lain tanpa harus menghilangkan kepribadian aslinya dan penyesuaian pribadi dengan lingkungan selalu melakukan pembaharuan tanpa henti. Baik kontak sesama manusia atau lingkungan fokus pada hadir sepenuhnya masa kini dan sekarang, tidak menolak, mengabaikan atau lari dari kenyataan. Kontak penuh dalam gestalt profetik selain kontak efektif tersebut, individu membangun habituasi bahwa dalam setiap kontak dengan sesama manusia dan dengan alam semesta, individu senantiasa terhubung dengan Dzat yang menciptakan semua yang ada. Kontak penuh ini mendorong individu berperilaku efektif kepada alam didasari rasa syukurnya kepada Allah SWT.

Dukungan penuh (*full support*) dalam gestalt profetik tidak hanya mendorong konseli berpindah dan didukung oleh dukungan eksternal menjadi dukungan internal dalam pilihan-pilihan hidupnya.⁸

⁸Imas Kania Rahman, Koseling Religi: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol 8, No 1 (Agustus 2017) STAIN Kudus, h. 16

b.1. Pandangan Tentang Manusia

Asumsi dasar pendekatan gestalt tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi sendiri permasalahannya dalam hidup, terutama bila mereka menggunakan kesadaran akan pengalaman yang sedang dialami dan dunia sekitarnya. Gestalt berpendapat , bahwa individu memiliki masalah karena menghindari masalah. Oleh karena itu pendekatan gestalt mempersiapkan individu dengan intervensi dan tantangan untuk membantu konseli mencapai integrasi diri dan menjadi lebih autentik.

Area yang paling penting yang harus diperhatikan dalam konseling menurut pendekatan ini adalah pemikiran dan perasaan yang individu alami pada saat sekarang. Perilaku yang normal dan sehat terjadi bila individu bertindak dan bereaksi sebagai organisme yang total, yaitu memiliki kesadaran pada pemikiran, perasaan, dan tindakan pada masa sekarang. Banyak orang yang memisahkan

kehidupannya dan berkonsentrasi serta memfokuskan perhatiannya pada poin-poin dan kejadian-kejadian tertentu dalam kehidupannya. Hal ini menyebabkan fragmentasi dalam diri yang dapat terlihat dari gaya hidup yang tidak efektif yang berakibat pada produktivitas yang rendah bahkan membuat masalah kehidupannya yang lebih serius.

Pendekatan gestalt berpendapat bahwa individu yang sehat secara mental adalah:

1. Individu yang dapat mempertahankan kesadaran tanpa dipecah oleh berbagai stimulasi dari lingkungan yang dapat mengganggu perhatian individu. Orang tersebut dapat secara penuh dan jelas mengalami dan mengenali kebutuhannya dan alternative potensi lingkungan untuk memenuhi kebutuhannya.
2. Individu yang dapat merasakan dan berbagi konflik pribadi dan frustrasi tapi dengan kesadaran

dan konsentrasi yang tinggi tanpa ada pencampuran dengan fantasi-fantasi.

3. Individu yang dapat membedakan konflik dan masalah yang dapat diselesaikan dan tidak dapat terselesaikan.
4. Individu yang dapat mengambil tanggung jawab atas hidupnya.
5. Individu yang dapat berfokus pada suatu kebutuhan (*the figure*) pada satu waktu sambil menghubungkannya dengan kebutuhan yang lain (*the ground*), sehingga ketika kebutuhan itu terpenuhi disebut juga gestalt yang sudah lengkap.

Menurut pendekatan getalt, area yang paling penting yang harus diperhatikan dalam konseling adalah pemikiran dan perasaan yang individu alami pada saat sekarang. Perilaku yang normal dan sehat terjadi bila individu bertindak dan bereaksi

sebagai organisme yang total, yaitu memiliki kesadaran pada pemikiran, perasaan dan tindakan pada masa sekarang.⁹

Menurut gestalt, individu menyebabkan dirinya terjerumus pada masalah-masalah tambahan karena tidak mengatasi kehidupannya dengan baik pada kategori di bawah ini:

1. Kurang kontak dengan lingkungannya, yaitu individu menjadi kaku dan memutus hubungan antara dirinya dengan orang lain dan lingkungan.
2. *Confluence*, yaitu individu yang terlalu banyak memasukkan nilai-nilai lingkungan pada dirinya, sehingga mereka kehilangan pijakan dirinya dan kemudian lingkungan yang mengontrol dirinya.
3. *Unfinished business*, yaitu orang yang memiliki kebutuha yang tidak terpenuhi, perasaan yang tidak terekspresikan dan situasi yang belum selesai yang mengganggu perhatiannya (yang mungkin di manifestasikan dalam mimpi).

