

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### KERANGKA TEORITIS

#### A. Konsep Teoritis

##### 1. Kepercayaan Diri

###### a. Pengertian Kepercayaan Diri

Orang yang dikatakan memiliki kepercayaan diri adalah orang yang puas dengan dirinya. Orang yang puas dengan dirinya ialah orang yang merasa mengetahui dan mengakui ketrampilan dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam kehidupan bersosial.<sup>14</sup>

Rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya". Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Siswa yang mempunyai rasa percaya diri tinggi dapat memahami kelebihan dan kelemahan yang dimiliki. Kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya merupakan hal yang wajar dan sebagai motivasi untuk mengembangkan kelebihan yang dimilikinya bukan dijadikan penghambat atau penghalang dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

###### b. Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri

Kepercayaan diri yang melekat pada diri individu bukan bawaan

---

<sup>14</sup> Nunur Yuliana R. *Loc. Cit.*

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sejak lahir atau turunan anak melainkan hasil proses belajar bagaimana merespon berbagai rangsangan dari luar melalui interaksi dengan lingkungannya. Kita sering merespon berbagai rangsangan atau fenomena dari luar kemudian kita mempersepsikannya. Bila kita mempersepsikan secara negatif dalam melakukan sesuatu, maka yang ditimbulkan adalah perasaan yang tidak menyenangkan kemudian timbul perasaan untuk menghindarinya.<sup>15</sup> Rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses, diantaranya:

- 1) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- 2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- 3) Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.<sup>16</sup>

Kekurangan pada salah satu proses tersebut, menjadikan seseorang mengalami hambatan untuk mendapatkan rasa percaya diri. Misalnya saja individu yang mengalami hambatan-hambatan dalam perkembangannya ketika bersosialisasi akan menjadikan individu tersebut menjadi tertutup dan rendah diri yang pada akhirnya menjadi kurang percaya diri.

<sup>15</sup> Hendra Surya. *Loc. Cit* h. 2

<sup>16</sup> Thrusan, Hakim. *Op. cit*, h. 2

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## c. Ciri Percaya Diri

Menurut ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi antara lain:

- 1) Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
- 2) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- 3) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
- 4) Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- 5) Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
- 6) Memiliki kecerdasan yang cukup.
- 7) Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing.
- 8) Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- 9) Memiliki latar belakang pendidikan yang baik.
- 10) Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
- 11) Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.<sup>17</sup>

<sup>17</sup> *Ibid*, h.5

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## d. Jenis Kepercayaan Diri

Angelis mengemukakan ada tiga jenis kepercayaan diri, yaitu kepercayaan diri tingkah laku, emosional dan spiritual.

- 1) Kepercayaan diri tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik tugas-tugas yang paling sederhana hingga yang bernuansa cita-cita untuk meraih sesuatu.
- 2) Kepercayaan diri emosional adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.
- 3) Kepercayaan diri spiritual adalah keyakinan individu bahwa setiap hidup ini memiliki tujuan yang positif dan keberadaannya kita punya makna.<sup>18</sup>

## e. Sumber Rasa Tidak Percaya Diri

Rasa percaya diri ditandai dengan adanya kelemahan-kelemahan yang ada dalam diri individu dan menghambat dalam pencapaian tujuan hidup, misalnya saja mencapai prestasi belajar. Ada beberapa kelemahan yang menjadi sumber rasa tidak percaya diri diantaranya: kelainan fisik atau cacat, ekonomi kurang, status sosial, kurang cantik bagi yang perempuan dan kurang tampan bagi yang laki-laki, status dalam pernikahan, sering mengalami kegagalan, kalah dalam persaingan, intelektual yang kurang, pendidikan yang rendah, perbedaan lingkungan, tidak supel (tidak mudah bergaul), kurang siap dalam menghadapi situasi dan kondisi, mudah mengalami kecemasan, penakut, sering gugup, mutu

<sup>18</sup> Angelis, Barbara. *Confidence (Percaya Diri)*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama), 2003, h. 58

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pendidikan yang kurang baik, sering menghindar atau pemalu, tidak bisa menarik simpati orang lain.<sup>19</sup>

