

KONSEP KONSELING GESTALT BERBASIS ISLAM UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN BERSOSIALISASI DAN ADAPTASI SISWA DI SEKOLAH

Khakam Umam Asnawi

khakamumamasnawi1991@gmail.com

Abstrak

Sosialisasi dan adaptasi bukan hanya dilakukan di lingkungan sosial masyarakat, namun sebagai seorang siswa yang lebih banyak hidup di sekolah, sosialisasi dan adaptasi seharusnya dilakukan juga di sekolah. Terutama pada siswa yang belum lama masuk di sekolah yang berbeda. Ketidakmampuan siswa mengikuti peraturan sekolah dapat mengakibatkan siswa kurang konsentrasi dalam belajar dan kurang kondusif dalam proses belajar-mengajar. Permasalahan sosialisasi dan adaptasi memerlukan teknik khusus dalam penanganannya. Pendekatan yang dianggap tepat untuk meningkatkan sosialisasi dan adaptasi siswa di sekolah adalah teknik konseling gestalt berbasis Islam. Konsep gestalt dimaksud adalah konsep kesadaran (awarenes), kontak (contact), dan dukungan (support). Proses terapi gestalt meliputi berbagai fokus penanganan, yaitu transisi, avoidance and unfinished busines, impasse dan here and now. Konseling gestalt berbasis Islam lebih menekankan pada fokus penanganan here and now, yang berarti di sini dan masa kini dengan tujuan siswa dapat memahami diri sebagai seorang siswa yang berlatar belakang Islam. Melalui konseling gestalt berbasis Islam, siswa mampu meningkatkan bersosialisasi dan adaptasi di sekolah sebagai seorang siswa, makhluk sosial dan makhluk Allah SWT. Siswa secara bertahap dapat mengambil hikmah atas pengalaman yang telah dialami, siswa dapat mengembangkan kemampuan secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan tanpa harus melanggar peraturan sekolah dan siswa mampu bertanggung jawab terhadap apa yang dilakukan termasuk di dalamnya menerima konsekuensi. Metode penelitian yang digunakan adalah library research. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris mengenai bentuk Konseling gestalt berbasis Islam untuk membantu meningkatkan bersosialisasi dan adaptasi siswa di sekolah.

Kata Kunci: *konseling gestalt berbasis islam, bersosialisasi dan adaptasi, siswa*

A. Pendahuluan

Tugas sekolah pada jaman sekarang tidak terbatas kepada pengetahuan dan informasi. Guru tidak hanya mengajar, melainkan menjadi pembentuk masa depan yang menuntut setiap siswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain itu, dalam prosesnya diperlukan bimbingan pengajaran dalam proses belajar. Bimbingan pengajaran bertujuan untuk menyesuaikan pengajaran bagi tiap siswa menurut kemampuan, bakat,

minat, dan kecerdasan (Zakiyah Dradjat, 1982: 27-32). Dalam hal tersebut pendidikan yang diberikan kepada siswa memiliki peranan penting dalam proses pembentukan penyesuaian sosial. Berdasarkan rilis IPM (Indeks Pembangunan Manusia) pada 5 Oktober 2009, Indonesia berada pada kategori pembangunan manusia menengah dengan indeks 0,734 dan berada di urutan ke-111 dari 180 negara. Hal ini terlihat jelas bahwa pendidikan di Indonesia belum optimal dalam menunjang pembangunan bangsa (Nuryata, 2010: 45). Menurut Anis R. Baswedan (Menteri Pendidikan dan Kebudayaan) menyampaikan dalam Silaturahmi Kementrian dengan Kepala Dinas di Jakarta pada tanggal 1 Desember 2014 mengatakan: "*Kita harus mengembalikan persekolahan menjadi teman, tempat belajar yang menyenangkan, mengubah pendidikan itu seperti mengubah kapal tanker bukan seperti mengubah arah pada speed boat*". Pendapat tersebut menjadi salah satu inspirasi penulis. (Baswedan, <https://atdikbudlondon.files.wordpress.com/2014/12/presentation-gawat-darurat-pendidikan-di-indonesia.pdf>, akses 11 April 2017).