⁹ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks), h, 290

4. *Fragmentasi*, yaitu orang yang mencoba untuk menemukan atau menolak kebutuhan, seperti kebutuhan agresi.
5. *Topdog/underdog*, orang yang mengalami perpecahan dalam kepribadiannya, yaitu antara apa yang mereka pikirkan “harus” dilakukan (*topdog*) dan apa yang mereka “inginkan” (*underdog*).
6. *Polaritas/dikotomi*, orang yang cenderung untuk “bingung dan tidak dapat berkata-kata (*speechless*)” pada saat terjadi dikotomi pada dirinya seperti antara tubuh dan pikiran (*body and mind*), antara diri dan lingkungan (*self-external world*), antara emosi dan kenyataan (*emotion-reality*).¹⁰

Dalam pandangan terapi gestalt, dimilikinya kesadaran adalah proses penyembuhan dan sebagai dasar dari pengetahuan dan komunikasi. Apabila

¹⁰ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks), h, 291

individu berada dalam kesadaran maka individu tersebut dapat mengatur diri dalam lingkungannya. Dengan kata lain peningkatan dan pengembangan kesadaran pada konseli adalah bagian terpenting dalam terapi gestalt. Kesadaran (*awareness*) pada individu bertujuan agar individu memiliki kemampuan untuk memikul tanggungjawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai pribadi secara utuh. Kesadaran yang dimaksud dapat digambarkan sebagai sebuah kontinum. Salah satu ujungnya dikenal dengan kesadaran yang hilang atau minimum yakni pada saat kita tidur dimana kita kehilangan kontak dengan kekinian. Sementara ujung yang lain disebut kesadaran adalah kontak dengan kenyataan di sekeliling kita menjadi hidup secara utuh, melihat, merasakan, mengamati, dan menghayati setiap aliran proses di dalam keseluruhan eksistensi hidup kita.¹¹

¹¹ Safaria, *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*, (Yogyakarta: Amara Books, 2005)

b.2. Praktik Gestalt Profetik

Rekontruksi dari praktik terapi Gestalt Frederik S. Perls melahirkan sebuah pendekatan yang dikenal dengan teknik permainan kartu SDBHSM. Permainan kartu SDBHSM adalah permainan interaktif antara konselor dan konseli yang bertujuan mendorong konseli mengalami situasi dalam kontinum kesadaran yang melemah kemudian bergeser pada kesadaran penuh dengan prinsip disini dan sekarang, SDBHSM merupakan singkatan dari enam slogan, yaitu: (S) siapakah anda?; (D) darimana anda berasal?; (B) berada dimana anda saat ini?;(H) hendak kemana tujuan anda?; (S) sedang apa anda saat ini?; (M) manfaat apa yang anda peroleh?¹²

Teknik permainan kartu SDBHSM dilakukan sebagai layanan bimbingan small group sebelum konseli memperoleh pendekatan konseling individual

¹² Imas Kania Rahman, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol 8, No 1 (Juni 2017) Universitas Ibn Khaldun Bogor, h. 166

dengan terapi gestalt Perls. Pendekatan ini digunakan sebagai awal treatment terapi yang berfungsi sebagai assessment sekaligus membawa konseli pada kesadaran penuh (*full awareness*), kontak penuh (*full contact*) dan dukungan penuh (*full support*). Permainan Kartu SDBHSM sebagai treatment awal dalam G-Pro telah divalidasi ahli dan dilakukan eksperimen dengan hasil yang efektif dalam meningkatkan adaptabilitas santri di Pondok Pesantren Salafiyah dan Pondok Pesantren Modern, selanjutnya dipraktikkan dalam konseling individual dengan masalah beragam diantaranya kegelisahan akut, transgender dan lesbian, juga mengalami perkembangan yang signifikan ke arah yang diharapkan. Kartu SDBHSM sebagai best practice dalam media bimbingan dan konseling, digunakan sebagai media utama treatment. Melalui media kartu SDBHSM, konseli diminta untuk menjawab enam pertanyaan dalam kertas kosong yang tersedia

kemudian konselor mengeksplorasi setiap jawaban konseli secara bertahap dari nomor 1 sampai nomor 6.¹³

