

**IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL DALAM  
MENGATASI SISWA RENDAH DIRI  
(Studi Kasus Siswa X Cacat Tunanetra di Sekolah Menengah  
Pertama Iskandar Said Surabaya)**

Masyhudi Ahmad & Chusnul Muallifah<sup>1</sup>

***Abstrak:** Permasalahan yang dikaji dalam skripsi ini adalah pelaksanaan bimbingan konseling dengan terapi eksistensial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan pelaksanaan terapi eksistensial dalam membantu masalah siswa yang rendah diri karena kekurangan pada fisiknya, yaitu cacat tunanetra. Subyek penelitian ini adalah seorang siswi penyandang cacat tunanetra sejak lahir yang sekarang duduk di kelas IX di SMP Iskandar Said Surabaya yang mengalami rendah diri karena cacat tunanetra yang disandangnya. Instrumen pengumpulan data melalui observasi dan wawancara. Berdasarkan dari hasil penelitian ini adalah terdapat siswa yang merasa rendah diri dikarnakan cacat fisik, dan setelah dilaksanakan terapi eksistensial siswa tersebut mengalami perubahan keranah yang positif, siswa mulai terbuka dalam bergaul dengan teman-temannya, tidak lagi mudah tersinggung, bisa menerima kekurangan yang ada pada dirinya. Serta dapat berfikir positif dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Jadi, dapat disimpulkan dengan terapi eksistensial siswa yang rendah diri merasa terbantu. Yaitu siswa menjadi lebih bersemangat dalam belajar dan berteman dan juga dapat membantu perkembangan psikologisnya.*

***Key Kunci:** Terapi Eksistensial, Siswa Rendah Diri, Cacat Tunanetra, SMP Iskandar Said.*

### **Pendahuluan**

Semua manusia menginginkan kondisi dirinya itu sehat dan normal tanpa adanya suatu cacat pada dirinya, sehingga dapat bergaul ditengah-tengah masyarakat, dapat belajar, bermain, bekerja tanpa merasa malu dan minder. Salah satunya adalah anak tunanetra yang merupakan

---

<sup>1</sup> Dosen Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah Sunan Ampel Surabaya & Mahasiswa konsentrasi Bimbingan Konseling pada jurusan yang sama.

salah satu bagian dari anak berkebutuhan khusus (ABK) yang mengalami kecacatan fisik terutama pada penglihatan.

Pandangan negatif dari masyarakat terhadap kecacatan menyebabkan citra diri yang negatif dari anak tunanetra.<sup>2</sup> Persoalan yang dihadapi oleh anak tersebut menjadi semakin rumit. Hal itu membuat anak tunanetra selain harus mengatasi hambatan yang muncul dari dirinya sendiri, tapi ia juga harus menghadapi pula berbagai tantangan atau rintangan yang datang dari lingkungan sekitarnya.

Semakin bertambahnya permasalahan, sehingga membuat anak tunanetra menjadi kelompok yang rentan terpinggirkan dari kehidupan sosialnya dan pendidikan.<sup>3</sup> Seolah-olah mereka bukan bagian dari anggota masyarakat dan dianggap tidak membutuhkan hal tersebut.

Anak tunanetra adalah anggota masyarakat juga, sama-sama makhluk tuhan yang membutuhkan banyak hal sebagaimana manusia lainnya agar mampu mengisi kehidupannya secara mandiri sesuai dengan kemampuan dan kebutuhannya.<sup>4</sup>

Berdasarkan keadaan anak tunanetra yang termasuk dari bagian anak berkebutuhan khusus (ABK), mereka membutuhkan alat agar dirinya mampu mengatasi hambatan yang dialaminya dan mampu hidup mandiri sesuai dengan kemampuan dan kebutuhannya. Alat itu diantaranya adalah melalui pendidikan. Dengan pendidikan diharapkan ABK memperoleh bekal hidup dan mencapai perkembangan yang optimal.

Namun, dengan menumpuknya berbagai permasalahan yang dihadapi oleh ABK, tidaklah cukup melalui pendidikan dengan proses belajar mengajar di kelas. ABK juga butuh layanan yang mendukung kepada keberhasilan belajar dan layanan yang memandirikan untuk mencapai perkembangan yang optimal. Layanan itu adalah bimbingan dan konseling.

Kebutuhan ABK sama dengan kebutuhan anak-anak lain pada umumnya yaitu kebutuhan jasmani dan rohani. Tapi ada hal-hal khusus yang membutuhkan penanganan khusus, biasanya berkaitan dengan kelainan atau kecacatan yang disandangnya. Di dalam prosesnya dapat berupa pendidikan, pembelajaran yang mendidik dan memandirikan, terapi, layanan bimbingan dan konseling, layanan medis, dan lain-lain.

---

<sup>2</sup> Nur'aeni, *Intervensi Dini Bagi Anak Bermasalah* (Rineka Cipta: Jakarta: 1997), hal. 24

<sup>3</sup> Sutjihati Somantri, *Psikologi Anak Luar Biasa* (Bandung: Refika Aditama, 2006), hal. 85.

<sup>4</sup> Dafid Smith, *Inklusi* (Bandung: Nuansa, 2006), cet. Ke-1, hal. 43.