## 2. Siswa Terisolir

### a. Pengertian Terisolir

Anak yang terisolir adalah anak yang tidak mempunyai sahabat di antara teman sebayanya dalam suatu kelompok. Isolasi atau *isolate* itu sendiri dibagi menjadi dua macam, yaitu *voluntary isolate* dan *involuntary isolate*. *Voluntary isolate* adalah suatu perbuatan yang menarik diri dari kelompok karena adanya rasa kurang memiliki minat untuk menjadi anggota suatu kelompok. Sedangkan *Involuntary isolate* adalah sikap atau perbuatan menolak terhadap orang lain dalam kelompoknya meskipun dia ingin menjadi anggota kelompok tersebut. *Involuntary* yang subyektif beranggapan bahwa dia tidak dibutuhkan oleh kelompoknya dan menjauhkan diri dari kelompok, sedangkan *Involuntary* yang obyektif sebaliknya dia benar-benar ditolak oleh kelompoknya.<sup>20</sup>

Sedangkan menurut Kartono dan Dali Gulo siswa atau anak terisolasi yakni seseorang yang memiliki hubungan sosial yang sangat kurang atau sangat dangkal, bisa dikatakan seseorang yang tidak dipilih oleh seseorang pun. Pendapat serupa dikemukakan oleh Winkel yang menyatakan bahwa, siswa yang terisolasi adalah siswa yang terasing akibat tidak banyak mendapat pilihan dan mendapat penolakan paling

<sup>19</sup> Thrusan, Hakim. *Op. cit*, h. 24

<sup>20</sup> Elizabeth B. Hurlock. *Loc. Cit*

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

banyak sehingga hubungan sosialnya rentan. Pendapat sejalan dikemukakan juga oleh Andi Mappiare bahwa anak terisolasi adalah anak yang jarang dipilih atau seling kali mendapat penolakan dari lingkungannya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa, anak atau siswa yang terisolasi adalah anak yang terasing karena menarik diri dari suatu kelompok atau ditolak dari kelompok tersebut karena kurangnya pemilih.

#### 1) Ciri-ciri Anak Terisolasi

Merujuk pada pengertian- pengertian di atas ada beberapa ciri-ciri seseorang bisa dikatakan terisolasi, antara lain:

- a) Bersifat minder
- b) Senang mendominasi orang lain
- c) Bersifat egois
- d) Senang menyendiri/mengisolasi diri
- e) Kurang memiliki perasaan tenggang rasa
- f) Kurang memperdulikan norma dan perilaku
- g) Ragu-ragu
- h) Tidak bersemangat.<sup>21</sup>

Adapun selain ciri-ciri di atas terdapat ciri-ciri lain menurut pandangan Elizabeth B. Hurlock yaitu:

- a) Penampilan diri yang kurang menarik

<sup>21</sup>Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya), 2000, h. 126

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b) Kurang sportif
  - c) Penampilan yang tidak sesuai dengan standar teman
  - d) Prilaku yang menonjolkan diri, mengganggu orang lain, suka memerintah, tidak bekerjasama dan kurang bijaksana
  - e) Mementingkan diri sendiri dan mudah marah
  - f) Status sosial ekonomi berada di bawah sosio-ekonomi kelompok
  - g) Tempat yang terpencil dari kelompok
- 2) Faktor- faktor yang Mempengaruhi Isolasi

Ada beberapa faktor yang membuat seseorang ditolak oleh kelompoknya:

- a) Penampilan dan perbuatan
  - b) Kemampuan fikiran
  - c) Sikap dan sifat
  - d) Faktor rumah yang terlalu jauh dari kelompoknya.
- 3) Sebab dan Dampak Terisolir

Menjadi terisolasi dari lingkungan pasti ada sebab dan akibatnya dan dampaknya akan mengalami tekanan- tekanan baik itu dari luar maupun dari dalam diri sendiri serta akan berdampak tidak baik bagi seseorang. Gunarsah menjelaskan masalah anak yang terisolasi itu disebabkan ketidakmampuan individu dalam memahami siapa dirinya.<sup>22</sup> Sedangkan hakim mengatakan bahwa anak terisolasi itu karena ketidakmampuan individu dalam menyesuaikan diri atau

<sup>22</sup> Singgih, Gunarsah. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2003, h. 215

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berinteraksi dengan lingkungan.