Konselor melakukan konfrontasi atas jawaban konseli agar konseli sampai kepada kesadaran penuh yang diharapkan. Kesadaran penuh yang diharapkan dibangun melalui berbagai cara dengan berbagai media seperti google map, vidio, gambar dll. Google map digunakan untuk menyadarkan konseli berada di mana hakikatnya saat ini. Media vidio tentang terbentuknya manusia dari pembuahan sampai usia lanjut untuk menyadarkan konseli mengetahui hakikat siapa dirinya dan dari mana berasal. Pada prinsipnya konselor menggiring konseli menemukan hakikat dirinya melalui bimbingan dan menemukan jawaban yang benar tentang enam pertanyaan dalam kartu sesuai dengan jawaban yang benar dalam pandangan Islam.

¹³ Imas Kania Rahman, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam... ..h. 167-168*

Pada sesi terakhir, konseli diminta menjawab enam pertanyaan untuk mendeskripsikan dalam bahasanya sendiri menemukan jawaban yang paling esensi dan mendalam sesuai dengan pemahaman baru tentang hakikat diri dan tujuan hidupnya. Melalui permainan kartu SDBHSM diharapkan konseli sampai pada kesadaran penuh (*full awareness*), kontak penuh (*full contact*) dan dukungan penuh (*full support*).

Tahap selanjutnya menggunakan konseling individual dengan menggunakan terapi gestalt, yakni: permainan dialog internal (*empty chair*) untuk menghadapi urusan yang belum selesai; teknik “Saya memikul tanggung jawab“ dan ”saya memiliki suatu rahasia”; teknik “Bolehkah saya memberimu sebuah kalimat”; teknik bermain proyeksi; teknik pembalikan; teknik pengulangan; teknik melebih-lebihkan; teknik “bisakah anda tetep dengan perasaan ini”.

Individu yang sehat secara psikologis dalam pandangan BK G-Pro adalah individu yang senantiasa

menyadari apa yang ia rasa, apa yang ia pikirkan, dan apa yang berkecamuk dalam perasaan. Menyadari bagaimana ia mengambil tindakan, sadar dalam mempertimbangkan keputusan, menyadari untuk senantiasa menciptakan makna dalam hidupnya, menyadari akan tegangan-tegangan yang terjadi dalam tubuhnya, bahkan menyadari dimensi-dimensi yang dilupakannya seperti peristiwa traumatik, keyakinan yang kaku atau konsep diri yang disembunyikan. Individu yang sehat juga dapat dimaknai sebagai individu yang memiliki kesadaran penuh, individu tersebut memiliki kontak yang kuat dengan diri dan lingkungannya, serta senantiasa menjaga kontak dengan Allah SWT. Individu yang sehat mampu secara kreatif menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada dirinya dan lingkungannya sesuai dengan tuntutan yang spesifik dan unik sehingga ia dapat menemukan cara terbaik dalam menjalani hidup,

mampu menghadapi ujian dan menyikapi anugerah yang semuanya datang dari Allah SWT.¹⁴

c. *Self Awareness* Dalam Kebersihan Lingkungan

c.1. Pengertian *Self Awareness*

Menurut konsep Suryamentaram yang dikutip oleh Prihartanti, bahwa mawas diri adalah sebagai cara latihan (memilah-milah) rasa sendiri dengan rasa orang lain untuk meningkatkan kemampuan menghayati rasa orang lain sebagai manifestasi tercapainya pertumbuhan dan perkembangan kepribadian yang sehat dan sejahtera. *Self awareness* ialah kecerdasan mengenai alasan-alasan dari pemahaman diri sendiri. Kesadaran diri adalah pokok yang penting untuk menunjukkan kejelasan dan pemahaman tentang perilaku diri. Kesadaran diri juga merupakan kecerdasan dimana seseorang akan dapat menempati dirinya pada situasi dan kondisi tertentu

¹⁴ Imas Kania Rahman, *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam... ..h. 169*

dan kesadaran tentang dirinya dan apa yang harus ia lakukan.