Penanganan itu tentunya dilakukan oleh profesi yang sesuai dengan bidangnya. Artinya akan banyak ahli yang terlibat dalam rangka memenuhi kebutuhan ABK itu. Para ahli dari berbagai bidang berkolaborasi memberikan layanan yang terbaik untuk memenuhi kebutuhan ABK agar berkembang secara optimal.<sup>5</sup>

Seperti dalam kasus salah seorang siswi SMP Iskandar Said yang duduk di kelas IX (sembilan) yang mengalami gangguan penglihatan (cacat tunanetra). Sebut saja siswa ini bernama X. X adalah seorang siswi yang memiliki keterbatasan fisik yaitu salah satu panca inderanya tidak dapat berfungsi total.

Dalam kesehariannya, X merasa dirinya tidak memiliki kelebihan, menarik diri dari teman-temannya disekolah, cenderung mengucilkan diri, diam, murung bahkan dia juga sangat jarang bergaul dengan teman-teman sekelasnya. Dia merasa rendah dibanding teman-temannya yang normal dan merasa tidak memiliki potensi yang bermakna. X termasuk anak yang perlu mendapatkan terapi konseling supaya dia tidak lagi merasa rendah diri.

Konsep utama Eksistensial adalah kebebasan dan tanggung jawab. Manusia disamping ada keunikan diri sendiri, ia "manusia" tidak lepas dari keberadaan orang lain. Gejala alienasi (penyimpangan) merupakan gejala keterasingan dengan diri sendiri, dengan lingkungannya, atau dengan Tuhannya, sehingga individu yang bersangkutan kehilangan eksistensi diri.

Terapi eksistensial juga bertujuan membantu klien menghadapi kecemasan sehubungan dengan pemilihan nilai dan kesadaran bahwa tugas manusia adalah menciptakan eksistensinya yang bercirikan integritas dan makna.<sup>6</sup>

Di SMP Iskandar Said Surabaya pada tahun ajaran 2012-2013 terdapat beberapa siswa-siswi yang cacat tunanetra. Dengan kondisi fisik yang mengalami gangguan pada penglihatan, terdapat beberapa siswa-siswi yang merasa rendah diri. Dapat dinilai bahwa mereka yang merasa rendah diri dalam kesehariannya dilingkungan sekolah biasanya menarik diri dari teman-teman, tidak bisa optimis terhadap kemampuan diri sendiri. Salah satunya adalah siswi X, hal inilah yang menarik penulis untuk meneliti

---

<sup>5</sup> <http://www.blogger.com/img/blank.gif>onseling bagi anak berkebutuhan khusus—dalam contoh ini kasus pada anak tunanetra—di sekolah inklusi.

<sup>6</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psioterapi* (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 1992) hal. 85.

bagaimana sebenarnya kondisi psikologis siswi X dan implementasi terapi eksistensial dalam menangani rendah diri siswi X tersebut.

Berkaitan dengan hal tersebut penelitian ini dimaksud sebagai upaya untuk mengetahui terhadap implementasi bimbingan dan konseling dengan terapi eksistensial dalam mengatasi rendah diri siswa cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya.

Problematika penelitian ini adalah: (1) Bagaimana kondisi rendah diri siswa cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya? (2) Bagaimana bentuk layanan terapi eksistensial dalam menangani rendah diri siswa cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya? (3) Apa yang menjadi faktor pendukung dan faktor penghambat dalam pelaksanaan terapi eksistensial dalam menangani rendah diri siswa cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya?.

### Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode Penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat di amati, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh) jadi dalam hal ini tidak boleh mengisolasi individu atau organisasi ke dalam variable atau hipotesis, tetapi memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan.

Menurut Kirk dan Miller mendefinisikan penelitian kualitatif adalah tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan pada manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang lain tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya.<sup>7</sup>

Sedangkan menurut Whitney metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Penelitian deskriptif mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat, serta tata cara yang berlaku, dalam masyarakat serta situasi-situasi tertentu termasuk tentang hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan serta proses-proses yang sedang berlangsung dan pengaruh-pengaruh dari suatu fenomena.

Dalam metode deskriptif, peneliti bisa saja membandingkan fenomena-fenomena tertentu sehingga merupakan suatu stadi komparatif. Penelitian ini digunakan untuk menjawab pertanyaan tentang apa dan bagaimana suatu keadaan (fenomena, kejadian) dan melaporkan

---

<sup>7</sup>Lexy Moloeng, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Rosda Karya, 1994), hal. 3.

sebagaimana adanya. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.<sup>8</sup>

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Gambaran Umum SMP Iskandar Said Surabaya

Yang dimaksud dengan gambaran umum objek penelitian adalah gambaran yang mendiskripsikan situasi dan kondisi dari keberadaan SMP Iskandar Said Surabaya yang sangat erat dengan hubungannya dengan penelitian yang dilakukan.

Penelitian ini dilakukan di SMP Iskandar Said Surabaya yang beralamatkan di Kendangsari Lebar No.33 Surabaya. Sebuah lembaga pendidikan tingkat menengah yang sedang berkembang dan berinovasi dalam peningkatan SDM dan kualitas peserta didiknya di bawah naungan yayasan Iskandar Said Surabaya di wilayah kecamatan Tenggilis Mejoyo Kota Surabaya.