Sekolah memiliki beberapa aturan atau sistem yang diwajibkan kepada semua siswa yang harus ditaati untuk mencapai hasil yang diharapkan oleh sekolah dan siswa. Siswa yang belajar di sekolah dituntut untuk mampu memahami dan menerapkan apa yang telah diperoleh dari pelajaran yang telah diberikan oleh sekolah. Kegiatan belajar mengajar di sekolah meliputi seluruh aktivitas dengan membahas seperangkat materi pelajaran agar siswa mempunyai kecakapan dan pengetahuan yang bermanfaat dalam kehidupannya. Upaya untuk mendapatkan pengetahuan di sekolah, tentunya siswa tidak akan terlepas dari berbagai macam kesulitan dalam belajar. Salah satu penyebab timbulnya masalah dalam belajar adalah ketidak mampuan siswa dalam bersosialisasi dan beradaptasi di sekolah.

Hasil penelitian Aulia Habibul Aziz dengan objek penelitian sebanyak 72 siswa menunjukkan bahwa kemampuan bersosialisasi pada kategori kurang sebanyak 0 siswa (0%), frekuensi variabel kemampuan bersosialisasi pada kategori cukup sebanyak 32 siswa (44,6%), frekuensi variabel kemampuan bersosialisasi pada kategori baik sebanyak 40 siswa (55,4%), dan frekuensi variabel kemampuan bersosialisasi pada kategori sangat baik sebanyak 0 siswa (0%). Berdasarkan hal tersebut bahwa kemampuan bersosialisasi siswa pada kategori baik. Sedangkan kemampuan beradaptasi siswa pada kategori kurang sebanyak 8 siswa (1,4%), frekuensi variabel kemampuan beradaptasi pada kategori cukup

sebanyak 38 siswa (55,4%), frekuensi variabel kemampuan beradaptasi pada kategori baik sebanyak 21 siswa (29,3%), dan frekuensi variabel kemampuan beradaptasi pada kategori sangat baik sebanyak 5 siswa (7%). Dengan demikian bahwa kemampuan beradaptasi siswa pada kategori cukup (Aulia Habibul Aziz, 2015: 63-67).

Siswa kelas X (pada jenjang Sekolah Menengah Atas) atau kelas VII (pada jenjang Sekolah Menengah Pertama) dirasa masih belum mampu untuk mengikuti peraturan di Sekolah yang baru karena masih terpaut dengan peraturan sekolah yang lama. Dengan adanya perubahan tatanan dan peraturan sekolah sehingga siswa juga dituntut untuk dapat beradaptasi dan bersosialisasi dengan kelas, teman, dan pelajaran yang baru. Ketidakmampuan siswa dalam bersosialisasi dan beradaptasi di sekolah atau di lingkungan yang baru mengakibatkan kurang kepercayaan diri, konsentrasi dan menurunnya prestasi siswa. Selanjutnya, aspek-aspek penyesuaian diri di sekolah menurut Schneiders adalah (1) Mau menerima dan menghormati otoritas sekolah, (2) Berminat dan berpartisipasi pada aktifitas sekolah, (3) Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah, (4) Mau menerima tanggung jawab, (5) Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan. Permasalahan penyesuaian diri dapat menyebabkan dampak negatif bagi siswa, diantaranya mengalami penurunan prestasi akademik, hubungan sosial yang rendah dengan lingkungan, serta menghambat pencapaian tugas perkembangan.

