

Terapi Realitas di Pondok Pesantren (Studi Fenomenologi Santri Kurang Percaya Diri di Pesantren Syarifuddin)

Fawaid Zainal Arifin

Institut Agama Islam Syarifuddin Lumajang, Indonesia

✉ arifinfawaid360@gmail.com

Article Information:

Received Apr 12, 2022

Resived June 26, 2022

Accepted July 8, 2022

Keyword: Terapi Realitas, Santri, Kurang Percaya Diri

Abstract:

Setiap tahun ajaran baru, pengurus selalu menemukan problem terkait santri yang tidak kerasan nyantri karena dipaksa nyantri oleh orang tuanya. Sebanyak 150 santri baru ada 50 santri yang nyantri dipaksa oleh orang tuanya. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa perlu dilakukan riset. Riset ini bertujuan untuk mengetahui proses, kondisi sebelum dan sesudah Terapi Realitas di Pondok Pesantren. Dengan menggunakan kualitatif metodologi fenomenologi riset. Penelitian semacam ini terfokus pada cara bagaimana kita mempersepsi realitas yang tampak melalui pengalaman atau kesadaran. Hasil riset menunjukkan bahwa proses pelaksanaan terapi realitas merupakan bagian dari langkah-langkah yang ada dalam proses konseling. Langkah pertama yang dilakukan oleh konselor dalam proses konseling yaitu langkah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan evaluasi. Langkah kedua memakai teknik-teknik terapi salah satunya bertindak menjadi guru. Hasil dari penerapan terapi realitas terhadap santri sangat membawa hasil. Santri sudah mulai tidak suka murung, menangis, ingin pulang rumah, dan sudah suka mengikuti kegiatan pondok pesantren.

Pendahuluan

Di zaman yang modern ini, kita dirumitkan dengan berbagai persoalan hidup, namun perlu digarisbawahi bahwa yang harus diperhatikan dan harus ada pada diri manusia adalah agama yang menjadi dasar dan benteng dalam kehidupan manusia, agama mampu memberikan solusi bagi persoalan manusia serta memberikan nilai bagi kehidupan manusia.yang harus diwaspadai dan dihindari adalah timbulnya kecenderungan ke arah pendangkalan dan pengerdilan kehidupan spiritual

keagamaan. Akibatnya tidak sedikit yang hanyut dalam kemajuan zaman tanpa memperhatikan ajaran agama dalam kehidupan mereka, termasuk dampak pergaulan.¹

Pada dasarnya manusia hidup di dunia ini adalah untuk mencari ketenangan dan kebahagiaan hati, semua orang yang hidup akan berusaha mencarinya, meskipun tidak semuanya dapat mencapai apa yang diinginkannya. bermacam-macam sebab dan rintangan yang terjadi dalam hidup ini, sehingga banyak orang yang mengalami rasa kurang percaya diri, kegelisahan, dan kecemasan dalam kehidupan ini. Keadaan yang tidak menyenangkan itu tidak terbatas kepada golongan orang tertentu saja, tetapi tergantung kepada cara orang dalam menghadapi dan menangani sebuah persoalan. Setiap orang akan menemui masalah atau kesukaran dalam hidupnya. Hanya satu hal yang mungkin sama-sama dirasakan yakni tidak tenangan jiwa. Sehingga sering kali di dapati seseorang yang mengalami ketegangan psikologis, merasakan keluhan yang kadang memerlukan perawatan dan pengobatan. Kesehatan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kehidupan manusia adalah nikmat tuhan yang tidak ternilai harganya, makna penting dari kesehatan tersebut terutama dirasakan oleh pasien yang menderita suatu penyakit, baik itu penyakit psikologi maupun penyakit fisik. Ditinjau dari ilmu kesehatan jiwa seseorang dikatakan sakit apabila tidak mampu lagi berfungsi wajar dalam kehidupan baik di rumah, sekolah, tempat kerja atau lingkungan sosialnya.²

Pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang ada di Indonesia, yang mempunyai cirri sendiri yang tidak dimiliki lembaga lain, di samping keberadaanya dalam jajaran kelembagaan pendidikan tidak dapat dilecehkan bahkan segenap elemen yang dimilikinya merupakan bagian dari sistem pendidikan nasional yang dapat diletakkan di depan dalam merespon dinamika dan perubahan sosial. Semua orang pasti menginginkan keseimbangan antara kebahagian di dunia dan di akhirat. Tetapi seseorang hendak mencari kebahagian yang sejati adalah karena keinginan sendiri bukan paksaan orang lain, karena dengan ada paksaan orang lain maka akan setengah hati dalam melakukannya dan bahkan akan menjadikan

¹ Jeanne Mandagi dan Wesniwiro, *Masalah Narkotika dan Zat Aditif Lainnya serta Penanggulangannya* (Jakarta: Pramuka Saka Bayangkara, 1995), 1.

² Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologis dengan Islam: Menuju Psikologi Islam* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997), 130.

seseorang mengalami tekanan yang bersifat batiniah, sehingga apa yang diperoleh juga tidak akan maksimal.