Akibat yang terjadi pada anak yang terisolir adalah:

- a) Akan merasa kesepian karena kebutuhan sosial tidak terpenuhi
- b) Tidak bahagia dan tidak aman
- c) Menimbulkan kepribadian menyimpang
- d) Kurang pengalaman belajar bersosialisasi
- e) Merasa sedih karena tidak merasakan kegembiraan teman sebaya
- f) Memperkecil peluang keterampilan sosialnya
- g) Hidup dalam ketidakpastian, merasa cemas, takut, sangat peka
- h) Sering melakukan penyesuaian diri secara berlebihan.<sup>23</sup>

### 3. Kursi Kosong

Teknik-teknik dalam konseling gestalt sangat banyak sekali diantaranya yaitu teknik kursi kosong. Teknik kursi kosong memang banyak dikembangkan oleh tokoh konseling salah satunya terapi gestalt yang dikembangkan oleh Frederick pribadi paripurna menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi jika mereka berharap mencapai kematangan. Terapi gestalt berfokus pada apa dan bagaimana-nya tingkah laku dan pengalaman disini dan sekarang dengan memadukan bagian-bagian kepribadian yang tak pernah dan tidak diketahui.

Kursi kosong sebagai sebuah eksperimen sesuai dengan namanya menggunakan kursi kosong sebagai sarana untuk memperkuat proses eksperimentasi. Biasanya kursi kosong tersebut diletakkan di hadapan klien

<sup>23</sup> Thrusan, Hakim. *Loc. Cit* h.12



## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dan kemudian klien diminta untuk membayangkan seseorang yang selama ini menjadi sumber konfliknya. Pada saat itu klien diminta untuk mengungkapkan apa saja yang terlintas dalam pikirannya untuk mengekspresikan perasaannya. Konselor mendorong klien untuk mengungkapkannya melalui kata-kata, bahkan melalui caci makian pun diperbolehkan, yang terpenting adalah klien dapat menyadari pengalaman yang selama ini tidak diakuinya.<sup>24</sup>

Teknik ini dimaksud untuk melatih klien berkomunikasi dengan orang tertentu dan arah komunikasi itu dilatih dengan memakai alat bantu sebuah kursi kosong. Teknik ini dapat melatih klien berbicara secara wajar kepada orang lain dengan menggunakan kursi kosong sebagai media yang menampilkan orang ketiga sebagai tempat klien berbicara. Menurut F. Pearls dalam Gerald Corey teknik kursi kosong adalah suatu interoyeksinya kepada orang lain. Teknik ini dapat membantu klien agar dapat berhubungan dengan perasaan yang bertentangan dan menerimanya secara wajar dengan orang lain. Teknik ini diberikan kepada klien yang selama ini mengalami hambatan dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Pelaksanaan teknik ini konselor mengajak klien membayangkan bahwa kursi kosong itu klien berhadapan langsung dengan seseorang untuk membicarakan sesuatu menyangkut dengan masalah yang dialami klien. Tujuan teknik kursi kosong diberikan kepada klien adalah melatih klien berkomunikasi secara baik kepada orang lain, baik dari segi cara maupun isi

<sup>24</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT. Eresco), 2001, h. 129

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pembicaraan. Teknik ini diberikan bila konselor merasa memang perlu melatih klien dalam berbicara dengan orang lain. Konselor melihat dari latar belakang masalah klien bahwa salah satu sebab masalah klien adalah karena ketidaktepatan atau tidak wajarnya klien berkomunikasi.