Lebih lanjut, Havighurst mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai dan diharapkan memiliki tingkah laku sosial secara bertanggung jawab dengan tujuan untuk mengembangkan ideologi sosial, untuk berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat, agama dan nasionalism, dan untuk mendapatkan nilai-nilai dari lingkungan dalam menampilkan tingkah laku. Proses ini diawali dari mulai belajar berpartisipasi sebagai anggota dari kelompok yang melibatkan faktor menerima dan memberi, belajar untuk menggabungkan diri dengan lingkungan yang berupa pengorbanan dan penghargaan. Remaja harus mengorbankan sesuatu untuk mencapai tahap kebaikan yang lebih tinggi. Remaja pada masa usia akhir tampak sangat altruistik, yakni siap untuk berpikir dan bertindak, apa yang dipikir baik untuk lingkungan sosial karena hal tersebut merupakan tanggung jawab sosial (Hendrianti Agustiani, 2009: 62-68). Berkenaan dengan hal tersebut, pendekatan konseling gestalt

menjadi upaya yang tepat untuk membantu meningkatkan bersosialisasi dan adaptasi siswa di sekolah.

Penemu konseling gestalt adalah Fritz Perls (1893-1970). Menurutnya, orang yang memiliki kepribadian yang sehat adalah orang yang “di sini dan kini” artinya berpijak pada kehidupan sekarang, memiliki tanggung jawab terhadap kehidupan mereka sendiri, berhubungan dengan diri dan dunia, dapat mengungkapkan kebencian-kebencian dengan terbuka, situasi saat ini dan tidak mengejar kebahagiaan. Orang yang di sini dan kini tidak mengejar kebahagiaan. Mengejar kebahagiaan adalah salah, karena kebahagiaan tidak dapat dicapai. Membuat kebahagiaan menjadi tujuan berarti mengalihkan energi dan perhatian dari satu-satunya kenyataan (Duane Schultz, 1991: 185-188). Bimbingan dan Konseling Islam lahir dari upaya rekonstruksi terhadap konsep Bimbingan dan Konseling Konvensional yang dihasilkan dari pengetahuan empirik barat. Dalam pelaksanaannya bimbingan dan konseling konvensional tidak dihubungkan dengan Tuhan (Allah) maupun ajaran agama, berbeda dengan pandangan Islam yang menganggap proses bimbingan harus berorientasi pada dunia dan akhirat (Abdul Choliq Dahlan, 2009: 31).

Bimbingan dan konseling konvensional yang dicetuskan oleh Friedrich Salomon Perls di New York tahun 1951 (Singgih D. Gunarsa, 1996: 179). Konseling Gestalt adalah suatu pemberian bantuan yang diberikan kepada konseli dengan tujuan agar konseli mampu menerima perasaan dan pikirannya, meningkatkan kepercayaan diri, tidak takut dalam menghadapi dan berperan dimasa depan, tidak tergantung pada orang lain, serta menyadari dirinya yang sebenarnya, sehingga pada akhirnya konseli dapat memiliki spontanitas dan kebebasan dalam menyatakan diri dan mandiri. Pada tahun 1969, Perls mengatakan bahwa tujuan dari terapi gestalt adalah untuk membantu seseorang agar bisa berkembang sendiri mencapai kematangan, melibatkan diri dalam lingkungan dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Singgih D. Gunarsa, 1996: 186).

Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses bimbingan dan konseling yang berorientasi pada ketentraman dan juga ketenangan manusia hidup di dunia-akhirat. Pencapaian rasa tentram tercapai melalui upaya pendekatan diri kepada Allah SWT. Dengan demikian, bimbingan dan konseling Islam mengandung aspek spiritual dan dimensi material. Dimensi spiritual adalah membimbing manusia pada kehidupan rohaniah untuk menjadi beriman dan bertakwa kepada Allah SWT. Sedangkan dimensi material

membantu manusia untuk dapat memecahkan kebahagiaan selama hidupnya (Abdul Choliq Dahlan, 2009: 31). Lebih lanjut, Penggunaan Bimbingan dan Konseling Gestalt berbasis Islam ternyata efektif digunakan untuk meningkatkan *self regulated learning*. Hal ini terbukti dengan adanya hasil penelitian Nurviyanti yang berjudul Bimbingan dan Konseling Gestalt Berbasis Islam untuk meningkatkan *Self Regulated Learning* Siswa MTs Al-Falah Pandak Bantul Yogyakarta. Penelitian lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Kharisma Hilda L, yang berjudul Efektifitas Konseling Kelompok Pendekatan Gestalt Terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII SMP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Konseling kelompok dengan pendekatan gestalt efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah, Purbalingga.