Atas keyakinan bahwa terapi realitas adalah salah satu rujukan dalam setiap sisi kehidupan manusia dan solusi bagi setiap masalah yang dihadapinya, maka peneliti mengangkat penelitian dari suatu upaya pemberian bantuan terhadap anak yang kurang percaya diri karena mondok dengan paksaan orang tua (wajib nyatri). Rasa kurang percaya diri sering terjadi pada santri baru diponpes kyai syarifudin. Pada saat santri baru sudah mulai aktif di pondok pesantren banyak problem yang di temukan oleh Ustadz Firli Ramadhan (Pengurus) salah satu problemnya yaitu santri kurang percaya diri dalam melakukan aktivitas di pondok pesantren dengan alasan kepada pengurus bahwasannya mondoknya karena paksaan dari orang tua.³

Hilmi adalah salah satu santri baru yang nyanytri karena di wajibkan oleh orang tuanya. Hilmi mempunyai saudara yang sudah melakukan pendidikan di pesantren terlebih dahulu, kedua orang tuanya menginginkan Hilmi agar seperti saudaranya yang menempuh jalur pendidikan di pondok pesantren. Tetapi Hilmi tidak ingin bersekolah dipondok pesantren. Keinginan Hilmi biar sekolah di dekat desanya. Tetapi dari pihak orang tua melarangnya dengan kekhawatiran Hilmi ikut pergaulan yang negatif seperti teman sebayanya. Dan orang tua pun bersikeras ingin tetap menyekolahkan anaknya di pondok pesantren dengan ancaman kepada anaknya kalau tidak mau bersekolah di pondok pesantren lebih baik tidak sekolah dan tidak dikasih uang jajan.⁴

Akhirnya dengan berat hati Hilmi pun mau mengikuti kemauan orang tuanya untuk bersekolah dan nyanytri di pesantren. Pada saat di pondok Hilmi pun menangis ingin pulang dan tetap pada keinginannya sekolah di desanya. Dengan berat hatipun orang tua membujuk Hilmi untuk tetap sekolah dan nyanytri di pesantren, beberapa hari berikutnya orang tua mendapat telefon dari pihak pesantren bahwa anaknya tidak mau mengikuti proses belajar mengajar di pondok pesanten. Yang dilakukan Hilmi hanya menangis (ambil memanggil nama orang tua), tidur, murung, menyendiri dari teman-teman sebayanya. Pihak pesantren pun merasa kasihan

³ Hasil Wawancara, Firli Ramadhan, 15 januari 2022.

⁴ Hasil Wawancara, Hilmi, 16 januari 2022.

sehingga untuk sementara waktu biar Hilmidi rumah dulu untuk menenangkan hati dan fikiran.

Ketika di rumah orang tuanya bertanya kepada Hilmi tentang apa yang sebenarnya terjadi, dengan jawaban yang singkat Hilmi mengatakan “saya tidak mau nyantri” (ambil menangis). karena di pondok semua serba diatur, makan dan tidur pun cuma sedikit berbeda dengan dirumah. Di pondok banyak hafalan, kalau tidak bisa di hukum. Di sisi lain Hilmi adalah anak yang pendiam, susah bergaul dan bukan dari lulusan madrasah, Sehingga Hilmpun malu dan takut kalau tidak bisa mengikuti proses belajar di pondok pesantren tersebut. Dengan berat hati orang tuapun kembali kepondok untuk membicarakan tentang problema tersebut. Akhirnya pengurus pondok pun mau memahami apa yang terjadi, untuk sementara waktu biarlah Hilmi melakukan kegiatan pondok pesantren dengan beberapa keringanan dan peraturan ini berlaku bagi santri baru yan mempunyai problem social di pondok pesntren. Maka dari itu peneliti merasa penting problem ini untuk diteliti dengan tujuan mengetahui solusi santri yang nyeleweng dikarenakan nyantri di paksa oleh orang tuanya.

Dan setiap ajaran baru pengurus selalu menemukan problem santri tidak kerasan nyantri karena dipaksa nyantri oleh orang tuanya dari 150 santri baru sekitar 50 santri yang nyantri dipaksa oleh orang tuanya, Jadi ini salah satu alasan pentingnya problem ini diangkat oleh peneliti.⁵

Peneliti melakukan penelitian diponpes kyai syarifuddin karena pondok pesantren kyai syarifuddin adalah pondok terbesar di lumajang, Peneliti ingin mengetahui strategi para ustaz dan pengurus ponpes kyai syarifuddin yang dilakukan kepada santri baru nyantri karena paksaan orang tua.

Melihat permasalahan tersebut peneliti berencana akan melakukan konseling dengan menggunakan terapi realitas. Karena terapi realitas focus pada tingkah laku sekarang bukan tingkah laku pada masa lampau. Konselor akan menggunakan teknik-teknik dalam terapi realitas yang akan mempermudah dalam menangani perilaku menyimpang konseli saat ini, dengan proses konseling yaitu mengubah dan

⁵ Hasil Wawancara, Firli Ramadhan, 15 januari 2022.

memperbaiki perilaku saatini untuk mencapai keberhasilan dan menjadi perilaku positif.