Drs. Moh. Kholil sebagai kepala SMP Iskandar said menuturkan bahwa setiap tahun ajaran baru peserta didik yang masuk selalu meningkat kuantitasnya. Pada tahun ini jumlah siswa dan siswi mencapai 375 orang.<sup>9</sup>

**Tabel 1. Data jumlah peserta didik di SMP Iskandar Said Tahun Ajaran 2012-2013**

KELAS																				
7			Jumlah			8			Jumlah			9			Jumlah			Jumlah		
L	P	J	DK	LK		L	P	J	DK	LK		L	P	J	DK	LK		L	P	J
92	78	170	88	82		59	42	101	60	41		55	49	104	65	39		206	169	375
92	78	170	88	82		59	42	101	60	41		55	49	104	65	39		206	169	375

Sabagai kepala sekolah, pak Kholil mengelola dan mendidik peserta didiknya tidaklah sendiri, terdapat beberapa dewan guru dan karyawan atau staf yang tenaga dan fikiran serta ilmunya yang dibutuhkan di SMP Iskandar Said Surabaya. Adapun data guru beserta karyawan dan staf dapat dilihat pada table dibawah ini.

<sup>8</sup>Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Bogor Selatan, PT Ghalia Indonesia, 2005 ), hal. 54-55.

<sup>9</sup>Kholil, *Wawancara*, Surabaya, 27 Juli 2012.

**Tabel 2. Daftar guru dan karyawan di SMP Iskandar Said  
Tahun ajaran 2012-2013**

No	NAMA	Jabatan	Status	TMT	Mengajar
1	Drs. Moh. Kholil	Kepala Sekolah	GT	16 Januari 1990	AGAMA
2	Dina Pristanti, S.Pd	Wakasak/Walas IX B	GT	17 Juli 1997	IPS/PEMBUKUAN
3	M. Choiron, SE., S.Pd., MM	Ur. Kurikulum	GT	16 Juli 1991	BHS. INGGRIS
4	Asrofil, S.Ag	Ur. Kesiswaan	GT	6 Agustus 2004	AGAMA
5	Drs. H. Suparto, MM	Guru	GT	2 Januari 1990	PKn
6	Komari, S.Ag	Guru/BK	GT	17 Juli 2000	AGAMA
7	Musta'in, S.Pd	Walas VIII C	GT	17 Juli 1997	AGAMA
8	Amintanah, S.Pd	BK/Bendahara	GT	16 Juli 2001	BK
9	M. Sutrisno Hadi, S.Pd	Guru	GT	6 Agustus 2001	PENJAS
10	NurAndayani, S.Pd	Walas VII A	GT	4 Agustus 2004	IPA
11	Kholidun, S.Kom	Guru	GT	25 Juni 2005	KOMPUTER
12	M. Shop'i, S.Pd	Guru/Pemb. OSIS	GT	18 Agustus 2005	IPS/PEMBUKUAN
13	ErikNasyithoh, S.Pd	Walas IX B	GT	1 Agustus 2006	BHS. INDONESIA
14	Sutariyah, S.Pd., MM	Walas IX C	GT	4 Februari 2008	MATEMATIKA
15	HanikUllilik, S.Pd.I	Walas VII B	GT	18 Juli 2008	AGAMA
16	TitinWahyuni, S.Pd	Walas VIII A	GT	14 Juli 2008	BHS. INGGRIS
17	RiyaMartaningtyas, S.Pd	BK	GT	1 Februari 2010	BK
18	Sutarro, S.Pd	Guru	GT	1 Februari 2010	BHS. DAERAH
19	NuriyanaUlfah, S.Pd	Walas VIII B	GT	1 Januari 2010	IPA
20	Dian Maslahah, ST	Guru	GT	12 Juli 2010	SBK
21	EriHartati, S.Pd	Guru	GTT	12 Juli 2010	BHS. INDONESIA
22	DenikNurIslamiyah, S.Pd	Guru	GT	18 Juli 2011	PKn/SBK
23	Sumaryono, S.Pd	Guru	GTT	18 Juli 2011	MATEMATIKA
24	DewiMusyrifah	Tata Usaha	GT	19 Sep 2011	-
25	HariUtomo, ST	PetugasPerpus	GT	12 Juli 2010	-

Yayasan Iskandar Said terdapat beberapa jenjang sekolah dari mulai TK (Taman Kanak-kanak), SD (Sekolah Dasar), dan juga SMP (Sekolah Menengah Pertama). Dari SMP Iskandar Said Surabaya memiliki visi yaitu:

1. Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT,
2. Berilmu pengetahuan dan berprestasi,
3. Menumbuhkembangkan sikap mandiri serta berakhlakul karimah.

Selain visi yang tersebut diatas, SMP Iskandar Said juga memiliki misi sebagai berikut:

1. Memberi bekal ilmu Agama Islam dengan baik dan aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari.
2. Mendidik siswa menghormati, menghargai guru, orang tua, teman dan sesama manusia.
3. Melaksanakan proses belajar mengajar secara optimal.
4. Memberikan bekal keterampilan yang memadai.

### **Analisis Konselor, Klien, dan Masalah**

#### **1. Konselor**

Konselor adalah orang yang mempunyai keahlian atau kewenangan memberikan bantuan atau layanan kepada orang lain yang sedang mengalami masalah dan tidak mampu menyelesaikan diri sendiri sehingga individu tersebut dapat menemukan kembali jati dirinya dengan baik.

Pribadi konselor merupakan instrumen yang menentukan bagi keberhasilan yang positif dari proses bimbingan dan konseling. Kondisi ini akan didukung oleh ketrampilan konselor dalam mewujudkan sikap dasar dalam komunikasi dengan klien.