Berdasarkan hasil penelitian dan pendapat di atas dapat dikatakan bahwa konsep Konseling Gestalt berbasis Islam dapat membantu dalam menangani dan meningkatkan permasalahan yang dialami siswa. Oleh karenanya hal ini menarik perhatian penulis untuk mengkontruksi Konseling Gestalt berbasis Islam sebagai upaya Meningkatkan bersosialisasi dan beradaptasi siswa di Sekolah.

B. Konseling Gestalt Berbasis Islam

Dewa Ketut (dalam Hibana, 2003: 13) menjelaskan secara jelas bahwa bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada seseorang agar mampu mengembangkan potensi yang dimiliki, menganali diri sendiri dan mengatasi persoalan-persoalan sehingga mampu menentukan jalan hidupnya secara bertanggung jawab tanpa tergantung pada orang lain. Sedangkan menurut I. Jumhar dan Moh. Surya (dalam Hibana, 2003: 13), bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang continue dalam diri (*self understanding*), kemampuan untuk menerima diri atau kemampuan untuk mengarahkan diri (*self direction*), dan merealisasikan diri (*self realization*) sesuai dengan lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada seseorang secara kontinyu agar sesuai dengan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat dengan cara menumbuhkan pemahaman diri baik dari segi material maupun sepiritual. Dalam hal ini memahami diri

sebagai makhluk Allah dan juga sebagai makhluk sosial sesuai dengan perkembangannya. Sedangkan konseling menurut Maclean, Shertzer dan Stone (dalam Hibana, 2003: 16) adalah hubungan tatap muka antara seorang pekerja profesional dengan seorang yang terganggu masalah-masalah yang tidak dapat diatasi sendiri. Menurut Glenn E. Smith (dalam Tidjan SU, 2000: 8), konseling adalah suatu proses hubungan konselor membantu konseli dalam membuat interpretasi mengenai fakta-fakta yang berhubungan dengan pilihan, rencana, atau penyesuaian yang dibutuhkan.

Selanjutnya, konselor tidak berhak untuk memberikan solusi kepada konseli karena menyangkut profesionalisme konselor. Konseling dari pengertian di atas dapat diartikan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli untuk membantu konseli menemukan solusi atas masalah yang dihadapi tanpa paksaan dari konselor. Sedangkan Pendekatan gestalt merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan dalam dunia psikologi dan konseling. Pendekatan gestalt menurut M.A Subandi adalah salah satu pendekatan yang sangat memperhatikan kemampuan organisasi untuk berkembang dan menentukan tujuannya. Pendekatan gestalt lebih menekankan pada apa yang terjadi saat-ini dan di-sini, dan proses yang berlangsung, bukan pada masa lalu ataupun masa depan. Pendekatan gestalt mengutamakan kesadaran saat ini dalam pengalaman seseorang (Subandi, 2002: 90-93).

Pendekatan gestalt pada dasarnya mendorong individu untuk menyelenggarakan terapi sendiri, seperti intropeksi, mencari suatu kesalahan yang ada pada diri sendiri kemudian memperbaikinya. Dalam hal ini siswa didorong untuk membuat penafsiran-penafsiran sendiri, menciptakan pernyataan-pernyataan sendiri, dan menemukan maknanya sendiri. Sehingga siswa seakan-akan langsung mengalami perjuangan di sini dan sekarang terhadap urusan yang tak selesai di masa lampau (Corey, terj., E. Koeswara, 2005: 117).