Teknik ini dapat digunakan konselor dengan memperhatikan beberapa syarat di antara syarat-syarat itu dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Masalah klien sudah dijelajahi, sehingga konselor dapat mengetahui bahwa klien benar-benar perlu mempelajari cara berkomunikasi.
- b. Hubungan antara konselor dengan klien telah terjalin dengan akrab, sehingga klien secara sukarela dapat melakukan kegiatan yang dilatihkan, baik dalam proses maupun setelah konseling.
- c. Masalah yang dialami klien adalah menyangkut hubungan antar orang.
- d. Klien telah mampu menyampaikan pikiran dan perasaan kepada orang-orang tertentu secara baik.
- e. Konselor tahu cara melakukan komunikasi yang baik dari segi isi maupun urutan latihan dan dapat berbahasa dengan baik.

Dalam melaksanakan teknik kursi kosong konselor melakukan melalui beberapa tahap. Di bawah ini akan dijelaskan tahap-tahap pelaksanaan teknik kursi kosong dalam proses konseling.

#### a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini konselor menjelaskan pentingnya teknik kursi kosong, pengertian, tujuan, dan cara melakukannya.

#### b. Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Konselor menyediakan kursi kosong.
- 2) Konselor meminta klien membayangkan orang lain lawan bicara klien ada di kursi kosong yang diadakan konselor.
- 3) Konselor meminta klien membicarakan masalahnya kepada orang yang dibayangkan.
- 4) Konselor memberikan penguatan dan perbaikan terhadap isi dan cara klien berkomunikasi. Bila perlu menawarkan kepada klien pernyataan yang lebih baik untuk disampaikan klien.
- 5) Konselor meminta untuk mengulangi latihan dengan cara yang lebih baik sampai benar-benar mampu berkomunikasi sesuai dengan yang diharapkan.
- 6) Konselor meminta klien membayangkan kemungkinan tanggapan lawan bicaranya. Kemudian meminta tanggapan klien tentang tanggapan bicaranya.
- 7) Konselor meminta klien mengemukakan kemungkinan kemudahan dan hambatan yang mungkin ditemui klien saat melakukan usaha yang sesungguhnya. Kemudian konselor mengajak klien memikirkan kemungkinan cara mengatasi hambatan yang mungkin ditemui tersebut.

#### c. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini konselor membahas kontrak dengan klien tentang waktu dan tempat klien akan melakukan kegiatan yang telah dilatihkan.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam kesempatan ini juga dibahas perlu atau tidaknya klien melaporkan hasil kegiatannya kepada konselor dan perlu atau tidaknya konseling lanjutan diadakan. Bila masalah klien sudah dapat diatasi dan klien sudah siap untuk menjalankan kontrak, maka konseling sudah dapat diakhiri.<sup>25</sup>

## 4. Layanan Konseling Individu

### a. Pengertian Konseling Individual

Istilah konseling berasal dari bahasa Inggris “*to counsel*” yang secara etimologis berarti “*to give advice*” atau member saran atau nasehat. Sedangkan secara historis asal mula pengertian konseling adalah untuk memberikan nasehat, seperti halnya penasehat hukum, penasehat perkawinan.<sup>26</sup>

Milton E. Hahn dalam Sofyan Willis menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya.

Konseling adalah merupakan suatu teknik yang digunakan dalam pelayanan bimbingan dimana proses pemberian bantuan tersebut merupakan bantuan yang berlangsung melalui wawancara dan secara

<sup>25</sup> Yeni Karneli. *Loc. Cit* h. 100

<sup>26</sup> Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Ciputat Press), 2002, h. 9

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

langsung dan tatap muka antara guru pembimbing dengan klien atau siswa.

Konseling juga dapat diartikan bantuan yang diberikan kepada seorang dalam rangka memecahkan masalah kehidupan melalui wawancara dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapinya guna untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.

Prayitno dalam Tohirin menyatakan bahwa layanan konseling individual bermakna layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.<sup>27</sup>

Konseling individual berarti suatu layanan yang memungkinkan siswa atau klien untuk mendapatkan layanan secara langsung atau tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan masalah yang dialami klien siswa tersebut.<sup>28</sup> Konseling individual merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang guru pembimbing terhadap seorang klien/siswa dalam rangka pengentasan masalah kepribadian.