Disamping kualitas pribadi seorang konselor ketrampilan juga sangat menentukan keberhasilan bimbingan dan konseling. Seperti halnya dalam proses bimbingan dan konseling yang menggunakan terapi eksistensial. Salah satu ketampilan konselor dalam mengatasi masalah rendah diri yang dialami siswi penyandang cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya.

Perpaduan antara pribadi dan ketrampilan yang sesuai, dapat membantu keaktifan dan keefektifan kerja konselor yang pada akhirnya akan membuka peluang adanya hasil-hasil positif dalam bimbingan dan konseling yaitu klien dapat berkembang dan berbuat sesuatu lebih maju, sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan terapi eksistensial dalam hal ini yang bertindak sebagai konselor adalah:

Nama	: Amintanah, S.Pd
Tempat, Tanggal lahir	: Surabaya, 12 Desember 1969
Alamat	: Kendangsari VIII/5 Surabaya
Pendidikan	: SI/TRI TUNGGAL/PKN
Jabatan	: Guru BK/Bendahara
Status	: Guru Tetap
Mengajar	: BK

Dalam perjalanan beliau menjadi seorang konselor, telah banyak pengalamannya dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling. Karena sebagai seorang guru BK beliau sangat memperhatikan perkembangan siswa-siswinya baik itu dalam perilaku sehari-hari maupun dalam prestasi belajar, pribadi, sosial, dan karir.

Sebagai seorang guru BK beliau memiliki ketrampilan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling. Selain itu beliau juga sangat dekat dengan siswa-siswinya. Karena prinsip beliau adalah

Guru BK itu selain sebagai konselor juga merupakan teman sekaligus sahabat bagi siswa-siswi, mereka adalah anak-anak yang memiliki perasaan yang perlu dimengerti sesuai dengan usia mereka yang sering kali emosinya belum bisa stabil dan sangat butuh kasih sayang, perhatian dan pengertian.<sup>10</sup>

## 2. Klien

Klien adalah individu (seseorang) yang mengalami masalah pribadi atau sosial, dan tidak mampu mengatasi sendiri permasalahannya itu, sehingga membutuhkan suatu bantuan dari seseorang yang memang mampu dan kompeten, dalam hal ini yang dimaksud yaitu konselor.

Seperi masalah yang dihadapi oleh seorang siswi penyandang cacat tunanetra yang mengalami rendah diri. Adapun identitas klien yang dijadikan objek adalah sebagai berikut:

Nama	: Linda Ayu Ningtyas (Linda)
Tempat, Tanggal Lahir	: Surabaya, 04 Desember 1997
Alamat	: Jl. Kendangsari Gg. III No. 36
Nama Ayah	: Purwanto
Nama Ibu	: Linda Kustini
Alamat Orang Tua	: Jl. Kendangsari Gg. III No. 36 Surabaya

<sup>10</sup>Amintanah, *Wawancara*, Surabaya, 6 Juli 2012.

Linda adalah siswi SMP Iskandar Said yang sekarang duduk dibangku kelas IX-C. Linda memiliki kekurangan fisik yaitu cacat tunanetra yang disandangnya sejak lahir. Linda merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Ayahnya bekerja sebagai wiraswasta, sedangkan ibunya hanyalah sebagai ibu rumah tangga.

Setiap hari linda pergi ke sekolah dengan jalan kaki. Meskipun linda memiliki kekurangan fisik (cacat tunanetra) tetapi dia gemar menabung dan bercita-cita ingin menjadi Dokter. Dalam kesehariannya kegiatan linda hanyalah sekolah, belajar dan mengaji dirumah. Dia mengaku jarang bermain dengan teman-teman disekolah maupun dirumah. Dia lebih memilih untuk berdiam sendiri sambil sesekali melamun.<sup>11</sup>

### 3. Masalah

Masalah adalah sesuatu yang menghambat atau merintangikan dalam usaha mencapai tujuan. Masalah yang sedang dihadapi oleh klien adalah perasaan rendah diri yang disebabkan karena kekurangan fisik yaitu cacat tunanetra.

Perasaan rendah diri ini menyebabkan terhambatnya perkembangan klien, baik dari segi pribadi, sosial maupun belajar. Perasaan rendah dirinya juga mengakibatkan keragu-raguan dalam menunjukkan potensi diri yang dimiliki, dapat menumbuhkan penilaian diri negatif, sehingga selalu merasa dirinya tidak mampu yang mengakibatkan dirinya tidak eksis.

Dari perasaan rendah diri yang dimiliki klien menyebabkan dirinya merasa kesepian dan kurang berkomunikasi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari disekolah maupun dilingkungan rumahnya

## **Analisis Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dengan Terapi Eksistensial dalam Mengatasi Rendah Diri Siswa Cacat Tunanetra**

### 1. Kondisi klien sebelum memperoleh terapi

Klien merupakan siswa yang periang dan mudah diajak bicara. Akan tetapi ada penilaian diri negatif dari dirinya sendiri yang menimbulkan rasa rendah diri. Perasaan rendah diri tersebut menghambat proses perkembangan kreatifitas dan berinteraksi dalam sosialnya, khususnya di lingkungan sekolah.

---

<sup>11</sup>Linda, *Wawancara*, Surabaya, 8 Agustus 2012.

Perasaan rendah diri yang dialami klien membawa akibat pada pola perilaku sehari-hari. Klien mudah tersinggung, sering menyendiri dan jarang sekali bermain atau berkumpul dengan teman-temannya baik disekolah maupun teman-temannya dirumah. Klien banyak menghabiskan waktunya dengan menyendiri.