Pendekatan gestalt menurut Corey dan Subandi adalah mendorong siswa untuk menyelenggarakan terapi sendiri untuk membuat penafsiran-penafsiran, pernyataan-pernyataan, dan menemukan maknanya sendiri dengan memperhatikan kemampuan organisasi untuk berkembang menentukan tujuan dengan mengutamakan kesadaran saat ini. Konsep dasar pendekatan Gestalt adalah Kesadaran, dan sasaran utama gestalt adalah pencapaian kesadaran. Kesadaran memiliki beberapa kriteria (Subandi, 2002: 96), yaitu:

- a. Kesadaran akan efektif apabila didasarkan dan disemangati oleh kebutuhan yang ada saat ini yang dirasakan oleh individu
- b. Kesadaran tidak komplis tanpa pengertian langsung tentang kenyataan suatu situasi dan bagaimana seseorang berada di dalam situasi tersebut
- c. Kesadaran itu selalu ada di sini dan saat ini. Kesadaran adalah hasil pengindraan, bukan sesuatu yang mustahil terjadi

Proses konseling gestalt meliputi *transisi, avoidance and unfinished business, impasse* dan *here and now* (Sofyan, 2004: 68). Secara lebih rinci dijelaskan bahwa konseling gestalt memiliki empat fase yang saling berkesinambungan yaitu fase pertama membentuk pola pertemuan teraupetik, fase kedua melaksanakan pengawasan (*control*), fase ketiga mendorong konseli untuk mengungkapkan perasaan-perasaan dan kekecewaan, dan fase terakhir konseli sudah memiliki kepribadian yang terintegrasi sebagai individu yang unik, sadar dan bertanggung jawab (Surya, 2013: 63-64). Sedangkan yang dimaksud berbasis Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu, agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat dengan cara mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah-iman yaitu melaksanakan tuntutan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar. Pada akhirnya individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat (Tohar, 1992: 5).

Dari pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling Gestalt berbasis Islam adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor atau guru BK untuk mendorong siswa atau konseli menemukan maknanya sendiri dan mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk Allah yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah dengan mendorong siswa untuk melakukan terapi sendiri.

C. Kemampuan Bersosialisasi Siswa di Sekolah

Sosialisasi merupakan proses belajar bagi seseorang atau kelompok orang selama hidupnya untuk mengenali pola-pola hidup, nilai-nilai dan norma sosial agar dapat berkembang menjadi pribadi yang bisa diterima oleh kelompoknya (Tohar, 1992: 5).

Sosialisasi juga dapat diartikan sebagai proses belajar kebudayaan dari anggota masyarakat (pola-pola tindakan dalam interaksi dengan segala macam individu) dan hubungannya dengan sistem sosial (peranan sosial yang mungkin ada dalam kehidupan sehari-hari) (Tohar, 1992: 5). Dikatakan oleh David Gaslin, sosialisasi merupakan proses belajar yang dialami seseorang untuk memperoleh pengetahuan tentang nilai dan norma-norma agar dapat berpartisipasi sebagai anggota kelompok masyarakat. Sedangkan menurut Berger (dalam Maryat dan Jujun, 2007: 16), Sosialisasi didefinisikan sebagai proses seorang anak belajar berpartisipasi dalam masyarakat atau disebutkan "*a process by which a child learns to be a participant member of society*". Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa sosialisasi adalah suatu proses di mana individu mulai menerima dan menyesuaikan diri dengan unsur-unsur kebudayaan masyarakat atau sekolah. Kemampuan bersosialisasi dalam jurnal ini lebih menekankan kepada kemampuan siswa dalam melakukan interaksi sosial, baik dengan teman sekolah atau teman sekelas, guru, karyawan sekolah ataupun orang di sekelilingnya.