Riset ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi riset. Dengan tujuan untuk memahami (*understanding*) makna perilaku, fenomena-fenomena dan simbol-simbol yang dialami. Riset ini bertempat di pondok pesantren Kyai Syarifuddin, Desa Wonorejo, Kecamatan Kedungjajang, Kabupaten Lumajang. Penentuan subjek dalam penelitian ini menggunakan metode purposive, dimana subjek penelitian ditentukan secara sengaja dengan pertimbangan mampu memberikan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti. Subjek penelitian dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua, informan utama dan informan pendukung. Informan utama dalam penelitian ini adalah pengurus, penanggung jawab santri baru, ustaz, dan ketua kamar. Teknik pengumpulan data ini merupakan langkah penting dalam melakukan penelitian sehingga mendapatkan data yang valid. Pengumpulan data merupakan cara-cara dalam mengumpulkan, mengelola serta memperoleh data yang valid. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang meliputi observasi, interview dan dokumentasi.

Terapi Realitas

Secara harfiah, terapi realitas merupakan sebuah metode konseling dan psikoterapi perilaku kognitif yang sangat berfokus dan interaktif, dan merupakan salah satu yang telah diterapkan dengan sukses dalam berbagai lingkup.⁶ Terapi Realitas ini difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara yang membantu klien menghadapi kenyataan-kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti Terapi Realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Dengan kata lain bahwa klien adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini mengisyaratkan bahwa klien memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah laku sendiri.⁷

⁶ Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 525.

⁷ Gerald Corey, *Terapi dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2009), 263.

Reality Terapi yang dikembangkan oleh William Glasser. Yang di maksudkan dengan istilah Reality ialah suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realitas yang harus di terima. Realitas atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realitas sosial, atau realitas moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada seseorang adalah tingkah lakunya yang nyata. Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian atau ketidak kesesuaianya dengan realitas yang ada. Glasser memfokuskan pada perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang, dengan menitik beratkan tanggung jawab yang dipikul setiap orang untuk berperilaku sesuai dengan realitas atau kenyataan yang dihadapi.

Penyimpangan atau penyimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi; bukan sebagai indikasi atau gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental. Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku.⁸

Manusia dapat menentukan dan memilih tingkah laku sendiri, ini berarti bahwa setiap individu harus bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakunya. Bertanggung jawab maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.⁹

Tujuan umum terapi realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya, otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal.¹⁰

Terapi realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedur difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang di hubungkan dengan tingkah laku sekarang dan usahanya untuk menciptakan keberhasilan, terapi bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

- a. Terlibat dalam permainan peran dengan klien

⁸ W.S Winkel & MM. Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), 459.

⁹ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), 185.

¹⁰ Gerald Corey, *Terapi dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, 273.

- b. Menggunakan humor
- c. Mengkonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun
- d. Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindaknya.
- e. Bertindak sebagai model dan guru.
- f. Memasang batas-batas dan menyusun system terapi.
- g. Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realitas.
- h. Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang efektif.

Para konselor yang mempraktekkan Terapi Realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi medikasi konserfatif. Sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu para pempraktek Terapi Realitas tidak menghabiskan waktu untuk bertindak sebagai “detektif” mencari alasan-alasan. Terapi berusaha membangun kerjasama dengan para klien untuk membantu mereka dalam mencapai tujuan-tujuannya.¹¹

Terapi realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedur difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah laku sekarang dan usahanya untuk menciptakan keberhasilan, terapi bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

- a. Terlibat dalam permainan peran dengan klien
- b. Menggunakan humor
- c. Mengkonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun
- d. Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindaknya.
- e. Bertindak sebagai model dan guru.
- f. Memasang batas-batas dan menyusun system terapi.
- g. Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realitas.
- h. Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang efektif.

¹¹ Gerald Corey, *Terapi dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, 281.

Para konselor yang mempraktekkan Terapi Realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi medikasi konserfatif, Sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu para pempraktek Terapi Realitas tidak menghabiskan waktu untuk bertindak sebagai “detektif” mencari alasan-alasan, Terapi berusaha membangun kerjasama dengan para klien untuk membantu mereka dalam mencapai tujuan-tujuannya.¹²

Percaya Diri

Rasa percaya diri adalah sikap yang dapat ditumbuhkan dari sikap sanggup berdiri sendiri, sanggup untuk menguasai diri sendiri dan bebas dari pengendalian orang lain dan bagaimana kita menilai diri sendiri, sama seperti orang lain menilai kita. Sehingga kita akan merasa mampu menghadapi situasi apapun.¹³ Sedangkan kepercayaan diri menurut Thursan Hakim dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.¹⁴