Wawasan tambahan diperoleh dengan model tiga diri jendela Johari:

a. *The Open Self* (Diri yang Terbuka)

Diketahui oleh kita dan orang lain. *Informasi, tingkah laku, sikap, perasaan, hasrat, motivasi, dan ide*. Tapi kita terbiasa terbuka diri kita kepada beberapa orang saja, dan kepada orang yang lain kita cenderung menutup diri. Padahal terbuka itu dibutuhkan dalam komunikasi.

b. *The Blind Self* (Diri yang Buta)

Seluruh hal mengenai diri kita yang orang lain ketahui namun cenderung kita abaikan. Mulai dari kebiasaan sepele sampai penting, seperti bagaimana kita memiliki *ekspresi yang meluap-luap, kebiasaan memegang hidung saat marah*, dan sebagainya.

c. *The Hidden Self* (Diri yang Tersembunyi)

Segala hal yang kita ketahui tentang diri kita namun merupakan rahasia bagi orang lain. Termasuk segala hal yang tidak ingin kita tunjukkan.

Dari penjabaran di atas, dapat kita simpulkan bahwa kesadaran diri adalah kemampuan diri dalam mengetahui apa yang ia rasakan dan lakukan serta apa penyebab dan tujuan dari apa yang ia lakukan dan rasakan serta bagaimana seharusnya ia bersikap terhadap dirinya maupun lingkungannya.¹⁵

c.2. *Self Awareness* Dalam Kebersihan Lingkungan

Kebersihan lingkungan merupakan karunia yang tidak ternilai harganya, untuk dinikmati dan dimanfaatkan oleh setiap makhluk yang hidup di dunia ini. Rahmat yang dilimpahkan tersebut tidak ada gunanya, apabila lingkungan tidak dapat terjaga keberadaannya.

¹⁵ M. Yudi Ali Akbar, *jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMAINORA*, Vol. 4, No.4, (September 2018) Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia, h. 267-268

Kualitas kebersihan lingkungan sangat tergantung pada tingkah laku manusia. Rendahnya kesadaran diri (*self awareness*) dalam kebersihan lingkungan karena ketidaktahuan manusia dalam mengelola dan menjaga lingkungannya.

Peran masyarakat dilakukan untuk:

- a) Meningkatkan kepedulian dalam perlindungan dan pengelolaan lingkungan.
- b) Meningkatkan kemandirian, keberdayaan masyarakat.

Dengan keadaan lingkungan seperti hal di atas maka diperlukan suatu kesadaran diri (*self awareness*) yang tinggi agar dapat mempertahankan kebersihan lingkungan. Oleh karena itu, sudah selayaknya dibutuhkan kepekaan dan tanggung jawab dalam menjaga kebersihan lingkungan, agar tercipta kondisi yang aman, bersih, sejuk, dan sehat.¹⁶

¹⁶ Ester Sarina Purba, *Jurnal Pendidikan Ilmu-ilmu Sosial*, Vol. 8. No. 1 (Februari 2017) Fakultas Ilmu Sosial, Uniuversitas Negeri Medan, h. 58

Perlu diketahui bahwa tokoh psikologi yakni Baron dan Byrne, mereka berpendapat bahwa self awareness memiliki beberapa bentuk.

Bentuk kesadaran terbagi menjadi 3 macam:

1. *Self awareness subjektif* adalah kemampuan dirinya untuk membedakan dirinya dari lingkungan fisik dan sosialnya. Yaitu bagaimana ia harus bersikap yang membuat orang bisa menilai dirinya berbeda dengan yang lainnya.
2. *Self awareness objektif* adalah kapasitas seseorang untuk menjadi objek perhatiannya sendiri, kesadaran akan pikirannya dan mengetahui bahwa ia tahu dan mengingat bahwa ia ingat. Maksudnya adalah dimana pribadi sadar akan tugas dan tanggung jawabnya.
3. *Self awareness simbolik* adalah kemampuan seseorang untuk membentuk sebuah konsep abstrak dari diri melalui Bahasa dan kemampuan seseorang untuk berkomunikasi, menjalin hubungan, menentukan tujuan mengevaluasi hasil dan membangun sikap yang berhubungan dengan

diri dan membelanya terhadap komunikasi yang mengancam.¹⁷

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam skripsi ini, penulis menggunakan pendekatan kualitatif dengan penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan bertujuan untuk mengembangkan keterampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah.¹⁸

Penelitian kualitatif kami maksudkan sebagai jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya. Contohnya dapat berupa penelitian tentang kehidupan, riwayat, dan perilaku seseorang.¹⁹

2. Subjek dan Tempat Penelitian

Subjek penelitian ini yaitu berfokus pada santri yang kurang memiliki *self awareness* dalam kebersihan lingkungan.

