

**TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA  
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI  
(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)**



Oleh:  
**Lalu Abdurrachman Wahid**  
**NIM. 1520310040**

**TESIS**

**Diajukan Kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh  
Gelar Magister Pendidikan  
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam**

**YOGYAKARTA  
2017**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lalu Abdurrachman Wahid  
NIM : 1520310040  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 23 Januari 2017

Saya yang menyatakan,



**Lalu Abdurrachman Wahid**

NIM: 1520310032

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lalu Abdurrachman Wahid  
NIM : 1520310040  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 23 januari 2017

Saya yang menyatakan,



**Lalu Abdurrachman Wahid**

NIM: 1520310040



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA  
PASCASARJANA

## PENGESAHAN

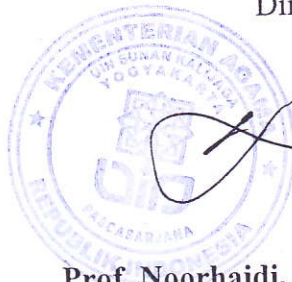
Tesis Berjudul : **TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN  
KOMUNIKASI KONSELING GUNA  
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON  
KONSELOR ISLAMI (Studi Eksperimen Pada  
Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan  
Komunikasi IAIN Mataram)**

Nama : Lalu Abdurrachman Wahid  
NIM : 1520310040  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Tanggal Ujian : 20 Februari 2017

Telah dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan.

Yogyakarta, Maret 2017

Direktur,



Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D.  
NIP. 19711207 199503 1 002

## PERSETUJUAN TIM PENGUJI

### UJIAN TESIS

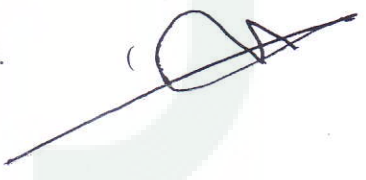
Tesis berjudul : TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)

Nama : Lalu Abdurrachman Wahid  
NIM : 1520310040  
Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Telah disetujui tim penguji ujian munaqosah

Ketua : Dr. Sunarwoto, MA. (  )

Pembimbing / Penguji : Dr. Sekar Ayu Aryani, MA. (  )

Penguji : Dr. Nurjannah, M.Si. (  )

Diuji di Yogyakarta pada tanggal 20 Februari 2017

Waktu : 9.30 – 11.00 WIB

Hasil / Nilai : 88,8 / B+

Predikat : ~~Memuaskan~~ / Sangat Memuaskan / ~~Cumlaude~~\*

\* Coret yang tidak perlu

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.  
Direktur Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

### **TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI**

**(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah Dan Komunikasi  
IAIN Mataram)**

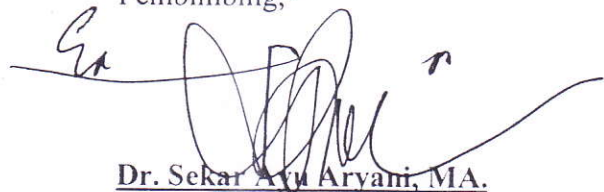
Yang ditulis oleh:

Nama : **Lalu Abdurrachman Wahid**  
NIM : 1520310040  
Jenjang : Magister (S2)  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Pendidikan.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.*

Yogyakarta, 17 Januari 2017  
Pembimbing,



**Dr. Sekar Ayu Arvani, MA.**  
NIP. 195912181987032001

## ABSTRAK

Lalu Abdurrachman Wahid. 2017. Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram). Tesis. Jenjang Magister (S2). Prodi Interdisciplinary Islamic Studies. Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Pembimbing: Dr. Sekar Ayu Aryani, MA.

**Kata Kunci:** Tazkiyatun Nafs, Komunikasi Konseling, Efikasi Diri.

Adanya kegelisahan dari kalangan pengajar (dosen) dan atau mahasiswa BKI mengenai eksistensinya setelah selesai menempuh kuliah S-1 Bimbingan dan Konseling Islam, dikarenakan banyaknya tantangan yang menimbulkan keyakinan akan kemampuannya rendah, ketidakpercayaan diri, efikasi diri yang rendah serta ketidaksiapan dalam melaksanakan layanan Bimbingan dan Konseling dan atau Bimbingan dan Konseling Islam nantinya. Jika keyakinan akan kemampuan diri (efikasi diri) calon konselor rendah, maka sudah dapat dipastikan dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling ia akan mengalami banyak hambatan dikarenakan ketidakpercayaan dirinya, sehingga di sini perlu diberikan intervensi berupa tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling guna meningkatkan efikasi diri calon konselor islami.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami dan untuk mengetahui apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami pada aspek tingkat kesulitan (*level*), keluasan (*generality*), dan ketahanan (*strength*). Penelitian dilakukan dengan true eksperimental pada 72 subjek penelitian yang pada akhirnya hanya 49 subjek yang dapat dianalisis, yaitu terdiri dari 25 subjek kelompok eksperimen dan 24 subjek sebagai anggota kelompok kontrol. Tingkat kemampuan efikasi diri diukur menggunakan skala kemampuan efikasi diri calon konselor islami.

Intervensi dilakukan selama 5 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama hanya pengenalan dan pelaksanaan *pretest* kelompok eksperimen dan kontrol, pertemuan kedua adalah pemberian materi tentang tazkiyatun nafs dan cara mengaplikasikan sarana tazkiyatun nafs dalam praktek konseling, pertemuan ketiga penyampaian materi mengenal dan mendalami keterampilan dasar dalam konseling, kemudian pertemuan keempat penyampaian materi tentang keterampilan komunikasi konseling (keterampilan pengamatan, mendengarkan aktif dan keterampilan empati) serta pemberian *posttest* kelompok eksperimen, dan pertemuan terakhir pelaksanaan *posttest* kelompok kontrol.

Hasil Penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan melalui uji *paired sample t test* antara *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dalam hal aspek *level*, aspek *generality*, aspek *strength*, dan efikasi diri secara keseluruhan, yaitu memiliki nilai probabilitas berturut-turut sebesar 0,001, 0,005, 0,000, dan 0,000. Demikian pula diperoleh hasil yang signifikan melalui uji *independent sample t test* yakni perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu nilai probabilitasnya berturut-turut sebesar 0,000, 0,015, 0,031, dan 0,001.