Sedangkan Durem menyatakan bahwa percaya diri adalah satu bentuk keyakinan akan kemampuan dan kondisi yang ada pada diri individu itu sendiri. Percaya diri menunjukkan pada tenang dan terarah, sehingga tekanan psikologi dapat diatasi. Menurut mayers individu yang memiliki rasa percaya diri adalah individu yang sukses dalam bidangnya mampu untuk menyatakan prinsipnya dengan jelas dan meyakinkan.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan yang dimaksud dengan rasa percaya diri adalah pandangan keyakinan dan sikap yang dapat tumbuh dari sikap sanggup berdiri sendiri, kesanggupan untuk menguasai diri, mengontrol tindakan diri serta menerapkan nilai-nilai yang dianut dan bebas dari pengendalian orang lain serta mempunyai keyakinan bahwa dirinya mempunyai kelebihan. Para ahli berkeyakinan bahwa kepercayaan diri bukanlah diperoleh secara instant, melainkan proses berlangsung sejak usia dini,dalam kehidupan bersama orang tua.

¹² Gerald Corey, *Terapi dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, 281.

¹³ Jumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance and Counseling)* (Bandung: CV. Ilmu,1975) ,47.

¹⁴ Thursan Hakim, *Pengembangan Diri* (Yogyakarta: Liberty, 1999), 56.

Meskipun banyak faktor mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, namun faktor yang amat mendasar bagi pembentukan pembentukan kepercayaan diri. Sikap orang tua, akan diterima oleh anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orang tua yang menunjukkan kasih sayang, perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak, akan membangkitkan kepercayaan diri pada anak tersebut. Anak akan merasa bahwa dirinya berharga dan dinilai di mata orang tuanya.

Selain pola asuh dan interaksi di usia dini, terdapat faktor pola pikir negatif yang juga mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Dalam hidup bermasyarakat, setiap individu mengalami berbagai macam masalah, kejadian, bertemu dengan orang-orang baru, dan sebagainya. Reaksi individu terhadap seorang ataupun sebuah peristiwa, amat dipengaruhi oleh cara berpikirnya.

Individu dan kepercayaan diri yang lemah, cenderung mempersepsikan segala sesuatu dari sisi negatif. Ia tidak menyadari bahwa dalam dirinya adalah semua negatifisme itu berasal. Percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang. Ada proses tertentu di dalam pribadi seseorang sehingga terjadilah pembentukan kepercayaan diri. Secara garis besar melalui proses berikut:

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 kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihannya.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan - kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri.
4. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupannya dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Pondok Pesantren

Pesantren adalah asrama tempat santri belajar mengaji pesantren sering disebut juga sebagai “Pondok Pesantren” berasal dari kata “santri” menurut kamus bahasa Indonesia, kata ini mempunyai 2 pengertian yaitu; 1) Orang yang beribadah

dengan sungguh-sungguh orang saleh, 2) Orang yang mendalami pengajiannya dalam Agama Islam dengan berguru ketempat yang jauh.¹⁵ Pondok Pesantren juga merupakan rangkaian kata yang terdiri dari pondok dan pesantren. Kata pondok (kamar, gubuk, rumah kecil) yang dipakai dalam bahasa Indonesia dengan menekankan kesederhanaan bangunannya. Ada pula kemungkinan bahwa kata pondok berasal dari bahasa arab “funduk” yang berarti ruang tempat tidur, wisma atau hotel sederhana. Pada umumnya pondok memang merupakan tempat penampungan sederhana bagi para pelajar yang jauh dari tempat asalnya.¹⁶ Sedangkan kata pesantren berasal dari kata dasar “santri” yang dibubuhinya awalan “pe” dan akhiran “an” yang berarti tempat tinggal para santri.¹⁷

Nurchalish Madjid pernah menegaskan, pesantren ialah artefak peradaban Indonesia yang dibangun sebagai institusi pendidikan keagamaan bercorak tradisional, unik dan indigenous. Mastuhu memberikan pengertian dari segi terminologis adalah sebuah lembaga pendidikan Islam tradisional yang mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ajaran Agama Islam dengan menekankan pentingnya moral keagamaan sebagai pedoman perilaku sehari-hari.¹⁸

Berdasarkan uraian tersebut jelas bahwa dari segi etimologi pondok pesantren merupakan satu lembaga kuno yang mengajarkan berbagai ilmu pengetahuan agama. Ada sisi kesamaan (secara bahasa) antara pesantren yang ada dalam sejarah Hindu dengan pesantren yang lahir belakangan. Antara keduanya memiliki kesamaan prinsip pengajaran ilmu agama yang dilakukan dalam bentuk asrama.

Secara terminologi, KH. Imam Zarkasih mengartikan pesantren sebagai lembaga pendidikan Islam dengan sistem asrama atau pondok, di mana kyai sebagai figur sentral, masjid sebagai pusat kegiatan yang menjiwainya, dan pengajaran agama Islam di bawah bimbingan kyai yang diikuti santri sebagai kegiatan utamanya.¹⁹

¹⁵ Team Penyusunan Kamus Besar (Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia, 1990), 677.