Menurut Park dan Burgess dalam (Agus, 2004: 12), kemampuan sosialisasi siswa dengan siswa lain dapat dilihat melalui hal-hal berikut:

- a. Komunikasi antar teman. Komunikasi yang baik dan lancar akan berpengaruh baik terhadap proses pengenalan atau bersosialisasi dengan teman lain
- b. Kerjasama antar siswa dengan siswa yang lain. Kerja sama dengan menyelesaikan tugas di sekolah sehingga antara siswa satu dengan siswa yang lainnya bisa saling bertukar pendapat tentang tugasnya
- c. Pertentangan siswa dalam menyelesaikan masalah/tugas yang diberikan guru. Persaingan siswa untuk mendapatkan nilai baik siswa satu dengan siswa lain, sehingga untuk mendapatkan nilai yang baik sering menjadikan pertentangan siswa satu dengan siswa lainnya
- d. Persesuaian hasil antara siswa satu dengan siswa yang lain. Penyesuaian hasil belajar dengan siswa lain sebagai bahan pertimbangan guru dalam mengajarkan materi yang diajarkan

D. Kemampuan Beradaptasi Siswa di Sekolah

Penyesuaian diri adalah suatu pengertian yang pada dasarnya diambil dari ilmu biologi. Biasanya pengertian penyesuaian diri menunjukkan bahwa makhluk hidup berusaha untuk menyesuaikan dirinya dengan alam setempat agar dapat tetap hidup (Zakiah, 1982: 12). Sedangkan dari segi bahasa “Penyesuaian” adalah kata yang menunjukkan keakraban, pendekatan dan kesatuan kata. Penyesuaian diri dalam ilmu jiwa adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuannya agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri dan lingkungan. Lingkungan yang dimaksud di sini mencakup semua pengaruh, kemungkinan dan kekuatan yang melingkupi individu, yang dapat mempengaruhi usaha dalam mencapai kesetabilan kejiwaan dan jasmani dalam hidup. Lingkungan memiliki tiga segi yaitu lingkungan alami dan materi, lingkungan sosial, kemudian individu dengan segala komponennya, bakat, pembawaan dan pikirannya tentang diri (Zakiah, 1982: 14).

Pengertian penyesuaian diri menurut Mustofa Fahmi adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuan seseorang agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya (Mustofa, 1982: 14). H Sunarto dan Agung Hartono mendefinisikan penyesuaian diri sebagai suatu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan (Sunarto, 1999: 223).

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk dapat mempertahankan eksistensinya dan memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani, dan juga dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial. Dalam hal ini, kriteria penyesuaian diri siswa di sekolah, adalah:

- a. Mau menerima dan menghormati otoritas dan peraturan sekolah
- b. Berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah
- c. Membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah
- d. Mau menerima tanggung jawab
- e. Membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan

Kemampuan beradaptasi siswa di sekolah dalam jurnal ini lebih menekankan pada kemampuan siswa dalam menerima dan menghormati otoritas sekolah, berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan, dan mampu mengikuti kurikulum atau matepelajaran yang telah ditentukan sekolah.

Temuan-temuan penelitian sebelumnya menunjukkan penyesuaian diri dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kondisi pola asuh *Authoritarian*, *Indulgent*, dan *Neglectful*. Menurut Sunarto dan Agung Hartono terbentuknya adaptasi dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: kondisi jasmani, perkembangan dan kematangan, penentu psikologis, kondisi lingkungan (keluarga, sekolah dan masyarakat), dan kondisi kultur dan agama (Sunarto, 1999: 229-235).

E. Hasil Analisis dan Pembahasan

Konseling Gestalt berbasis Islam sebagai upaya meningkatkan sosialiasasi dan adaptasi siswa di sekolah yaitu sebagai upaya konselor atau guru BK untuk mendorong koseli atau siswa menemukan maknanya sendiri dan mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk Allah yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah agar konseli atau siswa mampu untuk mempertahankan eksistensinya, memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan sosial. Dalam hal ini adalah tuntutan sekolah sebagai seorang siswa yang ada dalam sekolah tersebut.