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 158/1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

### A. Konsonan Tunggal

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin        | Nama                        |
|------------|------|--------------------|-----------------------------|
| ا          | Alif | tidak dilambangkan | tidak dilambangkan          |
| ب          | ba'  | B                  | be                          |
| ت          | ta'  | T                  | te                          |
| ث          | sa'  | Ś                  | es (dengan titik di atas)   |
| ج          | Jim  | J                  | je                          |
| ح          | ha'  | Ḥ                  | ha (dengan titik di bawah)  |
| خ          | kha' | Kh                 | ka dan ha                   |
| د          | Dal  | D                  | de                          |
| ذ          | Zāl  | Ẓ                  | zet (dengan titik di atas)  |
| ر          | ra'  | R                  | er                          |
| ز          | Zai  | Z                  | zet                         |
| س          | Sin  | S                  | es                          |
| ش          | Syin | Sy                 | es dan ye                   |
| ص          | Sad  | Ṣ                  | es (dengan titik di bawah)  |
| ض          | Dad  | Ḍ                  | de (dengan titik di bawah)  |
| ط          | ta'  | Ṭ                  | te (dengan titik di bawah)  |
| ظ          | Za   | Ẓ                  | zet (dengan titik di bawah) |

|   |        |   |                       |
|---|--------|---|-----------------------|
| ع | ‘ain   | ‘ | koma terbalik di atas |
| غ | Gain   | G | ge                    |
| ف | fa’    | F | ef                    |
| ق | Qaf    | Q | qi                    |
| ك | Kaf    | K | ka                    |
| ل | Lam    | L | ‘el                   |
| م | Mim    | M | ‘em                   |
| ن | Nun    | N | ‘en                   |
| و | Wawu   | W | W                     |
| ه | ha’    | H | ha                    |
| ء | Hamzah | ‘ | apostrof              |
| ي | ya’    | Y | ye                    |

B. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis rangkap

|        |         |                     |
|--------|---------|---------------------|
| متعددة | ditulis | <i>Muta’addidah</i> |
| عدة    | ditulis | <i>‘iddah</i>       |

C. *Ta’ Marbūtah*

1. Bila dimatikan tulis *h*

|      |         |               |
|------|---------|---------------|
| حكمة | ditulis | <i>Hikmah</i> |
| جزية | ditulis | <i>Jizyah</i> |

(Ketentuan ini tidak diperlukan pada kata-kata arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti zakat, salat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

Bila diikuti kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan *h*

|                |         |                           |
|----------------|---------|---------------------------|
| كرامة الأولياء | ditulis | <i>Karāmah al-auliya'</i> |
|----------------|---------|---------------------------|

2. Bila *ta' marbūtah* hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah, dan dammah ditulis *t*.

|            |         |                       |
|------------|---------|-----------------------|
| زكاة الفطر | ditulis | <i>Zakāh al-fitri</i> |
|------------|---------|-----------------------|

#### D. Vokal Tunggal

| Tanda Vokal | Nama   | Huruf Latin | Nama |
|-------------|--------|-------------|------|
| -----       | Fathah | a           | a    |
| -----       | Kasrah | i           | i    |
| -----       | Dammah | u           | u    |

#### E. Vokal Panjang

|    |                            |                    |                        |
|----|----------------------------|--------------------|------------------------|
| 1. | Fathah + alif<br>جاهلية    | ditulis<br>ditulis | a<br><i>jāhiliyyah</i> |
| 2. | Fathah + ya' mati<br>تنسى  | ditulis<br>ditulis | ā<br><i>tansā</i>      |
| 3. | Kasrah + yā' mati<br>كريم  | ditulis<br>ditulis | ī<br><i>karīm</i>      |
| 4. | Dammah + wāwu mati<br>فروض | ditulis<br>ditulis | ū<br><i>furūd</i>      |

#### F. Vokal Rangkap

|    |                            |                    |                       |
|----|----------------------------|--------------------|-----------------------|
| 1. | Fathah + yā' mati<br>بينكم | ditulis<br>ditulis | ai<br><i>bainakum</i> |
| 2. | Fathah + wāwu mati<br>قول  | ditulis<br>ditulis | au<br><i>qaul</i>     |

#### G. Vokal Pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

|       |         |                |
|-------|---------|----------------|
| أأنتم | ditulis | <i>a'antum</i> |
| أأعدت | ditulis | <i>u'iddat</i> |

|           |         |                        |
|-----------|---------|------------------------|
| لئن شكرتم | ditulis | <i>la'in syakartum</i> |
|-----------|---------|------------------------|

#### H. Kata sandang Alif + Lam

- a. Bila diikuti huruf *al Qamariyyah* ditulis dengan huruf “I”.

|        |         |                  |
|--------|---------|------------------|
| القرآن | ditulis | <i>al-Qur'ân</i> |
| القياس | ditulis | <i>al-Qiyâs</i>  |

- b. Bila diikuti huruf *al Syamsiyyah* ditulis dengan menggunakan huruf *Syamsiyyah* yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf *l (el)*nya

|        |         |                  |
|--------|---------|------------------|
| السماء | ditulis | <i>as-Samâ'</i>  |
| الشمس  | ditulis | <i>asy-Syams</i> |

#### I. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

Ditulis menurut penulisannya

|            |         |                      |
|------------|---------|----------------------|
| ذوى الفروض | ditulis | <i>zawî al-furūd</i> |
| اهل السنة  | ditulis | <i>ahl as-Sunnah</i> |

### **MOTTO**

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ  
إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ (المائدة: ٢)

....dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya. (QS. Al-Maidah [5] : 2)

### **PERSEMBAHAN**

**Teruntuk kedua orangtuaku dan keluarga besarku**

Dengan penuh rasa syukur kehadiran Allah SWT tesis ini kupersembahkan untuk:

Kedua orangtuaku (Lalu Purnan Hidayat dan Baiq Maemunah), dan semua saudara beserta keluarga besar yang memberikan do'a dan dukungan kepadaku sehingga dapat menyelesaikan tesis ini tepat waktu.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Puji syukur Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah-Nya dalam penyusunan tesis berjudul *Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami ( Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)*. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW, keluarga, sahabat dan umatnya yang selalu membela beliau didalam memperjuangkan agama Allah.

Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penelitian ini merupakan jenis eksperimen induktif yang berupaya meningkatkan kemampuan efikasi diri menggunakan materi tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling. Analisis data dilakukan terhadap temuan data kuantitatif menggunakan uji statistik dengan bantuan program SPSS versi 21.0 *for windows*.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa terselesaikannya penulisan tesis ini berkat atas limpahan rahmat, barakah dan ridha Allah SWT, dan bantuan serta dukungan semua pihak yang terkait. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
2. Direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
3. Ketua dan sekretaris Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies pada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
4. Dr. Sekar Ayu Aryani, MA. Selaku dosen pembimbing tesis.
5. Dr. Faizah, MA selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram yang telah memberikan izin penelitian.
6. Rendra Khaldun, M.Ag, dan Masruri, Lc. MA. Selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram yang bersedia memberikan izin dan membantu memperlancar proses penelitian.
7. Mahasiswa BKI Semester V (Lima) IAIN Mataram yang telah bersedia menjadi partisipan penelitian.