¹⁶ Manfred Ziemek, *Pesantren dalam Perubahan Sosial* (Jakarta: P3M, 1986), 98-99.

¹⁷ Zamakhshyari Dhofier, *Tradisi Pesantren* (Jakarta: LP3ES, 1994), 18.

¹⁸ Amin Haedari dkk, *Masa Depan Pesantren: dalam Tantangan Modernitas dan Tantangan Kompleksitas Global* (Jakarta: IRD Press, 2006), 3.

¹⁹ Amir Hamzah Wirjosukarto, *Biografi KH. Imam Zarkasih dari Gontor Merintis Pesantren Modern* (Ponorogo: Gontor Press, 1996), 51.

Pesantren sekarang ini merupakan lembaga pendidikan Islam yang memiliki ciri khas tersendiri. Lembaga pesantren ini sebagai lembaga Islam tertua dalam sejarah Indonesia yang memiliki peran besar dalam proses keberlanjutan pendidikan nasional. KH. Abdurrahman Wahid, mendefinisikan pesantren secara teknis, pesantren adalah tempat di mana santri tinggal.²⁰

Proses Terapi Realitas dalam Menumbuhkan Percaya Diri Santri yang Dipaksa Orang Tuanya

Dalam proses pelaksanaan ini konselor berusaha membangun rapport (hubungan konseling yang akrab dan bersahabat) dan konselor menciptakan keakraban dengan konseli dengan bersilaturrahmi ke rumah konseli. Dalam hal ini konselor berusaha untuk menerapkan teori-teori bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam memebantu konseli agar dapat menyelesaikan masalahnya. Setelah melakukan pendekatan dan mengetahui identitas konseli, dan mengetahui masalahnya maka pada tahap ini konselor mulai menggali permasalahan yang sebenarnya sedang dihadapi konseli melalui beberapa langkah-langkah dalam melakukan konseling, langkah-langkah tersebut antara lain.

1. Identifikasi Masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus serta gejala gejala yang nampak. Dalam langkah ini konselor mengumpulkan data sebanyak mungkin, baik dari konseli maupun informan seperti keluarga dan teman.

Setiap tahunnya pondok pesantren Syarifuddin selalu kebanjiran santri baru, maka dari itu pengurus atau panitia penerimaan santri baru sudah biasa menghadapi problematika santri yang kurang percaya diri dikarenakan mereka merasa terpaksa untuk mondok oleh orang tuanya.

Hemat kata penulis akan menjelaskan bahwa hal begini sudah pasti dialami oleh santri khususnya bagi mereka yang tidak ada niatan nyantri dari dirinya sendiri, karena mereka menghadapi lingkungan, sosial, dan kegiatan-kegiatan yang baru mereka temui. Hal inilah yang sering menjadi hal mendasar bagi mereka

²⁰ Abdurrahman Wahid, *Mengerakkan Tradisi; Esai-esai Pesantren* (Yogyakarta: LKIS, 2001), 17.

tidak percaya diri dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar karena mereka mondok bukan berangkat dari keinginan dirinya sendiri.

Biasanya santri baru akan membutuhkan waktu untuk beradaptasi, akan tetapi ada saja yang masih sering nangis dan mengeluh bahkan sulit sekali memahami pelajaran bagi mereka yang tidak percaya diri. Karenanya ustaz yang ada di pesantren diamanahi untuk menjaga santri baru, meskipun realitas yang terjadi menjadi bahan kebingungan ustaz tersendiri.

Salah satu santri baru yang bernama Hilmi, merupakan anak yang rajin terbukti dari kegiatan sehari hari yang membantu pekerjaan rumah seperti menyapu, jadi mencuci piring dan mengepel, konseli juga termasuk anak yang berprestasi di sekolahnya setiap kenaikan kelas konseli selalu masuk dalam peringkat 3 (tiga) besar. Tetapi konseli tergolong anak yang pendiam pemalu waktunya di habiskan di dalam rumah seperti menonton televisi dari pada di luar rumah dan bermain bersama teman-temannya.

Sifat tersebut memang kurang baik dalam masa pertumbuhan anak, sebaiknya anak pada usia seperti konseli adalah masa di mana seorang anak untuk mengenal dan mengeksplorasi diri dalam bakat, potensi serta mengaktualisasikan diri pada lingkungan dan teman-teman sebaya. Konseli mengalami kesulitan dalam adaptasi di lingkungan barunya yaitu pondok, sesuai dengan hasil wawancara dari keluarga korban akan paksaan Orang Tua yang ingin anaknya mendapat pendidikan formal dan informal (pondok) berlainan dengan keinginan anak. Konseli tidak mampu menerima lingkungan barunya yang merasa asing, berat dan sulit untuk beradaptasi sehingga konseli tidak kerasan di pondok.