## 2. Pelaksanaan Studi Kasus Bimbingan dan Konseling dengan Terapi Eksistensial dalam Mengatasi Rendah Diri Siswa Cacat Tunanetra.

### *Langkah Analisis*

Dalam langkah ini konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber atau responden yang mempunyai kaitan atau hubungan dengan klien. Disamping wawancara, konselor juga melakukan pengamatan atau observasi pada tingkah laku klien.

Dari hasil pengamatan konselor terhadap klien diperoleh dari Ibu Dina selaku guru mata pelajaran yang cukup mengenal klien menuturkan bahwa:

"Klien termasuk siswi yang pendiam dan selalu serius dalam pelajaran. Meskipun waktu istirahat, klien tidak banyak diluar kelas, setelah waktu istirahat maka klien langsung kembali ke kelas. Dari caranya berjalan dan berbicara juga menunjukkan kalau dia ragu dan kurang PD (percaya diri)."<sup>12</sup>

Dari hasil wawancara dengan Ibu Amintanah selaku guru BK mengenai tingkah laku Linda selama ini menurut beliau menjawab<sup>13</sup>

Bu Amintanah : Sebenarnya Linda itu merupakan salah satu siswa di sekolah ini yang tergolong kuper (kurang pergaulan)

Penanya : Kok bisa Ibu?

Bu Amintanah : Iya mbak, karna dia itu jarang berbicara ataupun jalan sama teman-temannya, teman-temannya sendiri yang bilang ke saya meskipun sudah diajak tapi Linda menolak ajakan teman-temannya, Linda juga anak yang memiliki perasaan sensitif, dia mudah tersinggung.

Penanya : Sejak kapan Linda bersikap seperti itu bu?

Bu Amintanah : Saya itu sudah mengenal Linda sejak dia kelas VII dan sampai dia kelas IX ini masih saja sering

<sup>12</sup>Ibu Dina, *Wawancara*, Surabaya, 14 Juni 2012.

<sup>13</sup> Amintanah, *Wawancara*, Surabaya, 31 Juli 2012.

- menarik diri dari teman-temannya, dia itu merasa rendah dibanding dengan teman-temannya yang lain.
- Penanya : Begitu ya Ibu! Menurut ibu apa yang menyebabkan linda minder dengan teman-temannya yang lain?
- Bu Amintanah : Sebenarnya linda itu tidak tergolong anak yang pendiam, tetapi ada perasaan minder (rendah diri) pada dirinya karena matanya yang cacat (tunanetra) sejak lahir hingga sekarang. Rasa rendah diri pada diri linda ini termasuk rendah diri yang ditutup-tutupi sehingga orang lain sulit untuk mengetahuinya.
- Penanya : Kemudian langkah apa yang ibu ambil dalam masalah linda yang merasa rendah diri karena cacat tunanetra itu bu?
- Bu Amintanah : Saya berusaha membantu linda supaya perasaan rendah dirinya itu hilang atau sembuh ya dengan terapi konseling mbak, yaitu dengan terapi eksistensial.
- Penulis : Mengapa Ibu menggunakan terapi eksistensial dalam menangani rendah diri linda alasannya apa?
- Bu Amintanah : Saya sudah sering menggunakan terapi konseling ini untuk menangani siswa yang merasa rendah diri alias minder karena banyak sebab, seperti kurang mampu dalam perekonomian, persahabatan antar siswa, kurang pandai dalam pelajaran dan juga karna kekurangan fisik.

Setelah memperoleh informasi dari Ibu Amintanah selaku konselor linda, lalu peneliti menanyakan kepada klien (linda).<sup>14</sup>

- Penanya : Linda matanya sakit seperti ini sudah lama?
- Linda : Sudah, sejak lahir (duduk dengan kepala menunduk, menjawab dengan singkat sambil membenarkan jilbab)
- Penanya : Keluarga kamu apakah juga ada yang memiliki kekurangan yang sama dengan kamu?

---

<sup>14</sup>Linda, *Wawancara*, Surabaya, 18 Agustus 2012.

- Linda : Enggak,  
Penanya : Apakah selama ini linda pernah diperiksakan dan kira-kira penyebabnya apa?  
Linda : Enggak pernah (menjawab sambil menggelengkan kepala)  
Penanya : Siapa teman terdakat kamu?  
Linda : Ndak ada (tertunduk sambil menggelengkan kepala)  
Penanya : Masak tidak punya sahabat atau teman dekat, kan kamu sekarang sudah naik kelas IX, biasanya ya punya, entah cowok atau cewek, kan kamu sekolah disini sudah dua tahun lebih kan?  
Linda : Enggak punya mbak, dari kelas VII saya enggak punya teman dekat.  
Penanya : Kalau dirumah?  
Linda : Juga enggak ada (sambil menggelengkan kepala dan memainkan ujung jilbab)  
Penanya : Trus kamu kalau main sama siapa linda?  
Linda : Enggak pernah main, kalau istirahat biasanya ya cuma diam dikelas, kalau diajak teman jajan atau keluar kelas tidak mau.  
Penanya : Kenapa kamu menolak ajakan mereka?  
Linda : Enggak kenapa-kenapa, cuma malu karna mata saya dan rasanya enggak pantes saya jalan sama mereka

#### *Langkah Sintesis*

Langkah ini merupakan suatu langkah dimana konselor mengadakan pemilihan terhadap sumber data atau informasi yang dipilih sesuai dengan kebutuhan dan masalah yang sedang dihadapi atau berada dalam proses bimbingan dan konseling. Dari beberapa data yang diperoleh pada langkah analisis sebelumnya, maka dapat diambil konklusi sebagai berikut:

Secara umum klien merasa rendah diri akibat cacat tunanetra yang dimiliki serta tekanan yang dirasakan oleh klien cukup berat dari ibunya supaya linda selalu menjadi yang terbaik tanpa memperhatikan kondisi kejiwaan linda yang sensitif dan tentunya anak seusianya juga membutuhkan seseorang untuk

berbagi keluhan atau tempat untuk mengemukakan permasalahan yang mungkin terjadi pada usia remaja seperti Linda.