8. Tim pelaksana modul: Etty Setiawati, Saleh Hambali, Tajalli, dan Adharisman.
9. serta pihak-pihak lain yang sulit disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi para pembaca dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 23 Januari, 2017

Penulis

**Lalu Abdurrachman Wahid**

NIM : 1520310040

## DAFTAR ISI

|                                         |      |
|-----------------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL.....                      | i    |
| PERNYATAAN KEASLIAN.....                | ii   |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....         | iii  |
| PENGESAHAN .....                        | iv   |
| PERSETUJUAN .....                       | v    |
| NOTA DINAS PEMBIMBING .....             | vi   |
| ABSTRAK .....                           | vii  |
| PEDOMAN TRANSLITERASI .....             | viii |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....             | xii  |
| KATA PENGANTAR .....                    | xiii |
| DAFTAR ISI.....                         | xv   |
| DAFTAR TABEL .....                      | xvii |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                   | xix  |
| BAB I : PENDAHULUAN                     |      |
| A. Latar Belakang Masalah.....          | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                | 14   |
| C. Hipotesis Penelitian.....            | 15   |
| D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian ..... | 16   |
| E. Kajian Pustaka.....                  | 18   |

|                                                                                                    |         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| F. Kerangka Teoritis.....                                                                          | 22      |
| 1. Efikasi Diri.....                                                                               | 22      |
| 2. Taazkiyatun Nafs .....                                                                          | 28      |
| 3. Komunikasi Konseling.....                                                                       | 40      |
| 4. Hubungan antara Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi<br>Konseling dengan Efikasi Diri ..... | 55      |
| G. Metode Penelitian.....                                                                          | 57      |
| H. Sistematika Pembahasan .....                                                                    | 84      |
| <br>BAB II : HASIL PENELITIAN                                                                      |         |
| A. Pelaksanaan dan Hasil Penelitian.....                                                           | 85      |
| 1. Pelaksanaan Penelitian .....                                                                    | 85      |
| 2. Hasil Penelitian .....                                                                          | 95      |
| a. Data utama penelitian : <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .....                                | 95      |
| b. Data pendukung .....                                                                            | 101     |
| c. Uji Asumsi .....                                                                                | 103     |
| d. Uji Hipotesis .....                                                                             | 105     |
| B. Pembahasan.....                                                                                 | 120     |
| C. Keterbatasan Penelitian.....                                                                    | 126     |
| <br>BAB III PENUTUP                                                                                |         |
| A. Kesimpulan .....                                                                                | 128     |
| B. Saran.....                                                                                      | 129     |
| <br>DAFTAR PUSTAKA .....                                                                           | <br>132 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN.....                                                                             | 136     |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....                                                                          | 237     |

## DAFTAR TABEL

|             |                                                                                                                                |     |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 1.1   | Deskripsi Subjek Penelitian.....                                                                                               | 63  |
| Tabel 1.2   | Skor Jawaban Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Skala Efikasi Diri.....                                        | 68  |
| Tabel 1.3   | Kisi-kisi Instrumen Skala Efikasi Diri.....                                                                                    | 69  |
| Tabel 1.4   | Perbandingan Sebaran Item antara Sebelum dan Sesudah Uji Coba Skala.....                                                       | 70  |
| Tabel 1.5   | Nomor Item Valid dan Tidak Valid Setelah Uji Coba Skala..                                                                      | 71  |
| Tabel 1.6   | Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri.....                                                                                    | 75  |
| Tabel 1.7   | Kriteria Koefisien Reliabilitas.....                                                                                           | 79  |
| Tabel 1.8   | Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....                                                                                 | 79  |
| Tabel 1.9   | Rancangan Penelitian.....                                                                                                      | 81  |
| Tabel 2.1   | Rekap Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen....                                                         | 95  |
| Tabel 2.2   | Rekap Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....                                                           | 96  |
| Tabel 2.3   | Kategori Skor dan Interval Aspek <i>Level</i> , <i>Generality</i> , <i>Strength</i> , dan Efikasi Diri Secara Keseluruhan..... | 98  |
| Tabel 2.4   | Persentase Sebaran Kategori Skor Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....                                                          | 98  |
| Tabel 2.5.1 | Deskripsi Data <i>Pretest-Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....                                           | 99  |
| Tabel 2.5.2 | Kategori <i>Pretest-Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....                                                 | 100 |
| Tabel 2.6   | Hasil Observasi Praktek Konseling Berpasangan.....                                                                             | 102 |
| Tabel 2.7   | Hasil Uji Normalitas Data.....                                                                                                 | 103 |

|               |                                                                                                       |     |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 2.8     | Hasil Uji Homogenitas Varian.....                                                                     | 104 |
| Tabel 2.9     | Hasil Uji <i>Paired Samples Statistics</i> Kelompok Eksperimen..                                      | 105 |
| Tabel 2.10.1  | Hasil Uji <i>Paired Samples Correlations</i> Kelompok<br>Eksperimen.....                              | 106 |
| Tabel 2.10. 2 | Kriteria Koefisien Korelasi.....                                                                      | 106 |
| Tabel 2.11    | Hasil Uji <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Eksperimen.....                                         | 107 |
| Tabel 2.12    | Hasil Uji <i>Paired Samples Statistics</i> Kelompok Kontrol.....                                      | 109 |
| Tabel 2.13.1  | Hasil Uji <i>Paired Samples Correlations</i> Kelompok Kontrol..                                       | 110 |
| Tabel 2.13.2  | Kriteria Koefisien Korelasi.....                                                                      | 110 |
| Tabel 2.14.   | Hasil Uji <i>Paired Samples Test</i> Kelompok Kontrol.....                                            | 111 |
| Tabel 2.15    | Ringkasan Hasil Uji <i>Paired Sampel t Test</i> .....                                                 | 113 |
| Tabel 2.16    | Hasil Uji <i>Group Statistics</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok<br>Kontrol.....                    | 114 |
| Tabel 2.17    | Hasil Uji <i>Independen Samples t Test</i> Kelompok Eksperimen dan<br>Kelompok Kontrol.....           | 116 |
| Tabel 2.18    | Ringkasan Hasil Uji <i>Independent Sample t Test</i> Kelompok<br>Eksperimen dan Kelompok Kontrol..... | 119 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|             |                                                                   |     |
|-------------|-------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1  | :Modul: Tazkiyatun Nafs dan Komunikasi Konseling.....             | 136 |
| Lampiran 2  | :Handout: Tazkiyatun Nafs dan Komunikasi Konseling.....           | 172 |
| Lampiran 3  | :Data Penelitian: Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen.....   | 204 |
| Lampiran 4  | :Data Penelitian: Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen ..... | 205 |
| Lampiran 5  | :Data Penelitian: Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Kontrol .....     | 206 |
| Lampiran 6  | :Data Penelitian: Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol .....    | 207 |
| Lampiran 7  | :Data Penelitian: Tabulasi Uji Coba Skala Efikasi Diri.....       | 208 |
| Lampiran 8  | :Data Penelitian: Hasil Observasi Konseling Berpasangan .....     | 209 |
| Lampiran 9  | :Tabel <i>r Product Moment</i> .....                              | 210 |
| Lampiran 10 | :Output SPSS: Hasil Uji Normalitas Data .....                     | 211 |
| Lampiran 11 | :Output SPSS: Hasil Uji Homogenitas Varian .....                  | 212 |
| Lampiran 12 | :Output SPSS: Hasil Uji Statistik Deskriptif KE.....              | 213 |
| Lampiran 13 | :Output SPSS: Hasil Uji Statistik Deskriptif KK .....             | 214 |
| Lampiran 14 | :Output SPSS: Hasil Uji <i>Paired Samples t-Test</i> KE.....      | 215 |
| Lampiran 15 | :Output SPSS: Hasil Uji <i>Paired Samples t-Test</i> KK .....     | 216 |
| Lampiran 16 | :Output SPSS: Hasil Uji <i>Independent Samples t-Test</i> .....   | 217 |
| Lampiran 17 | :Output SPSS: Hasil Observasi Konseling Berpasangan .....         | 218 |