Santri baru ini berbagai macam sikap yang mereka tampilkan dari sikap bahkan sampai sikap kurang baik. Akan tetapi rata-rata santri baru banyak yang sikap baiknya ditonjolkan. Dari sekian banyak santri baru yang saya mengajar ada yang bersikap ceria, murung, dan acu tak acu pada saat kegiatan belajar berlangsung, setelah itu ada yang mengamati dan lebih mendekati mereka supaya terbuka terhadap saya dan saya bisa mengetahui penyebab mereka murung dikelas. Ternyata alasan mereka yang murung dan acu tak acuh dikelas karena tidak kerasan dan mereka nyantri bukan kehendak sendiri itu semua yang

mengakibatkan mereka kurang percaya diri dan kurang tanggung jawab terhadap kewajiban yang ada dipondok pesantren.

Memang betul santri baru yang nyantri karena di paksa oleh orang tuanya sangat sulit beradaptasi di pondok pesantren apalagi rata-rata santri baru yang mengalami problem tersebut kebanyakan memiliki karakter pendiam, karena itu mereka sangat sulit adaptasi dengan lingkungan di pondok pesantren.

2. Diagnosis

Setelah identifikasi masalah konseli, langkah selanjutnya yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta faktor-faktornya. Dalam hal ini konselor menetapkan masalah konseli setelah mencari data-data dari sumber yang dipercaya. Dan dari hasil identifikasi masalah konseli, masalah yang sedang dialami konseli yaitu rasa kurang percaya diri di lingkungan baru.

Setelah kami lakukan identifikasi masalah rata-rata santri yang kurang efektif dalam melakukan kegiatan pondok pesantren dikarenakan santri tersebut nyantrinya dipaksa oleh orang tuanya sehingga mereka kehilangan rasa percaya diri untuk nyantri. Dalam hal ini pengurus menetapkan masalah yang di alami santri tersebut. Salah satu pengurus pondok pesantren bahwasannya setelah melakukan identifikasi masalah pengurus menetapkan masalah yang dialami oleh santri (konseli) yaitu rasa kurang percaya diri.

3. Prognosis

Setelah konselor menetapkan masalah konseli, langkah selanjutnya prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan masalah konseli agar proses konseling bisa dilakukan secara maksimal. Setelah melihat permasalahan konseli beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya, konselor memberi terapi dengan menggunakan terapi realitas.

4. Treatment atau langkah terapi

Setelah konselor menetapkan terapi yang sesuai dengan masalah konseli, langkah selanjutnya adalah langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan dalam langkah prognosis. Dalam hal ini konselor mulai memberi bantuan dengan jenis terapi yang sudah di tentukan. Hal ini sangatlah penting

dalam proses konseling karena langkah ini menetapkan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu masalah konseli.

Adapun terapi yang dilakukan konselor pada pelaksanaan proses konseling adalah:

1. Bertindak sebagai Model dan Guru.

Langkah pertama, memberi nasehat dan pengarahan. Teknik pertama yang digunakan oleh konselor yaitu teknik bertindak sebagai model dan guru. Pada teknik ini konselor bertujuan supaya bisa menjadi contoh yang baik bagi konseli, dengan cara mengarahkan serta memberi nasehat yang baik kepada konseli. Setelah konselor memberi pengarahan maka diharapkan bagi konseli mampu meningkatkan rasa percaya diri.

Hasil riset pada teknik pertama yaitu model dan guru, pada saat itu konselor menjumpai konseli di depan kamar lalu memanggil dan bertanya dari mana. Konseli menjelaskan kalau habis dari kamar temannya, sehingga konselor memberi pandangan kepada konseli untuk memulai beradaptasi dengan teman lingkungan untuk lebih mengenal dan memahami. Bertemu dan bercanda dengan teman merupakan tahap untuk belajar mengaktualisasikan diri agar lebih efektif dalam bersosialisasi dengan orang maupun lingkungan baru.

Dalam teknik ini konselor memberi arahan dan gambaran mengenai tingkah laku konseli yang kurang tepat, seperti pandangan kalau suasana di pondok tidak selamanya seperti apa yang dilihat dan dirasakan. Konselor memberi pilihan serta menggugah kesadaran konseli untuk lebih baik dalam menghadapi masalah dengan membangun potensi yang ada pada diri konseli seperti, ketika konseli merasa kurang dengan makanan yang berada dipondok masih bisa membeli di warung yang dekat dengan pondok.

Langkah kedua, konselor memanggil teman yang seangkatan di pondok. Pada teknik ini teman konselor bertindak sebagai model dan guru pada langkah kedua ini supaya konseli mendapat nasihat, pengalaman semasa di pondok untuk membangun rasa percaya dirinya. pada malam hari konseli, konselor dan teman konselor berkumpul. Setelah konselor berbincang-bicang pada saat di pondok dahulu sesekali menanyakan kesibukan masing-masing sambil konseli

mendengarkan susah sedihnya pengalaman di pondok dimulai dari masa diniyah pondok, di hukum karena tidak bisa, sekolah umum sampai kegiatan makan, tidur, dan mandipun di perbincangkan sesekali konseli mendengarkan dan tawa yang dirasakan. Kembali ke permasalahan konseli, teman konselor pun memberikan nasihat serta dorongan agar konseli mau nyanytri dengan rasa percaya diri. Teman konseli juga memberi tahu konseli mengenai keinginan nyanytri sebenarnya juga tidak dari niat sendiri melainkan keinginan orang tua seperti yang di alami konseli.