Pada suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dengan guru pembimbing, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Konseling individual ini merupakan suatu layanan

<sup>27</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo), 2007, h. 163

<sup>28</sup> Suhertina, *Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Pekanbaru: Suska Press), 2008, h.62

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang paling utama dalam hal pengentasan masalah klien, dalam konseling individual ini ada beberapa teknik yang perlu dikuasai oleh seorang guru pembimbing apabila menginginkan proses konseling berjalan dengan baik. Maka ada beberapa tahap yang juga harus dikuasai oleh guru pembimbing.

Pembahasan masalah klien tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien, bersifat meluas meliputi berbagai system yang menyangkut permasalahan siswa. Namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah. Layanan konseling perorangan sering dianggap sebagai “jantung hatinya” pelayanan konseling karena layanan konseling perorangan sering kali merupakan layanan esensial dan puncak (paling bermakna), seorang ahli yang mampu dengan baik menerapkan secara sinergis berbagai pendekatan, teknis dan asas konseling diyakini akan mampu juga menyelenggarakan jenis-jenis layanan lain dalam keseluruhan spectrum pelayanan konseling.

Layanan konseling individual ini merupakan suatu bentuk layanan yang memiliki kekhasan yang tersendiri jika dibandingkan dengan jenis layanan yang lainnya karena layanan ini dilaksanakan dalam hubungan yang mendalam. Dalam penyelenggaraan konseling, keberhasilan konselor sangat ditentukan oleh kemampuannya, keterampilan dan kemauan dari konselor itu sendiri.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## b. Tujuan Konseling Individual

### 1) Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individual adalah terentasnya masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dirincikan sebagai (a) sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) sesuatu yang ingin dihilangkan, (c) sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individual akan mengurangi intensitas.

Tujuan umum layanan konseling individual adalah pengentasan masalah klien dengan demikian, *fungsi pengentasan* sangat dominan dalam layanan konseling individual ini.

### 2) Tujuan khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual dapat dirincikan sebagai berikut:

- a) Melalui layanan konseling individual klien memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam.
- b) Pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap seta serta kegiatannya demi terentaskannya masalah klien.
- c) Pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien.
- d) Pengembangan/ pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang ada pada klien, diperkuat oleh terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegahnya menjalarnya masalah yang sedang dialaminya, serta diharapkan tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin akan timbul.<sup>29</sup>

**c. Asas Konseling individual**

Ada beberapa asas dalam konseling individual diantaranya:

## 1) Asas kerahasiaan

Dimana dalam proses konseling apapun informasi yang didapatkan akan terjaga kerahasiaannya.

## 2) Asas kesukarelaan

Dalam proses konseling individual tidak ada yang bersifat memaksa, semuanya harus dengan sukarela.

## 3) Asas keterbukaan

Dalam konseling individual antara konselor dengan kliennya tidak ada yang ditutupi-tutupi.

## 4) Asas kekinian

Maksudnya adalah masalah klien yang akan diselesaikan adalah masalah yang sedang dialami klien pada saat itu bukan masalah yang akan terjadi atau masalah masa lampau.

## 5) Asas kemandirian

Kemandirian merupakan tujuan dari usaha guru pembimbing, dalam memberikan layanan seorang guru pembimbing hendaknya bisa

<sup>29</sup> Prayitno *Loc. Cit* 4-5



**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 6) menghidupkan kemandirian kliennya.
- 6) Asas kegiatan  
Demi kelancaran proses konseling klien harus aktif dalam menyampaikan masalahnya.
- 7) Asas kedinamisan  
Usaha bimbingan dan konseling adalah menginginkan terjadinya perubahan pada tingkah laku individu, perubahan yang selalu menuju ke suatu pembaharuan.
- 8) Asas keterpaduan  
Pelayanan bimbingan dan konseling selalu berusaha untuk memadukan berbagai aspek dari diri individu.
- 9) Asas kenormatifan  
Bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma yang berlaku.
- 10) Asas keahlian  
Asas ini menjamin keberhasilan menaikkan kepercayaan masyarakat terhadap bimbingan dan konseling.
- 11) Asas alih tangan kasus  
Asas alih tangan kasus jika konselor sudah mengarahkan segenap kemampuan individu.
- 12) Asas Tut Wuri Handayani  
Asas ini menunjukkan pada suasana umum yang hendaknya tercipta dalam rangka keseluruhan hubungan antara pembimbing dan yang