|             |                                                               |     |
|-------------|---------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 18 | :Skala Efikasi Diri Calon Konselor Islami Pra Uji Coba .....  | 219 |
| Lampiran 19 | :Skala Efikasi Diri Calon Konselor Islami Pasca Uji Coba..... | 225 |
| Lampiran 20 | :Pedoman Observasi Praktek Konseling Berpasangan.....         | 229 |
| Lampiran 21 | :Pedoman Wawancara .....                                      | 230 |
| Lampiran 22 | : <i>Checklist</i> Pelaksanaan Penelitian .....               | 231 |
| Lampiran 23 | :Pedoman Pengkodean Penelitian.....                           | 232 |
| Lampiran 24 | :Biodata Tim Pelaksana Modul .....                            | 235 |
| Lampiran 25 | :Surat Izin Penelitian .....                                  | 236 |
| Lampiran 28 | :Daftar Riwayat Hidup .....                                   | 237 |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia dalam kehidupannya tidak akan pernah terlepas dari masalah. Bahkan di setiap tahap perkembangan akan selalu muncul masalah. Oleh karena itu manusia dituntut harus mampu melewati tugas-tugas perkembangan dengan baik agar memperoleh kehidupan yang memadai. Semenjak manusia dilahirkan ia telah dibekali berbagai potensi alami atau dalam Islam di sebut fitrah. Tugas manusia hanyalah bagaimana mengembangkan fitrah tersebut supaya berjalan sesuai kodratnya.

Ditinjau dari persefektif Bimbingan dan Konseling Islam, jelas bahwa tugas dari seorang konselor islami sangat dibutuhkan dalam rangka membimbing dan mengarahkan serta mengembangkan potensi yang dimiliki konselinya. Kemudian konselor juga harus memiliki kepercayaan diri atau keyakinan terhadap kemampuannya sehingga mampu memecahkan permasalahan yang ia hadapi dan juga masalah yang dihadapi konselinya. Ketika efikasi diri konselor meningkat, maka akan berpengaruh pada setiap lini kehidupannya termasuk prestasi belajarnya. Seperti yang dijelaskan Myers dalam Carlos,<sup>1</sup> bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi akan

---

<sup>1</sup> M. Carlos., Zamrakita dan M. Nisfiannor, "Hubungan *self efficacy* dan Prestasi Kerja Karyawan Marketing," dalam *Jurnal Phronesis*, Vol. 08, No. 02, (Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara, 2006), 198.

memperlihatkan sikap yang lebih gigih, tidak cemas dan tidak mengalami tekanan dalam suatu hal.

Dalam dunia pendidikan, efikasi diri memegang peranan yang penting dalam rangka keberhasilan prestasi akademik peserta didik, karena dengan efikasi diri yang tinggi maka akan lebih memacu semangat dan rasa percaya diri peserta didik, sehingga menumbuhkan cara pandangan yang positif terhadap suatu masalah atau peristiwa yang dihadapinya dan terhindar dari perilaku-perilaku yang tergolong *abnormal*.

Pada beberapa penelitian yang membahas tentang perilaku menyimpang dikalangan peserta didik sering dikaitkan dengan efikasi diri yang rendah. Dalam sebuah penelitian mengatakan bahwa efikasi diri sangat penting dalam segala aspek kehidupan akademik peserta didik, khususnya dalam menghadapi tugas akademik. Keyakinan peserta didik akan mengarahkan pada pemilihan tindakan serta keuletan usahanya.<sup>2</sup> Menurut Arch dalam Ambarwati,<sup>3</sup> efikasi dapat memotivasi seseorang dalam mencapai prestasi. Beberapa penelitian tentang efikasi diri pada tugas akademik menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dengan pencapaian prestasi.

---

<sup>2</sup> M. Jufri, "Efikasi Diri, Keterampilan Belajar, dan Penyesuaian Diri Sebagai Indikator Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama", *Tesis* (Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM, 1999), 111.

<sup>3</sup> K.D. Ambarwati, "Hubungan Antara Efikasi Diri dan Kecemasan Menghadapi Tugas Keperawatan Pada Mahasiswa Akademi Perawatan (AKPER) Tingkat Tiga di Akademi Perawatan (AKPER) Bethesda Yogyakarta", dalam *Jurnal Psiko Wacana*, Vol. 02, No. 02, November 2003, 199.

Mengacu pada beberapa penelitian di atas, maka diperoleh gambaran bahwa calon konselor dengan efikasi diri tinggi, akan memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menghadapi dan mengatasi situasi yang menegangkan atau tidak menyenangkan dan yakin bahwa dia akan berhasil dengan apa yang ia lakukan. Ia akan sangat yakin bahwa ia dapat menyelesaikan masalahnya dan menyelesaikan pula permasalahan konselinya. Keadaan berbeda terjadi pada calon konselor yang memiliki efikasi diri rendah, yaitu ia tidak memiliki keyakinan pada kemampuannya dalam memecahkan persoalan sehingga tidak mampu berpikir bahwa usaha yang dilakukannya akan membuahkan hasil serta berpikir bahwa ketidakmampuannya tersebut akan menjadikannya seseorang yang gagal dan bernilai buruk. Ia akan gagal dalam menyelesaikan masalahnya dan permasalahan konselinya. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Bandura,<sup>4</sup> yang mengatakan bahwa disfungsi dan penderitaan yang dialami individu disebabkan karena cara berpikirnya. Bila keyakinan sudah terbentuk, efikasi diri akan mengatur aspirasi-aspirasi, rangkaian perilaku, usaha yang akan dilakukan serta reaksi-reaksi afektif yang diperlukan.

Efikasi diri dalam konteks konselor dapat diambil kesimpulan bahwa jika seorang calon konselor islami memiliki efikasi diri yang tinggi, maka dapat dipastikan ia akan berkeyakinan bahwa ia akan mampu melakukan pelayanan bimbingan dan konseling dengan baik, dengan bekal kempuan yang sudah dimilikinya. Seorang konselor yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mampu

---

<sup>4</sup> Albert Bandura, *Self Efficacy : The Exercise of Control* (New York: W.H Freeman and Company, 1997), 3.

menyelesaikan permasalahan konseli dengan baik karena berbekal pengetahuan, kepercayaan, dan keyakinan bahwa Allah akan membantunya karena ia sudah berfikir positif terhadap diri dan Tuhannya.

Kemudian, penyembuhan jiwa tak ubahnya penyembuhan badan. Bedanya penyembuhan jiwa dilakukan dengan melenyapkan sifat-sifat rendah dan ahlak yang hina dari jiwa serta mengusahakan keutamaan dan ahlak mulia, sementara penyembuhan badan dilakukan dengan melenyapkan virus-virus penyakit tubuh. Umumnya, foster asal adalah sehat dan normal (seimbang), lalu ditimpa berbagai penyakit dari pengaruh makanan, perubahan cuaca, dan pergantian kondisi. Demikian pula semua orang dilahirkan dalam keadaan normal dan sehat (tanpa cacat) sebagaimana diisyaratkan Rasulullah saw: “Setiap bayi dilahirkan dalam keadaan fitri. Orangtuanyalah yang membuatnya menjadi seorang Yahudi atau Nasrani atau Majusi”. Yakni orangtuanya yang mengusahakan berbagai sifat-sifat rendah lewat pembiasaan dan pengajaran.<sup>5</sup>

Sebagaimana keadaan badan tidak diciptakan sempurna tapi disempurnakan dengan olahraga dan makanan yang baik, keadaan jiwa pun diciptakan dalam keadaan tidak sempurna, tapi berpotensi menjadi sempurna. Jiwa menjadi sempurna melalui penyucian dan pelurusan ahlak dengan ilmu. Jika badan sehat, dokter hanya perlu

---

<sup>5</sup> Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs*, terj. Maman Abdurrahman Assegaf (Jakarta: Zaman, 2012), 15.

menerapkan aturan-aturan yang bisa menjaga kesehatannya. Jika badan sakit, dokter perlu mengobatinya.