Model konseling Islam Gestalt menggunakan *small group* dan konseling individu sebagi penanganan lanjutan. Bimbingan dilakukan dengan memasukkan azaz-azaz Islam sebagai upaya membentengi pola pikir peserta didik terhadap hal yang salah dan menyadarkan siswa sebagai makhluk Tuhan yang berakal. Konseling gestalt klasikan dilakukan dengan teknik "*Here and Now*" yang dapat digunakan pada siswa dengan cara menanyakan kasus dengan pertanyaan "apa" dan "bagaimana" sebagai upaya memahami posisi diri siswa pada saat ini dan di sini. Dalam proses Bimbingan dan Konseling Gestalt berbasis Islam tetapi memasukkan unsur-unsur Islam sebagai upaya siswa mampu meningkatkan kesadaran diri akan eksistensinya sebagai makhluk Allah. Konseling individu dilakukan apabila masih ada siswa yang belum sepenuhnya mampu untuk menyesuaikan diri di sekolah setelah diberikan Bimbingan dan Konseling Gestalt berbasis

Islam menggunakan *small group*. Konseling individu dilakukan dengan menggunakan pendekatan gestal dengan teknik “Latihan Saya Bertanggung Jawab”. Teknik ini bertujuan untuk membantu siswa agar mengakui dan menerima perasaan-perasaannya dari pada memproyeksikan perasaan kepada orang lain.

Melalui Konseling Gestalt berbasis Islam diharapkan konseli atau siswa yang memiliki masalah dengan bersosialisasi dan beradaptasi di sekolah dapat dengan cepat bersosialisasi dan beradaptasi di sekolah seperti halnya mampu menerima dan menghormati otoritas sekolah, berminat dan berpartisipasi pada aktivitas sekolah, membina relasi yang baik dengan teman sekolah, guru, dan unsur-unsur sekolah, mau menerima tanggung jawab, dan membantu sekolah dalam mewujudkan tujuan yang berlandaskan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. Model Konseling Gestalt berbasis Islam sebagai upaya meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan beradaptasi siswa di sekolah dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu:

1. *The beginning phase*

- a) Mengembangkan hubungan kolaborasi
- b) Mengumpulkan data, pengalaman konseli dan keseluruhan gambaran kepribadian dengan teknik wawancara dan teknik fenomenologi
- c) Memberikan materi hakikat manusia sebagai upaya meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab dengan menggunakan teknik *penggunaan bahasa* diawali pertanyaan siapa manusia, darimana manusia berasal, berada di mana sekarang manusia, dan apa tujuan manusia. Pertanyaan-pertanyaan ini berkaitan dengan hakikat manusia sebagai makhluk Allah SWT yang bertanggung jawab penuh dengan kehidupan di dunia dan akhirat
- d) Membangun sebuah hubungan dialogis dengan permainan ilustrasi tokoh-tokoh untuk dianalisis maknanya. Tokoh-tokoh yang dipilih yaitu tokoh-tokoh yang sudah mampu mengaplikasikan diri sebagai makhluk Allah yang sebenarnya. Salah satu tokoh yang dapat digunakan adalah Nabi Muhammad SAW
- e) Mengidentifikasi dan mengklarifikasi kebutuhan-kebutuhan konseli dan tema-tema masalah yang muncul

- f) Memberi materi konsep diri sebagai upaya meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab menggunakan teknik *penggunaan bahasa* dengan diawali pertanyaan siapa saya, darimana saya berasal, berada di mana saya sekarang, hendak kemana tujuan saya, sedang apa saya saat ini, dengan siapa saya saat ini dan manfaat apa yang saya peroleh
- g) Menegaskan kembali kebutuhan-kebutuhan konseli dan tema-tema masalah yang muncul
- h) Membuat prioritas dan kesimpulan diagnosis terhadap konseli