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dibimbing.<sup>30</sup>

#### d. Teknik-teknik Konseling Individual

##### 1) Teknik Umum

Pengembangan proses pelayanan konseling individual oleh konselor harus dilandasi oleh dan juga sangat dipengaruhi oleh suasana penerimaan klien. Seorang konselor menggunakan berbagai teknik dalam layanan konseling individual dalam mencapai tujuan dari layanan tersebut. Teknik-teknik tersebut meliputi:

- a) Kontak mata
- b) Kontak psikologis
- c) Ajakan untuk berbicara
- d) 3 m, (mendengar, memahami dan merespon)
- e) Keruntutan
- f) Pertanyaan terbuka
- g) Dorongan minimal
- h) Refleksi
- i) Penyimpulan
- j) Penafsiran
- k) Konfrontasi
- l) Ajakan untuk memikirkan sesuatu
- m) Penegasan hasrat
- n) “penfrustasian” klien

---

<sup>30</sup>*Ibid.* 4-5

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- o) Strategi “tidak memaafkan klien”
  - p) Suasana diam
  - q) Transferensi dan kontra-transferensi
  - r) Teknik eksperiensial
  - s) Interpretasi pengalaman masa lampau
  - t) Asosiasi bebas
  - u) Sentuhan jasmani
  - v) Penilaian
  - w) Pelaporan.<sup>31</sup>
- 2) Teknik Khusus Konseling Individual

Dalam layanan konseling individual teknik khusus digunakan untuk membina kemampuan pada diri klien terutama yang mengarah pada kehidupannya sehari-hari. Jenis-jenis teknik khusus itu adalah:

- a) Pemberian informasi
- b) Pemberian contoh
- c) Pemberian contoh pribadi
- d) Perumusan tujuan
- e) Latihan penanganan
- f) Kesadaran tubuh
- g) Desentisasi dan sensitasi
- h) Kursi kosong
- i) Permainan peran

<sup>31</sup> Prayitno. *Loc. Cit*

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- j) Latihan keluguan
- k) Latihan seksual
- l) Analisis transaksional
- m) Analisis gaya hidup
- n) Kontrak.<sup>32</sup>

**B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang digunakan sebagai perbandingan dari menghindari manipulasi terhadap sebuah karya ilmiah dan menguatkan bahwa penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum pernah diteliti oleh orang lain. Peneliti terdahulu yang relevan pernah dilakukan di antaranya adalah:

1. Penelitian dilakukan oleh Gede Agus Supriadi (2014) dengan judul: Efektivitas Konseling Gestalt dengan Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri dalam Menghadapi Proses Pembelajaran Pada Siswa Kelas VIII SMP Labotarium Undiksha Singaraja tahun pembelajaran 2013/2014, dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode kuesioner. Berdasarkan hasil analisis ditemukan bahwa konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, yang disimpulkan dari hasil analisis,  $t$  hitung  $>$   $t$  Tabel dengan taraf signifikan 5% ( $6.672 > 2,776$ ). Dan dilihat dari besaran Mean, kelompok eksperimen  $>$  kelompok control ( $114.75 > 82.75$ ). Hasil analisis ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan

---

<sup>32</sup> *Ibid*

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam penelitian ini dapat diterima.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Tutut Yunita Retno Manisya (UNES, FKIP, 2013) yang berjudul: Mengatasi Perilaku Terisolir Siswa Menggunakan Konseling Behavior Teknik *Assertive Training* Pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Pekunden Semarang. Hasil penelitian perilaku terisolir siswa sebelum diberikan konseling Behavior dengan teknik *assertive* menunjukkan bahwa minat bersosial siswa terisolir tergolong sedang, kemampuan menguasai diri, kepercayaan diri, respon saat kegiatan, kemampuan bertenggang rasa, kemampuan sportif serta perlakuan teman juga tergolong sedang. Sedangkan kategori tinggi hanya dicapai pada aspek penampilan. Setelah siswa terisolir diberikan konseling behavior dengan teknik *assertive*, terjadi peningkatan pada beberapa aspek, diantaranya adalah minat sosial meningkat 15%, kemampuan bersosial meningkat 7%, kepercayaan diri meningkat 4%, kemampuan bertenggang rasa meningkat 5%, dan perlakuan teman meningkat sebanyak 2%.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Nunur Yuliani Dewi skripsi mahasiswa Jurusan bimbingan dan konseling fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang tahun 2012 meneliti dengan judul “Upaya Meningkatkan Rasa Kepercayaan Diri melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Sumber Rebang”. Dalam penelitian ini penulis menggunakan layanan bimbingan kelompok. Dalam penelitian ini penulis bertujuan untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri terkait dalam pembelajaran Bahasa Indonesia dengan menggunakan layanan

bimbingan kelompok.

### C. Konsep Operasional

Konsep operasional adalah konsep yang digunakan untuk memberikan batasan terhadap kerangka teori, hal ini sangat diperlukan agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam tulisan ini. Yang menjadi fokus penelitian ini adalah efektivitas teknik kursi kosong dalam layanan konseling individual terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa terisolir di SMP N 14 Pekanbaru. Kepercayaan diri dapat dilihat dari indikator-indikator berikut:

1. Siswa selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
2. Siswa mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
3. Siswa mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
4. Siswa mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
5. Siswa memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
6. Siswa memiliki kecerdasan yang cukup.
7. Siswa memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing.
8. Siswa memiliki kemampuan bersosialisasi.
9. Siswa memiliki latar belakang pendidikan yang baik.
10. Siswa memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
11. Siswa selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam pelaksanaan teknik kursi kosong konselor melakukan beberapa indikator-indikator, di bawah ini akan dijelaskan indikator teknik kursi kosong.

1. Guru bimbingan konseling menjelaskan pentingnya teknik kursi kosong
2. Guru bimbingan konseling menjelaskan pengertian, tujuan, dan cara melakukannya.
3. Guru bimbingan konseling menyediakan kursi kosong
4. Guru bimbingan konseling meminta siswa membayangkan orang lain lawan bicara siswa
5. Guru bimbingan konseling meminta siswa membicarakan masalahnya kepada orang yang dibayangkan
6. Guru bimbingan konseling memberikan penguatan dan perbaikan terhadap isi dan cara siswa berkomunikasi
7. Guru bimbingan konseling meminta siswa membayangkan kemungkinan tanggapan lawan bicaranya.

Siswa terisolir dapat dilihat dari indikator-indikator berikut:

1. Siswa bersifat minder dan bersifat egois
2. Siswa senang mendominasi orang lain
3. Siswa merasa penampilannya kurang bagus
4. Senang menyendiri/mengisolasi diri
5. Siswa merasa teman-teman tidak mau bergaul dengannya
6. Siswa kurang memiliki perasaan tenggang rasa dan kurang memperdulikan norma dan perilaku
7. Siswa ragu-ragu dan tidak bersemangat

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## D. Asumsi dan Hipotesis

### 1. Asumsi

Adapun asumsi dari penelitian ini adalah:

- a. Terdapat perbedaan yang signifikan antara hubungan kepercayaan diri siswa yang terisolir sebelum dan setelah diberikan teknik kursi kosong dalam layanan konseling individual.
- b. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hubungan kepercayaan diri siswa yang terisolir sebelum dan setelah diberikan teknik kursi kosong dalam layanan konseling individual.

### 2. Hipotesis

Hipotesis merupakan pertanyaan yang masih lemah, perlu diuji apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak.<sup>33</sup> Secara tersirat hipotesis masih merupakan ramalan atau dugaan sementara. Adapun hipotesis penelitian ini adalah:

Ha : Layanan konseling individual dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa yang terisolir.

Ho : Teknik kursi kosong dalam layanan konseling individual terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa terisolir belum terjalin dengan baik.

<sup>33</sup> Gempur Santoso, *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Jakarta: Katalog dalam Terbitan, 2005), h. 20