Demikian pula keadaan jiwa, jika ia suci dan bersih serta berahlak terdidik, sang konselor hanya perlu menjaganya dan menjaga sifat-sifatnya, menambahkan kekuatan padanya dan mengusahakan pengentalan sifat-sifatnya. Jika tidak sempurna dan tidak bersih, ia harus disempurnakan dan dibersihkan. Penyakit yang mengubah keseimbangan foster yang mengakibatkan sakit hanya bisa ditawar dengan sesuatu yang menjadi lawannya, panas ditawar dengan dingin dan dingin ditawar dengan panas. Demikian pula sifat-sifat rendah yang merupakan penyakit hati mesti disembuhkan dengan lawannya. Bodoh harus disembuhkan dengan ilmu, kikir disembuhkan dengan derma, takabur disembuhkan dengan tawaduk, rakus ditawar dengan menahan diri secara paksa dari berbagai syahwat. Si sakit tubuh harus mau menelan pahit obat untuk sembuh, demikian pula si sakit hati mesti mau menahan pahit *mujahadah* (kesungguhan) dan sabar untuk mengobati hatinya.

Kemuliaan dan keutamaan manusia adalah hati. Dengan hatinya manusia mengungguli mahluk-mahluk lain. Dengan hatinya ia siap untuk makrifatullah (mengenal Allah). Di dunia ini makrifat merupakan keindahan, kesempurnaan, dan kebanggaannya, dan di akhirat merupakan perlengkapan dan simpanannya. Manusia mampu mengenal Allah dengan hatinya, bukan dengan organ-organ tubuhnya. Hatilah yang mengetahui Allah, yang beramal untuk Allah, yang berjalan menuju Allah, yang mendekat kepada Allah. Sementara organ-organ tubuh hanya mengikuti

dan menjadi organ pembantu, alat-alat yang diperbantukan oleh hati, hati yang mempekerjakannya seperti tuan mempekerjakan budak.

Penyucian (*at-tazkiyah*), dalam bahasa arab berasal dari kata *zaka*-*yazkuu*-*zaka*'*an*, yang berarti suci, *At-tazkiyah* berarti tumbuh, suci, dan berkah'' Secara etimologi jiwa memiliki beberapa makna, yang paling menonjol di antaranya adalah. (1) Jiwa bermakna Roh, Jika dikatakan "*jiwanya keluar*", maka yang dimaksud adalah rohnya. (2) Jiwa bermakna sesuatu dan hakikatnya, jika dikatakan, "*Dia membunuh jiwanya dan binaslah jiwanya*".<sup>6</sup>

Pada prinsipnya *tazkiyatun nafs* sangat berarti bagi kelangsungan manusia. Di samping dapat membentuk pribadi yang bersih dari gangguan jiwa, kesehatan mental juga dapat mengantarkan seseorang menuju kebahagiaan dunia maupun akhirat. Dengan *tazkiyah*, manusia akan memperoleh kesadaran diri dan selanjutnya akan memperoleh pula kesabaran. Nilai-nilai itu sama dengan konsep dan cita-cita yang mengarahkan perilaku individual dan kolektif manusia dalam kehidupan mereka. Nilai-nilai Islam menyatu dengan sifat manusia dan mengakibatkan evolusi spiritual dan moralnya.

Selanjutnya komunikasi konseling adalah komunikasi verbal dan non verbal antara konselor dan konseli yang memiliki tujuan untuk mencapai suatu kesepakatan

---

<sup>6</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shalih*, terj. H. Emiel Threeska, cet ke-2 (Jakarta: Akbar Media, 2012), 15.

berupa solusi terhadap masalah yang dihadapi konseli, dimana solusi tersebut harus dilaksanakan secara bertanggungjawab. Komunikasi konseling juga wujud dari cerminan diri untuk saling bersikap empati, memberikan penghargaan dan motivasi, yang pada dasarnya adalah memberikan perubahan yang lebih baik.

Setiap manusia pasti melakukan komunikasi, karena komunikasi adalah bagian yang sangat penting bagi kehidupan. Tanpa adanya komunikasi penyampaian pesan yang berasal dari pikiran dan hati tidak akan tersampaikan, tetapi sebaliknya dengan adanya komunikasi pesan yang ada di dalam pikiran dan hati dapat tersampaikan, sehingga menimbulkan kesamaan makna dan tujuan tercapai dengan baik. Begitu juga upaya komunikasi konselor dalam menyelesaikan masalah konseli. Oleh karena itu komunikasi konseling dapat menjadi suatu kajian yang sangat penting untuk diteliti.

Komunikasi konseling bertujuan untuk mengatasi dan mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi konseli dengan upaya komunikasi yang dilakukan oleh konselor secara interpersonal, lebih cenderung kepada pendekatan persuasive agar permasalahan konseli dapat diatasi dengan intensif, karena komunikasi dapat menyatukan hati dan pikiran yang akhirnya dapat berdampak pada perubahan perilaku.

Wenburg dan Wilmat dalam Arni Muhammad,<sup>7</sup> menyatakan bahwa persepsi konseli tidak dapat dilihat oleh orang lain tetapi semua arti atribut pesan ditentukan oleh masing-masing konseli, sehingga dapat diketahui porses komunikasi interpersonal yang terjadi melalui pertukaran informasi antara komunikator dan komunikan baik itu persepsi maupun arti atribut pesan yang sudah tersampaikan. Dalam proses konseling dapat diperhatikan bahwa yang menjadi komunikator adalah konselor dan komunikan adalah konseli.

Memahami makna komunikasi konseling haruslah dengan menyeluruh, karena komunikasi dapat menjalin hubungan yang harmonis dengan sesama manusia harus mampu berkomunikasi yang efektif dan efisien. Setelah mampu memahaminya barulah mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam hal ini konseli. Melalui komunikasi interpersonal dapat meningkatkan hubungan emosional antara konselor dan konseli melalui pesan-pesan verbal dan non verbal serta komunikasi interpersonal juga sangat penting dalam mencapai kebahagiaan hidup manusia.<sup>8</sup>

Para Nabi dan Rasul diutus untuk membimbing dan mengarahkan manusia ke arah kebaikan yang hakiki dan juga sebagai *figure* konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan permasalahan (*problem solving*) yang berkaitan dengan perbuatan manusia, agar manusia keluar dari tipu daya setan. Sebagai contoh para nabi dan rasul membimbing manusia agar mampu menggunakan waktunya dengan

---

<sup>7</sup> Arni Muhammad, *Komunikasi Organisasi* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 159.