Setelah teman konseli pulang, selanjutnya konselor melanjutkan proses konseling mengenai pesan dan kesan setelah mendengarkan pengalaman dari teman konselor, berikut dialog konselor dengan konseli.

Setelah konseli mendengarkan cerita dan arahan dari teman konselor terlihat ada semangat pada diri konseli dengan rasa keingintahuan lebih lanjut di pondok dengan apa yang di Dengarkan dari teman konselor. Ungkapan konseli yang mau berusaha kembali dengan mencoba kembali ke pondok, walaupun masih ada rasa kebimbangan dalam pilihan setidaknya konseli memiliki pandangan bahwa kita harus semangat, banyak teman yang sama-sama berjuang dan teman-teman juga mengharapkan konseli nyanytri dengan baik, di sini konselor memberi semangat kepada konseli dengan menambahkan betapa senangnya teman konseli kalau mau nyanytri dengan baik.

2. Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan.

Pada teknik yang kedua ini yaitu teknik merumuskan rencana-rencana spesifik bagi berupa tindakan. Tehnik ini bertujuan supaya konseli bisa merencanakan tindakanya yang akan datang dengan tindakan yang jauh lebih baik dari perilaku saat ini. Pada teknik ini konselor membantu konseli dalam menentukan rencana tindakanya yang lebih spesifik. Berikut dari proses konseling pada pertemuan keempat.

Pertemuan konseling ketiga untuk melakukan konseling dilaksanakan pada 19.00. Pada saat itu konselor mendatangi konseli yang sedang mengerjakan tugas sekolahnya. Di sela pembicaraan antara konselor dan ibunya, konseli mengutarakan pernyataan akan kembali ke pondok. Dari keinginan konseli

tersebut konselor mendapatkan titik terang dalam proses konseling, tahap selanjutnya konselor membantu tindakan apa saja yang harus dilakukan konseli ketika di pondok salah satunya membangun hubungan yang baik antara konseli dan teman-temannya agar konseli mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan tersebut. Konselor juga memberi apresiasi kepada konseli agar lebih yakin dan percaya diri dengan potensi yang ada pada dirinya. adapun rasa takut dan ragu masih ada pada konseli seperti kurang mampu untuk membaca dan menulis huruf pego, konselor pun memberi arahan agar mau mencoba belajar dan memahami setiap apapun yang di berikan dari ustadnya, selebihnya bisa belajar bersama teman-temannya untuk saling membantu dan jangan malu untuk bertanya pada yang lebih tahu. Setelah memberikan arahan tersebut konseli merasa lebih baik dengan memberi tanggapan mau mencoba.

3. Follow up atau Evaluasi

Lanjut Setelah konselor memberi terapi kepada konseli, langkah selanjutnya follow up. Yang dimaksut disini untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam langkah follow up atau tindak lanjut, dilihat perkembangan lanjut selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.

Hasil Akhir Proses Pelaksanaan Terapi Realitas

1. Sebelum dilakukan Terapi Realitas

Keadaan sebelum terapi realitas dilaksanakan dipondok pesantren Kyai Syarifuddin santri yang mengalami problem kehilangan rasa percaya diri dikarenakan nyantri dipaksa oleh orang tuanya mereka sering murung pada saat melaksanakan kegiatan pondok pesantren, menangis di waktu-waktu tertentu, dan enggan melaksanakan kegiatan tertentu.

Keadaan yang dialami pengurus pondok pesantren pada saat itu adalah kewalahan, dikarenakan sikap yang timbul karena kehilangan percaya diri santri tersebut menyebabkan kurang efektifnya kegiatan pondok pesantren Kyai Syarifuddin. Maka dari itu pengurus melakukan upaya-upaya untuk menyelesaikan problem ini dengan proses yang sudah dilaksanakan.

NO	KONDISI KLIEN	SEBELUM DILAKUKAN PROSES BIMBINGAN KONSELING ISLAM		
		A	B	C
1	Tidak Percaya Diri			√
2	Sering Menangis			√
3	Sering Menyendiri Dan Melamun		√	
4	Kurang Suka Pada Sesuatu Yang Ada Dipondok		√	

Keterangan

A : Tidak Pernah

B : Kadang-kadang

C : Masih Dilakukan

2. Sesudah dilakukan Terapi Realitas

Setelah melakukan proses pelaksanaan bimbingan konseling islam dalam meningkatkan rasa percaya diri, maka peneliti mengetahui hasil dari proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam yang di lakukan konselor cukup membawa perubahan pada diri konseli.