Kondisi semacam ini menimbulkan ia kurang dapat beradaptasi baik dilingkungan sekolah maupun dilingkungan rumahnya. Akibat ketidakmampuannya untuk bersosialisasi ini membuat ia cenderung berdiam diri dikelas dan selalu ragu-ragu dalam menunjukkan potensi dirinya kepada orang lain.

#### *Langkah Diagnosis*

Diagnosis merupakan kesimpulan dari pokok masalah yang dihadapi klien, perasaan rendah diri yang dialami oleh klien tersebut disebabkan oleh dua faktor, yaitu:

a. Faktor Intern

Faktor ini timbul dari diri klien sendiri. Yang menjadi faktor intern disini adalah karena klien tidak mempunyai kesadaran bahwa dirinya mampu bergaul dengan siapapun dan dimanapun. Disamping itu juga klien tidak menyadari akan kemampuan yang dimiliki, meskipun secara fisik klien cacat tapi masih mempunyai kelebihan yang dapat dikembangkan.

b. Faktor Ekstern

Tuntutan orang tuanya yang menginginkan ia mendapat nilai yang tinggi yang membuat ia mengira keluarganya tidak yakin dengan kemampuannya. Disamping itu juga menimbulkan keraguan klien pada kemampuannya yang dimiliki karena klien selalu merasa tidak mampu berbuat seperti apa yang diinginkan.

#### *Langkah Prognosis*

Langkah prognosis merupakan langkah untuk menentukan jenis alternatif pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien sesuai masalah yang dihadapi.

Bantuan-bantuan tersebut adalah berupa nasehat keagamaan demi terwujudnya kebahagiaan dan ketenangan hidup didunia dan diakhirat. Jenis bantuan yang dapat diberikan antara lain:

- a. Memberikan bantuan atau pertolongan kepada klien berupa keterangan tentang kenyataan hidup yang dialami klien ditakdirkan oleh Allah SWT dalam keadaan cacat

- b. Mengajukan kepada klien untuk lebih mandiri tanpa harus bergantung dari motivasi atau dorongan dari orang lain, meskipun fisiknya cacat tidaklah menjadi penghalang bagi dirinya untuk mengembangkan dan menunjukkan potensi diri yang dimiliki dalam bentuk aktifitas yang kreatif selagi ada kesempatan.
- c. Mengarahkan kepada klien untuk lebih berserah diri dan berdoa kepada Allah SWT supaya diberi kekuatan dalam menghadapi cobaan hidup di masa mendatang serta menerima dengan lapang dada akan kekurangannya yang dimiliki tanpa harus takut pada siapapun.

#### *Langkah Treatment*

Langkah treatment merupakan langkah inti dari pelaksanaan konseling yang dilakukan oleh konselor (bu Amintanah) kepada klien (Linda) yang mengalami rendah diri akibat kondisi fisiknya yang cacat. Terapi yang akan dilakukan oleh konselor tentunya disesuaikan prognosis yang telah dibuat sebelumnya pada pelaksanaan konseling ini, konselor memanggil klien untuk datang ke ruang konseling.

Terapi yang digunakan oleh konselor dalam menangani masalah rendah diri ini adalah terapi eksistensial, alasan menggunakan terapi ini adalah mengingat yang menjadi masalah yang dihadapi klien adalah masalah rendah diri sesuai dengan terapi eksistensial yang mana terapi ini membantu menyadarkan klien akan eksistensinya di dunia ini.

Pelaksanaan terapi terbagi menjadi tiga tahapan, yaitu:

- a. Tahap pertama: memberikan bantuan atau pertolongan kepada klien yang merupakan keterangan tentang kenyataan hidup yang dialami, Linda telah ditakdirkan dalam keadaan cacat pada matanya.
- b. Tahap kedua: memberikan dorongan kepada klien agar bersemangat dalam menjalani hidup serta bergaul dengan lingkungan sosialnya yaitu teman-temannya di sekolah maupun di rumah. Dan memberikan pemahaman kepada klien bahwa setiap manusia pada dasarnya sama-sama memiliki kekurangan dan kelebihan yang berbeda-beda satu dengan yang lainnya.
- c. Tahap terakhir dari proses konseling ini adalah mengarahkan klien untuk lebih berserah diri dan selalu memohon kepada

Allah SWT supaya diberi kekuatan dalam menghadapi cobaan-cobaan hidup dimasa mendatang, serta menerima dengan lapang dada akan kekurangan yang dimiliki tanpa harus takut pada siapapun.

#### *Langkah Follow Up*

Tindak lanjut dari proses konseling yang telah dilakukan konselor sebelumnya adalah tahapan tentang pemantauan konselor pada tingkah laku klien sehari-hari disekolah khususnya dikelas. Disamping itu konselor juga menanyakan kepada orang-orang yang dapat memberikan informasi tentang keadaan klien.