<sup>8</sup> A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi : Tinjauan Psikologis* (Yogyakarta: Kanisius, 1995), 9

sebaik-baiknya dan tidak menyia-nyiakannya, beramal saleh dan saling menasehati dalam kesabaran dan kebenaran. Sebagaimana firman Allah SWT dalam al-Qur'an surat al-'Ashr [103] : 1-3.

*Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.*

Manusia diharapkan saling member bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri. Memberi bimbingan agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Untuk menjadi orang-orang yang beriman harus adanya hidayah dan pertolongan dari Allah SWT dan perlu adanya bimbingan. Allah SWT juga dapat memberikan kesesatan sesuai apa yang dikehendaki-Nya. Sebagaimana Allah berfirman :

*Artinya: Orang-orang kafir berkata: "Mengapa tidak diturunkan kepadanya (Muhammad) tanda (mukjizat) dari Tuhannya?" Katakanlah: "Sesungguhnya Allah menyesatkan<sup>9</sup> siapa yang dia kehendaki dan menunjuki orang-orang yang bertaubat kepada-Nya", (Q.S. ar-Ra'd [13] : 27).*

---

<sup>9</sup> disesatkan Allah berarti: bahwa orang itu sesat berhubung keingkarannya dan tidak mau memahami petunjuk-petunjuk Allah. dalam ayat ini, Karena mereka itu ingkar dan tidak mau memahami apa sebabnya Allah menjadikan nyamuk sebagai perumpamaan, Maka mereka itu menjadi sesat.

Dari ayat-ayat tersebut juga dapat dipahami bahwa ada jiwa yang menjadi fasik dan ada pula jiwa yang menjadi takwa. Ayat ini menunjukkan agar manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan kata lain membimbing ke arah mana seseorang itu akan menjadi baik atau buruk.

Nabi Muhammad SAW mengajak manusia untuk menyebarkan atau menyampaikan ajaran Islam walaupun satu ayat saja yang dipahami, dengan demikian nasihat agama juga dapat disebut bimbingan (*guidance*). Islam memberi perhatian pada proses bimbingan, Allah SWT menunjukkan adanya bimbingan, nasihat atau petunjuk bagi manusia yang beriman dalam melakukan perbuatan terpuji, seperti yang tertuang dalam ayat-ayat berikut :

*Artinya: Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya . Kemudian kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya (neraka). (Q.S. at-Tin [95] : 4-5)*

Kemudian ayat lain juga menjelaskan yang artinya : *Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar,<sup>10</sup> merekalah orang-orang yang beruntung. (Q.S. Ali Imran [3] : 104)*

Kebutuhan akan hubungan bantuan (*helping relationship*), pada dasarnya timbul dari manusia yang melahirkan seperangkat pertanyaan mengenai apakah yang

---

<sup>10</sup> Ma'ruf: segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah; sedangkan munkar ialah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari pada-Nya.

harus diperbuatnya. Dalam konsep Islam, manusia memiliki fitrah dan Allah SWT menciptakan manusia dengan bentuk yang paling sempurna dengan semua kelebihan yang ada pada manusia, tetapi manusia juga cenderung berkeluh kesah. Manusia yang beriman dan berilmu, Allah SWT akan meninggikan derajatnya, sebagaimana firman Allah sebagai berikut :

Artinya: *Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Q.S. al-Mujadalah [58] : 11).*

Pendekatan Islam juga dapat dikaitkan dengan aspek-aspek psikologis dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi pribadi, sikap, kecerdasan dan perasaan yang terintegrasi dalam sistem *qalbu*, akal, dan nafsu manusia yang menimbulkan tingkah laku. Untuk menjadikan insan yang baik beriman dan bertakwa perlu adanya bimbingan. Bimbingan tersebut dilakukan dengan proses komunikasi, agar setiap masalah dapat diselesaikan dengan baik.<sup>11</sup> Manusia adalah makhluk yang disebut makhluk beragama (*homo religious*), oleh karena itu memiliki naluri agama (*instink religious*), sesuai dengan firman Allah SWT sebagai berikut :

Artinya: *Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang Telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak*

---

<sup>11</sup> Netty Hertati, *et. al, Islam dan Psikologi* (Jakarta: Rajawali Pers, 2004), 163.

*ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.*<sup>12</sup> (Q.S. ar-Ruum [30] : 30).

Islam mempunyai fungsi-fungsi komunikasi, pelayanan bimbingan, konseling dan terapi dimana filosofinya didasarkan atas ayat-ayat al-Qur'an dan Sunnah Rasul. Sebagaimana dalam firman Allah SWT mengenai mengajak manusia untuk berkomunikasi dengan hikmah baik dalam mengajak ke jalan kebaikan ataupun berdiskusi apabila ada perbedaan yang menimbulkan saling membantah, haruslah dengan baik, sebagaimana dijelaskan dalam al-Qur'an surat an-Nahl [16] : 125. Artinya: *Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah<sup>13</sup> dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.*

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa yang menjadi latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah adanya kegelisahan dari kalangan pengajar (dosen) dan atau mahasiswa BKI mengenai eksistensinya setelah selesai menempuh kuliah S-1 Bimbingan dan Konseling Islam, dikarenakan banyaknya tantangan yang menimbulkan keyakinan akan kemampuannya rendah, ketidakpercayaan diri, efikasi diri yang rendah serta ketidaksiapan dalam

---

<sup>12</sup> fitrah Allah: maksudnya ciptaan Allah. manusia diciptakan Allah mempunyai naluri beragama yaitu agama tauhid. kalau ada manusia tidak beragama tauhid, Maka hal itu tidaklah wajar. mereka tidak beragama tauhid itu hanyalah lantaran pengaruh lingkungan.

<sup>13</sup> Hikmah: ialah perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang bathil.

melaksanakan layanan Bimbingan dan Konseling dan atau Bimbingan dan Konseling Islam nantinya.<sup>14</sup> Jika keyakinan akan kemampuan diri (efikasi diri) calon konselor rendah, maka sudah dapat dipastikan dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling ia akan mengalami banyak hambatan dikarenakan ketidakpercayaan dirinya, sehingga di sini perlu diberikan intervensi berupa tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling guna meningkatkan efikasi diri calon konselor islami.

Permasalahan calon konselor diatas sejalan dengan problematika yang dihadapi oleh konselor yakni berkaitan dengan permasalahan keterampilan konselor dalam melaksanakan layanan konseling, lebih khususnya permasalahan konselor hanya memberikan nasehat dalam proses konseling, permasalahan konselor kurang memiliki keterampilan dasar konseling yang memadai, permasalahan konselor hanya mengalami anak masalah tidak menyentuh sampai ke akar permasalahan.<sup>15</sup> Permasalahan-permasalahan tersebut tidak sejalan dengan Permendiknas No. 27 tahun 2008 yang disebutkan bahwa konteks tugas konselor berada dalam kawasan pelayanan bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dan memandirikan konseli dalam pengambilan keputusan dan pilihan untuk mewujudkan kehidupan yang produktif, sejahtera, dan peduli kemaslahatan umum.<sup>16</sup>

---

<sup>14</sup> Hasil wawancara semi terstruktur via telepon dengan Kajur Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram dan salah satu Mahasiswa semester 6 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Tanggal 22 Mei 2016.

<sup>15</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Pustaka Setia, 2010), 131-132.