Untuk melihat perubahan pada diri konseli, konselor melakukan observasi dan wawancara dengan langsung mendatangi rumah konseli. Adapun perubahan konseli sesudah proses pelaksanaan bimbingan konseling islam, setelah memahami dan mendapatkan arahan dari konselor yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling islam, konseli mengalami perubahan dalam dirinya yaitu: konseli sudah kembali ke pondok untuk melakukan kewajibannya sebagai santri dengan percaya diri, awalnya konseli tidak mau mondog dengan paksaan orang tua, setelah dilakukan proses konseli dengan menggunakan terapi terjadi perubahan perilaku pada konseli. Konseli juga tidak menangis, melamun dan mau mengikuti kegiatan proses belajar mengajar di pondok pesantren.

Untuk mengetahui lebih jelasnya hasil akhir dilakukannya proses pelaksanaan bimbingan konseling islam, peneliti membuat table sebagaimana berikut:

NO	KONDISI KLIEN	SESUDAH DILAKUKAN PROSES BIMBINGAN KONSELING ISLAM		
		A	B	C
1	Tidak Percaya Diri		✓	
2	Sering Menangis	✓		
3	Sering Menyendiri Dan Melamun	✓		
4	Kurang Suka Pada Sesuatu Yang Ada Dipondok		✓	

Keterangan

A : Tidak Pernah

B : Kadang-kadang

C : Masih Dilakukan

Kesimpulan

Proses pelaksanaan bimbingan Konseling dengan memakai terapi realitas adalah dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses konseling. Langkah pertama yang dilakukan oleh konselor dalam proses konseling yaitu langkah identifikasi masalah, yaitu konselor menggali data dari berbagai sumber. Konselor memperoleh data dari pengurus, konseli, ketua kamar pondok, keluarga dan teman untuk mengetahui gejala-gejala masalah yang dialami oleh konseli, selanjutnya konselor melaukan langkah yang kedua yaitu diagnosis, pada langkah diagnosis ini konselor menetapkan masalah yang telah dialami konseli.

Hasil pelaksanaan bimbingan konseling dengan terapi realitas dalam meningkatkan rasa percaya diri pada anak yang dipaksa mondok dikatagorikan cukup berhasil. Dalam hal ini dapat dilihat pada perubahan yang terjadi pada konseli yaitu konseli pulang dari pondok karena kerasan saat ini konseli sudah kembali ke pondok setelah dilakukan proses konseling. Konseling sudah tidak lagi menangis, dari pelaksanaan proses konseling konseli menyadari mau mencoba kembali dengan berproses di pondok, mau belajar dan menerima semua kondisi lingkungan pondok. Selain itu perubahan yang terjadi pada konseli yaitu konseli ingin mewujudkan citacitanya sebagai guru dengan sarana prasarana di pondok sebagai menunjang keberhasilan. Setelah di pondok konseli sedikit demi sedikit mengalami perubahan

dari pemikiran dan sifatnya, perubahan yang terjadi pada konseli memang bertahap, akan tetapi pada hasil konseling bisa dikatakan cukup berhasil dengan perubahan yang terjadi pada konseli.

Referensi

- Amir Hamzah Wiryoekarto, *Biografi KH. Imam Zarkasih dari Gontor Merintis Pesantren Modern*. Ponorogo: Gontor Press, 1996.
- Bastaman, H.D. *Integrasi Psikologis dengan Islam: Menuju Psikologi Islam*. Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2009.
- Dhofier, Zamakhsyari. *Tradisi Pesantren*. Jakarta: LP3ES, 1994.
- Haedari, Amin. dkk, *Masa Depan Pesantren: dalam Tantangan Modernitas dan Tantangan Kompleksitas Global*. Jakarta: IRD Press, 2006.
- Hakim, Thusrus. *Pengembangan Diri*. Yogyakarta: Liberty, 1999.
- Hasil Wawancara, Firli Ramadhan, 15 Januari 2022.
- Hasil Wawancara, Hilmie, 16 Januari 2022.
- Jumhur dan Surya, M. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance and Counseling)*. Bandung: CV. Ilmu, 1975.
- Lubis, NL. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011.
- Mandagi, Jeanne dan Wesniwiwo. *Masalah Narkotika dan Zat Aditif Lainnya serta Penanggulangannya*. Jakarta: Pramuka Saka Bayangkara, 1995.
- Palmer, Stephen. *Konseling dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Team Penyusunan Kamus Besar. Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Indonesia, 1990.
- Wahid, Abdurrahman. *Mengerakkan Tradisi; Esai-esai Pesantren*. Yogyakarta: LKIS, 2001.
- Winkel, W.S dan Sri Hastuti, MM. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, 2004.
- Ziemek, Manfred. *Pesantren dalam Perubahan Sosial*. Jakarta: P3M, 1986.

Copyright Holder :

© Arifin, F.Z. (2022)

First publication right :

Risalatuna: Journal of Pesantren Studies

This article is licensed under:

CC BY-SA 4.0