Dari hasil pengamatan konselor selama ini, hampir tujuh hari ini, tampaknya klien semakin hari semakin menunjukkan perubahan ke arah tingkah laku yang lebih baik dari sebelumnya. Dengan teman-temannya disekolah klien mulai banyak bergaul, meskipun terkadang masih lebih senang berada didalam kelas saat istirahat.

Dengan perubahan yang sedikit demi sedikit muncul dari diri klien, konselor cukup bangga kepada klien yang ternyata dapat menerima nasehat yang telah diberikan.

#### *Kondisi Klien Setelah Mendapat Terapi Eksistensial*

Setelah mendapatkan bantuan bimbingan dan konseling yang berupa terapi eksistensial, terdapat perubahan perilaku yang tampak dari diri klien, dalam kesehariannya disekolah khususnya dikelas klien sudah tidak menarik diri dari teman-temannya, dia mulai membuka diri dengan keluar kelas saat jam istirahat, dan tampak kebangkitan hidup positif yang terlihat dari wajahnya.

### **Analisa Hasil Bimbingan dan Konseling dengan Terapi Eksistensial**

Dari penjelasan mengenai analisa proses bimbingan dan konseling yang dilakukan konselor dalam menangani rendah diri yang dialami klien telah sesuai dengan teori yang ada dalam terapi eksistensial.

Tabel 3. Analisis Deskriptif Komparatif Antara Teori dan Data

No	Teori	No	Data Empiris
1	<p>Dari segi konselor:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mempunyai pengetahuan yang luas</li> <li>b. Memiliki ketrampilan dalam membantu permasalahan klien</li> <li>c. Segi psikologis, bijaksana dalam mengambil keputusan.</li> <li>d. Memegang teguh kode etik konselor</li> </ul>	1	<p>Dari segi konselor:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mempunyai pengetahuan yang luas</li> <li>b. Memiliki ketrampilan dalam membantu klien menghadapi masalah</li> <li>c. Segi psikologis, memiliki jiwa yang matang dan bijaksana dalam mengambil keputusan</li> <li>d. Memegang teguh kode etik konselor</li> </ul>
2	<p>Dari segi klien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Klien harus bermotivasi kuat untuk mencari penyelesaian masalah yang dihadapi, yang disadari sepenuhnya dan mau berbicara dengan konselor</li> <li>b. Klien berani dan mampu untuk mengungkapkan pikiran dan perasaannya serta masalah yang dihadapi.</li> </ul>	2	<p>Dari segi klien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Klien bermotivasi kuat untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dan sadar sehingga terbuka saat berbicara dengan konselor</li> <li>b. Klien cukup berani dan mampu mengungkapkan masalah yang dihadapi serta perasaan yang dialami.</li> </ul>
3	<p>Dari segi masalah:</p> <p>Secara teori masalah dengan memakai terapi eksistensial diantaranya:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Perkawinan dan keluarga</li> <li>b. Pendidikan</li> <li>c. Sistem kemasyarakatan</li> <li>d. Pekerjaan</li> <li>e. Keagamaan</li> </ul>	3	<p>Dari segi masalah :</p> <p>Yaitu masalah pendidikan, perkembangan psikologis dan ketrampilan seorang siswa yang dikarnakan rendah diri akibat cacat tunanetra yang disandanginya sejak lahir.</p>
4	<p>Dari segi teknik terapi eksistensial</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membangkitkan kesadaran diri</li> <li>b. Kebebasan dan tanggung jawab</li> <li>c. Kebutuhanakan orang lain</li> <li>d. Pencarian makna</li> <li>e. Kesadaran kematian</li> <li>f. Perjuangan aktualisasi diri</li> </ul>	4	<p>Dari segi teknik terapi eksistensial</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Membangkitkan kesadaran diri</li> <li>b. Kebebasan dan tanggungjawab</li> <li>c. Kebutuhanakan orang lain</li> <li>d. Pencarian makna</li> </ul>

No	Teori	No	Data Empiris
5	Tahapan studi kasus BK a. Analisis b. Sintesis c. Diagnosis d. Prognosis e. Treatment f. Follow up	5	Tahapan studi kasus BK a. Analisis b. Sintesis c. Diagnosis d. Prognosis e. Treatment f. Follow up

*Keterangan :*

1. Pada umumnya konselor dalam pemberian bantuan dari data empiris sudah dapat memenuhi syarat sebagai seorang konselor yang memberi bantuan pada klien
2. Klien telah memenuhi syarat sebagai individu yang perlu dibantu untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

**Analisa Keberhasilan Pelaksanaan Terapi Eksistensial**

Setelah mengetahui proses pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan terapi eksistensial yang dilakukan konselor kepada klien yang mengalami masalah rendah diri, maka selanjutnya dilakukan analisa tentang keberhasilan dari proses BK yang telah telaksana.