<sup>16</sup> Lihat lampiran Permendiknas No.27 tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor.

Konselor adalah pengampu pelayanan ahli dalam bimbingan konseling terutama dalam jalur pendidikan formal dan non formal.

Berdasarkan pemaparan di atas peningkatan efikasi diri calon konselor islami perlu dilakukan mengingat pentingnya pemberian layanan bimbingan dan konseling yang profesional, pemberian materi berupa tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling diharapkan mampu memberikan bekal kepada calon konselor dari perspektif konseling islami yang didapatkan dari materi tazkiyatun nafs serta mendapatkan keterampilan konseling persepektif Barat dari pelatihan komunikasi konseling sebagai bekal dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang profesional dan berlandaskan nilai-nilai dalam Islam.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami ?
2. Apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami pada aspek tingkat kesulitan (*level*), keluasan (*generality*), dan ketahanan (*strength*).

### C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini ada dua yakni hipotesis mayor dan hipotesis minor.

1. Hipotesis mayor dalam penelitian ini adalah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami secara positif dan signifikan.

Kemudian hipotesis minor yang dikembangkan dari hipotesis mayor terbagi menjadi tiga hipotesis minor yakni sebagai berikut :

1. Tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan komponen *level* efikasi diri calon konselor islami secara positif dan signifikan.
2. Tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan komponen *generality* efikasi diri calon konselor islami secara positif dan signifikan.
3. Tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan komponen *strength* efikasi diri calon konselor islami secara positif dan signifikan

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami.
2. Untuk mengetahui apakah tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami pada aspek tingkat kesulitan (*level*), keluasan (*generality*), dan ketahanan (*strength*).

#### **E. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka manfaat atau kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini memberikan sumbangan teoritis terhadap keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam pada khususnya, dan keilmuan Bimbingan dan Konseling pada umumnya, bahwa upaya meningkatkan efikasi diri calon konselor dapat dilakukan dengan pelatihan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling. Keberhasilan penelitian ini memberikan peluang bagi pelatihan Tazkiyatun Nafs untuk digunakan secara meluas sebagai salah satu teknik inovatif yang dapat digunakan dalam khazanah keilmuan Bimbingan dan Konseling serta

keilmuan Psikologi. Kemudian keberhasilan penelitian ini juga akan membuktikan bahwa konsep yang ada dalam ajaran islam dapat digunakan untuk penyembuhan jiwa dan perubahan tingkah laku menjadi lebih baik lagi serta lebih membumikan konsep Islam dalam hal ini tazkiyatun nafs yang dapat diintegrasikan dan diinterkoneksi dengan konsep pelatihan komunikasi konseling.

## 2. Manfaat praktis

Penelitian ini memberikan sumbangan praktis yang diharapkan dapat dinikmati dan digunakan berbagai pihak. Penelitian ini menyediakan informasi dalam wujud instrumen skala efikasi diri untuk mengukur tingkat efikasi diri yang dapat membawa pada kepercayaan diri calon konselor islam menuju kesiapan mental calon konselor dalam melakukan layanan Bimbingan dan Konseling, serta modul mengenai pelatihan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling. Kegunaan penelitian ini juga diharapkan dapat menjangkau calon konselor sebagai partisipan penelitian, yaitu calon konselor islami dalam hal ini mahasiswa jurusan BKI IAIN Mataram memperoleh manfaat pribadi dengan meningkatnya efikasi diri menuju kesiapan diri calon konselor dalam melaksanakan layanan Bimbingan dan Konseling. Kemudian diharapkan juga subjek penelitian memperoleh kecakapan tambahan mengenai keterampilan komunikasi konseling yang akan bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, dan memperoleh kecakapan mengenai materi pelatihan tazkiyatun nafs yang dapat digunakan untuk meningkatkan spiritualitas dan mengatasi masalahnya sendiri maupun digunakan nantinya untuk

membantu konseli dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling. Manfaat praktis terumum penelitian ini diharapkan dapat mengilhami, mendorong, menguatkan, ataupun berfungsi sebagai pembanding penelitian-penelitian lain dengan tema serupa.

#### **F. Kajian Pustaka**

Sumarto, tahun 2014. Tesis pada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Proses Komunikasi Konseling dalam Menangani Siswa MAN Godean yang Bermasalah”. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan proses komunikasi konseling yang dilakukan konselor untuk membantu mengatasi masalah yang dihadapi oleh siswa di MAN Godean. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan subjeknya adalah 2 orang siswa bermasalah yang sedang ditangani konselor sekolah. Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa proses komunikasi konseling yang digunakan konselor dalam membantu mengatasi masalah siswa masih banyak menggunakan teknik komunikasi verbal direktif dari pada nondirektif. Keterampilan dasar komunikasi konselor juga sudah memadai. Pesan non-verbal tampak dari penampilan konselor dan pesan artifaktual konselor juga sudah memadai serta aspek eksternal komunikasi konseling juga sudah memadai.

Andar Ifazatul Nurlatifah, tahun 2014. Tesis pada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “*Spiritual*

*Emotional Freedom Technique (SEFT)* dan Pelatihan Komunikasi Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Empati Calon Konselor”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan empati calon konselor apabila diterapkan SEFT dan pelatihan komunikasi konseling, khususnya keterampilan pengamatan dan mendengarkan secara aktif dan penelitian ini juga bertujuan untuk melihat ada atau tidak adanya pengaruh kedua metode tersebut pada komponen-komponen empati. Penelitian ini dilakukan dengan *true experimental design* pada 18 subjek penelitian yang pada akhirnya hanya 23 subjek yang datanya dapat dianalisis, yang terdiri dari 11 subjek kelompok eksperimen dan 12 subjek kelompok kontrol. Dari hasil penelitian ini disimpulkan bahwa penerapan SEFT dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan kemampuan empati secara signifikan, terutama pada komponen empati afektif dan komponen empati konatif. Namun, kedua metode tersebut tidak menyebabkan perbedaan yang signifikan pada komponen empati kognitif.

Adik Hermawan, tahun 2014. Tesis pada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Berbasis Islam untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Peserta Didik MTs Nurul Huda Demak”. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Berbasis Islam untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Peserta Didik. Subjek dalam penelitian ini adalah 16 peserta didik yang berasal dari kelas VIII MTs Nurul Huda Demak yang dibagi ke dalam dua kelompok,

yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok tersebut dipilih secara *random assignment*. Dalam penelitian ini menggunakan desain *randomized two group pre-test and post-test design* (desain eksperimen ulang). Dari hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa konseling *rational emotive behavior therapy* berbasis islam efektif digunakan untuk meningkatkan *self efficacy* peserta didik MTs Nurul Huda Demak.

Ahmad Farid Utsman, tahun 2015. Tesis pada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Komunikasi Konseling Lintas Budaya di MAN Gondanglegi Kabupaten Malang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi konseling yang dilakukan oleh konselor madrasah untuk melakukan konseling lintas budaya kepada peserta didik yang memiliki latar belakang etnis Jawa dan Madura. Jenis penelitian ini adalah *field research*. Sumber datanya adalah Guru BK dan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi serta dengan analisis keabsahan data menggunakan triangulasi sumber. Dari hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa komunikasi konseling yang diterapkan oleh Guru BK terhadap siswa etnis Jawa lebih ringan karena Guru BK memiliki latar belakang etnis jawa yang sama. Sedangkan dalam komunikasi konseling dengan etnis Madura Guru BK menggunakan bahasa Indonesia dan campuran bahasa Malangan. Serta kesimpulannya adalah komunikasi merupakan *password* sukses dan tidaknya konseling lintas budaya.