2. *Cleaning the ground*

- a) Mengeksplorasi introyeksi dan modifikasi kontak dengan menggunakan materi fleksibel
- b) Mengatasi urusan yang tidak selesai (*unfinished business*)
- c) Konselor mendukung ekspresi-eksperi konseli atau proses katarsis
- d) Melakukan eksperimen perilaku dan memperluas pilihan-pilihan konseli dengan menggunakan permainan peran kebalikan

3. *The existention encounter*

- a) Menghadapi hal-hal yang tidak diketahui dan mempercayai regulasi diri untuk berkembang dengan menggunakan teknik *memaknakan impian* yaitu memberikan interpretasi impian
- b) Memberikan materi tentang makna kegagalan untuk memuat suatu keputusan eksistensial agar terus hidup dan terus berjalan
- c) Membuat hubungan perbaikan yang terus-menerus berkembang

4. *Interration*

- a) Membuat kembali pola-pola hidup pemahaman baru
- b) Memfokuskan pada perbuatan kontrak relasi yang memuaskan dengan menerapkan materi fokus. Materi fokus dengan cara mengilustrasikan solat dengan cara yang baik. Islam mengartikan fokus dengan istilah *khusyu*
- c) Membuat konseli menerima ketidakpastian dan kecemasan yang dapat menghasilkan makna-makna baru

5. *Ending*

- a) Pemahaman kembali isu-isu yang ada
- b) Merayakan apa yang telah dicapai konseli
- c) Menerima apa yang belum dicapai konseli
- d) Melakukan antisipasi dan perencanaan terhadap krisis masa depan
- e) Membiarkan konseli pergi dan terus melanjutkan hidup

F. Penutup

Konseling Gestalt berbasis Islam sebagai pendekatan hasil rekonstruksi konsep dan praktik terapi gestalt Gestalt Frederik S. Perls, dengan konsep kesadaran penuh (*full awareness*), kontak penuh (*full contac*) dan dukungan penuh (*full support*). Model konseling Gestalt berbasis Islam menggunakan *small group* dan konseling individu sebagai penanganan lanjutan. Bimbingan dilakukan dengan memasukkan unsur-unsur Islam sebagai upaya membentengi pola pikir peserta didik terhadap hal yang salah dan menyadarkan siswa sebagai makhluk Tuhan yang berakal dan makhluk sosial yang tidak mampu hidup tanpa lingkungan.

G. Daftar Pustaka

- Agustiani, Hendrianti, (2009), *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja)*, Bandung: PT Refika Aditama.
- Corey, Gerald, (2005), *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi*, Terjemahan oleh E. Koeswara. Jakarta: Eresco.
- D. Gunarsa, Singgih, (1996), *Konseling dan Psikoterapi*, Jakrta: BPK Gunung Mulia.
- Dahlan, Abdul Choliq, (2009), *Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Dradjat, Zakiah, (1982), *Penyesuaian Diri (Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental)*, Jakarta: Bulan Bintang.
- Fahmi, Mustofa, (1982), *Penyesuaian diri*, Jakarta: Bintang.
- Hadi, Sutrisno, (1987), *Metodologi Reseach*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas UGM.

- Hartono, Sunarto Agung, (1999), *Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Rineke Cipta.
- M.A, Subandi, (2002), *Psikoterapi*. Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM:Pustaka Pelajar.
- Musnawar, Tohar, (1992), *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: UII Press.
- Schultz, Duane, (1991), *Psikologi Pertumbuhan (Model-Model Kepribadian Sehat)*, Yogyakarta: Kanisius.
- Sugiyono, (2010), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sutoyo, Anwar, (2003), *Bimbingan & Konseling Islam (Teori dan Praktik)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- W. Creswell, John, (2012), *Reserch Design Pendekatan Kualitatis, Kuantitatif dan Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.