¹⁷ Izzatul Fitriah, Hubungan Relijiusitas dengan Self Awareness: *Jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, h Vol 4, No. 4 (September 2018) Universitas Al-Azhar Indonesia, h. 267-268

¹⁸ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2013), h. 94

¹⁹ Anselm Strauss & Juliet Corbin, *Dasar-dasar Penelitian Kualitatif Tata Langkah dan Teknik-teknik Teoritisasi Data*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 4

Penelitian ini bertempat di Asrama Daar El-Rahmah yang bertempat di Sumur Pecung, Serang, Banten.

3. Sumber Data

Yang dimaksud dengan sumber data adalah sumber data yang diperoleh oleh peneliti dalam melakukan penelitian. Adapun dalam skripsi ini penulis menggunakan dua sumber data yaitu:

a. Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data.²⁰ Adapun yang menjadi sumber data primer dalam skripsi ini adalah wawancara dengan para asatidz, dan juga beberapa santri.

b. Data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.²¹ Sumber data yang penulis dapatkan dengan mengambil informasi

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), Cet Ke-23, h. 225

²¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.....h. 225

dari dokumen-dokumen dan sumber lainnya yang ada di Asrama Daar El-Rahmah.

4. Teknik Pengumpulan Data

Adapun instrument yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Sutrisno Hadi, mengemukakan bahwa, observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dan diantara yang terpenting adalah proses-proses pegamatan dan ingatan.²²

Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila, penelitian berkenan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar.²³

b. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan

²² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.....h. 145

²³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.....h. 145

studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit/kecil. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau self-report, atau setidak-tidaknya pada pengetahuan dan keyakinan pribadi. Sutrisno Hadi mengemukakan bahwa anggapan yang perlu dipegang oleh peneliti dalam menggunakan metode interview dan juga kuesioner (angket) adalah sebagai berikut:

1. Bahwa subyek (responden) adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Bahwa apa yang dinyatakan oleh subyek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Bahwa interpretasi subyek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan peneliti kepadanya

adalah sama dengan apa yang dimaksudkan oleh peneliti.²⁴

c. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), kriteria, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film, dan lain-lain.²⁵

5. Teknik Analisis Data

Proses menganalisis dan menginterpretasikan data-data yang telah terkumpul, peneliti menempuh cara analisis deskriptif kualitatif yakni setelah data terkumpul kemudian data-data

²⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.....h. 137-138

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.....h. 240

tersebut dikelompokkan menurut kategori masing-masing dan selanjutnya diinterpretasikan melalui kata-kata atau kalimat dengan kerangka berpikir teoritik untuk memperoleh kesimpulan atau jawaban dari permasalahan.²⁶

Selanjutnya untuk menginterpretasikan yang telah terkumpul peneliti memakai kerangka berpikir deduktif, yakni pola berpikir yang berangkat dari fakta-fakta yang umum, peristiwa-peristiwa yang konkrit, untuk menarik generalisasi-generalisasi yang bersifat khusus.²⁷

Dengan kata lain setelah data terkumpul dari wawancara dan observasi dari pimpinan pesantren, pembina pesantren, serta para santri. Peneliti mulai menghimpun dan mengorganisasikan data-data yang masih bersifat umum tersebut yang selanjutnya dipisah-pisahkan menurut kategori masing-masing untuk menghasilkan jawaban permasalahan dan juga untuk memperoleh kesimpulan yang bersifat khusus.

²⁶ Suharsimi Ari Kunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta,2007), h. 245

²⁷ Sutrisno Hadi, *Metode Research Jilid II*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2000), h. 10

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika penulisan ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran isi skripsi ini, secara keseluruhan dan skripsi ini dibagi menjadi 5 bab, yaitu:

Bab pertama adalah pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan

Bab kedua adalah profil Asrama Daar El-Rahmah, Visi Misi dan Moto Asrama Daar El-Rahmah.

Bab ketiga adalah gambaran umum responden meliputi: profil responden, permasalahan responden dan *self awareness* santri dalam kebersihan lingkungan Asrama Daar El-Rahmah

Bab keempat adalah penerapan konseling gestalt profetik untuk meningkatkan *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah meliputi: penerapan konseling gestalt profetik untuk meningkatkan *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di Asrama Daar El-Rahmah dan penghambat dan

pendukung *self awareness* dalam kebersihan lingkungan di
Asrama Daar El-Rahmah

Bab kelima adalah penutup yang meliputi, kesimpulan
dan saran-saran.