Analisa dibuat dengan menggunakan kondisi klien saat sebelum dan sesudah pelaksanaan BK dengan mengamati pola perilaku yang dapat digambarkan pada tabel analisa berikut ini:

**Tabel 4. Kondisi Klien Saat Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bk**

No	Klien sebelum mendapat terapi	Klien sesudah mendapat terapi		
		A	B	C
1.	Klien pesimis dalam menghadapi masa depannya	√		
2.	Klien selalu merasa kaku dalam pergaulan, karena mereka merasa berprasangka bahwa anggota masyarakat tidak menyukai kehadiran orang-orang cacat ditengah-tengah mereka	√		
3.	Sering murung dan menyendiri	√		
4.	Sulit bergaul	√		
5.	Klien kurangnya rasa percayadiri	√		
6.	Merasa terpaksa mendapat nilai tinggi		√	
7.	Rugu-ragu jika menjawab pertanyaan		√	

	guru dikelas			
8.	Klien sangat malu yang berlebihan pada lingkungan sekitarnya	√		
9.	Klien selalu merasa putus asa dalam menghadapi cobaan hidupnya	√		
10.	Mempunyai cara pandang positif terhadap diri sendiri	√		

Keterangan : A=Tidak B-Kadang-kadang C=Iya

Sebagaimana diketahui dari tabel diatas bahwa terdapat perubahan tingkah laku yang terjadi pada diri klien setelah mendapatkan bantuan bimbingan dan konseling berupa terapi eksistensial. Yaitu klien sudah mau bergaul dengan teman-temannya saat jam istirahat, bisa mngendalikan emosi, jarang tersinggung, bisa berfikir positif dalam menghadapi kenyataan hidup. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa upaya konselor dalam menangani perasaan rendah diri siswa cacat tunanetra termasuk baik atau berhasil karena perubahan sikap siswa yang positif.

### Simpulan

Berdasarkan analisis data yang ada pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Proses pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan terapi eksistensial dalam menangani siswa rendah diri karena cacat tunanetra adalah dengan pemberian nasehat dan *sharing* (saling berbagi cerita), dimana konselor berusaha menunjukkan bahwa keyakinan klien atas eksistensinya itulah yang menjadikan klien menjadi percaya diri, menyadarkan klien untuk bertanggung jawab dalam menyelesaikan masalahnya dengan cara berfikir yang yang positif dan mengembangkan pandangan eksistensinya.
2. Hasil akhir dari bimbingan konseling dengan terapi eksistensial dalam menangani siswa rendah diri karena cacat tunanetra di SMP Iskandar Said Surabaya sudah dapat dikatakan berhasil. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya perubahan tingkah laku klien setelah mendapat terapi.

### Daftar Pustaka

- Ali, Suyuti. *Metode Penelitian Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Arikunto, Suharsini. *Prosedur Penelitian Melalui Praktek*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2002.
- Brata, Sumardi Surya. *Psikologi kepribadian*, Jakarta: Prenada Putra. 1990.
- Corey, Gerald. *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*, Bandung: Eresco. 1988.
- Harjana, Mangun. "Mengatasi Hambatan-Hambata Kepribadian" Jakarta: Kanesius. 1993.
- Mappiare, Andi. *Pengantar Konseling dan Psioterapi*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 1992.
- Misiak, Henry. & virginia Staudt, *psikologi femonologi, eksistensi, dan humanistik*, Bandung: Refika Aditama: 1988.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Rosda Karya, 2007.
- \_\_\_\_\_. *Metodologi Penelitian Kualitatif* Bandung: PT Rosda Karya, 1994.
- Nazir, Moh. *Metode Penelitian Bogor Selatan*: PT Ghalia Indonesia, 2005.
- Nur'aeni, *Intervensi Dini bagi Anak Bermasalah*, Jakarta: Rineka Cipta. 1997.
- Pengertian Rendah Diri dan Cara Mengatasinya | belajar psikologi.com: diakses pada tanggal 7 Juli 2012
- Phillips, Arthur Angel (January 2006). A. A. Phillips on The Cultural Cringe. Melbourne University Publishing.
- Smith, Dafid. *Inklusi*, Bandung : Nuansa, 2006, cet. Ke-1
- Somantri, Sutjihati. *Psikologi Anak Luar Biasa*, Bandung: Refika Aditama, 2006.
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : PT IKPI, 2008.
- Suhaeri HN. *Bimbingan Konseling Anak Luar Biasa*. Jakarta: Depdikbud. 1996.
- Suprayogo, Imam. *Metode Penelitian Sosial Agama*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001.
- Suyuti, Ali. *Metode Penelitian Agama*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- [http://www.belajar-psikologi.com/Pengertian Rendah Diri dan Cara Mengatasinya](http://www.belajar-psikologi.com/Pengertian-Rendah-Diri-dan-Cara-Mengatasinya) | diakses tanggal 7 Juli 2012
- <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/>diakses pada tanggal 8 Juli 2012
- <http://id.shvoong.com/medicine-and-health/epidemiology-public-health/2196637-pengertian-tuna-netra/#ixzz1xqArCOW9/> diakses pada tanggal 13 Mei 2012

<http://id.shvoong.com/medicine-and-health/epidemiology-public-health/2196709-jenis-jenis-tunanetra/#ixzz1yrcJY0JX/> diakses pada tanggal 16 Mei 2012

<http://syarifah-mimien.blogspot.com/2005/03/terapi-eksistensial-humanistik.htm> /diakses pada tanggal 26 Juni 2012

<http://www.blogger.com/img/blank.gif>onseling bagi anak berkebutuhan khusus—dalam contoh ini kasus pada anak tunanetra—di sekolah inklusi.

[http://www.freewebs.com/santayasa/pdf2/Penelitian\\_Tindakan\\_Kelas](http://www.freewebs.com/santayasa/pdf2/Penelitian_Tindakan_Kelas). diakses tanggal 08 Maret 2012

<http://www.psikologizone.com/konseling-terapi-pendekatan-eksistensial/06511676/>diakse pada tanggal 26 Juni 2012