Agus Heri Suaedi, tahun 2006. Skripsi pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “Konsep Tazkiyatun Nafs Menurut Sa'id Hawwa dan Relevansinya terhadap Bimbingan Konseling Islam”. Penelitian bertujuan untuk mengkaji secara mendalam tentang konsep tazkiyatun nafs menurut Sa'id Hawwa dan relevansinya dengan Bimbingan Konseling Islam. Dari hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep tazkiyatun nafs menurut Sa'id Hawwa memiliki relevansi dengan Bimbingan dan Konseling Islam.

Berdasarkan telaah pustaka di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian dengan judul “Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)”, belum pernah diteliti sebelumnya. Penelitian dalam ranah keilmuan Bimbingan dan Konseling atau Bimbingan dan Konseling Islam yang secara khusus mengkombinasikan dan mengawinkan antara teori tazkiyatun nafs dan komunikasi konseling untuk meningkatkan efikasi diri calon konselor belum pernah dijumpai dan atau diteliti sebelumnya.

## G. Kerangka Teoritis

### 1. Efikasi Diri

#### a. Pengertian Efikasi Diri

Konsep *self efficacy* (efikasi diri) pertama kali dikemukakan oleh Albert Bandura. Bandura, mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan yang dikendaki.<sup>17</sup> Bandura dalam smet,<sup>18</sup> mengemukakan *self efficacy* berhubungan dengan keyakinan individu untuk dapat mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi kognisi, afeksi, dan lingkungan sosialnya. Efikasi diri dikaitkan dengan cara mengorganisasikan dengan baik dan menentukan tindakan yang dimaksud dengan situasi yang mungkin terjadi. Efikasi diri menurut Ogden,<sup>19</sup> adalah persamaan individu tentang persamaan dirinya, seberapa jauh merasa mampu menampilkan perilaku-perilaku yang di harapkan. Menurut Baron dan Byrne,<sup>20</sup> Efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan. Evaluasi ini dapat bervariasi tergantung pada situasi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan yang melekat pada seseorang terhadap kemampuan atau potensi yang dimilikinya untuk membentuk perilaku yang relevan pada tugas atau

---

<sup>17</sup> Albert Bandura, *Self Efficacy*, 3.

<sup>18</sup> B. Smet, *Psikologi Kesehatan*, (jakarta:PT Grasindo,1994), 191.

<sup>19</sup> J. Ogden, *Health Psykology: A Text Book*, (Buckingham: Open University Press, 2000) , 201.

<sup>20</sup> R.A Baron,D Byrne, *Psikologi Sosial jilid 1*, terj. Ratna Juwita (jakarta: Erlangga, 1997). 183.

situasi khusus, yang dibentuk dari cara pandang atau cara berfikir terhadap suatu peristiwa.

#### **b. Aspek-aspek Efikasi Diri**

Bandura, menjelaskan bahwa efikasi diri terdiri dari beberapa aspek, yaitu **Pertama, level** (tingkat kesulitan). Maksudnya adalah kemampuan seseorang dalam menyelesaikan tugas itu berbeda sesuai tingkat kesulitan masalah. Individu dengan efikasi diri tinggi akan mempunyai keyakinan yang tinggi tentang kemampuan dalam melakukan suatu tugas, sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri rendah akan memiliki keyakinan yang rendah pula tentang kemampuan dalam melakukan tugas. Park dan Kim,<sup>21</sup> menyebutkan bahwa efikasi sangat penting bagi pelajar untuk mengontrol motivasi untuk mencapai harapan-harapan akademik. Efikasi diri dapat ditunjukkan dengan tingkatan yang dibebankan pada individu, yang nantinya terdapat tantangan dengan tingkat yang berbeda dalam rangka menuju keberhasilan. Pendapat tersebut ditegaskan oleh Baron & Byrne, yang menjelaskan bahwa keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu untuk melakukan tugas akademik yang diberikan menandakan *level* kemampuan dirinya.

**Kedua, generality (keluasan).** cakupan bidang tingkah laku manusia itu luas dimana individu mersa yakin terhadap kemampuannya. Individu mampu menilai keyakinan dirinya dalam menyelesaikan tugas di banyak bidang atau dalam bidang

---

<sup>21</sup> Kim, U, & Park, Y, Factor Influencing Academic Achievement In Relational Cultures: The Role Of Self Relational, and Collective Efficacy. In F. Pajares & T. Urdan (ed). *The Self Efficacy Beliefs of Adolescents*. (Connecticut: Information Age Publishing 2006) PP. 267-285.

tertentu saja. Mampu atau tidaknya individu mengerjakan bidang-bidang dan konteks tertentu mengungkapkan gambaran secara umum tentang efikasi diri individu tersebut.

**Ketiga, *strength* (ketahanan)**, hal yang berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Individu mempunyai keyakinan yang kuat dan ketekunan dalam usaha yang akan dicapai meskipun terdapat kesulitan dan rintangan. Dengan efikasi diri, kekuatan untuk usaha yang lebih besar mampu didapat. Semakin kuat perasaan efikasi diri dan semakin besar ketekunan, semakin tinggi kemungkinan kegiatan yang dipilih dan dilakukan menjadi berhasil.<sup>22</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri terdiri dari tiga aspek, yaitu *level* (tingkatan kesulitan), *generality* (keluasan) dan *strength* (ketahanan). Seseorang dikatakan mempunyai *self efficacy*, jika di hadapkan pada tiga aspek di atas, Semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki individu atau peserta didik, maka makin tinggi pula kemungkinan individu memperoleh prestasi akademik.

### c. Faktor-faktor Efikasi Diri

Empat faktor penting yang digunakan individu dalam membentuk efikasi diri yaitu: pertama, *Mastery experience*. Pengalaman menyelesaikan masalah adalah sumber yang paling penting mempengaruhi efikasi diri seseorang, karena *Mastery experience* memberikan bukti yang paling akurat dari tindakan apa saja yang di ambil

---

<sup>22</sup> Albert Bandura, *Self Efficacy*, 42-43.

untuk meraih suatu keberhasilan atau kesuksesan, dan keberhasilan tersebut dibangun dari kepercayaan yang kuat didalam keyakinan individu. Kegagalan dan rintangan mengajarkan manusia bahwa kesuksesan membutuhkan kerja keras, setelah individu diyakinkan bahwa individu tersebut memiliki hal-hal yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan, individu akan berusaha untuk bangkit dan keluar dari kegagalan.

Kedua, *Vicarious experience*. Pengalaman orang lain adalah pengalaman pengganti yang disediakan untuk model sosial. Mengamati perilaku dan pengalaman orang lain sebagai proses belajar individu. Melalui model ini efikasi diri individu dapat meningkat, terutama apabila individu merasa memiliki kemampuan yang setara atau bahkan merasa lebih baik dari pada orang yang menjadi subjek belajarnya. Ketiga, persuasi verbal. Persuasi verbal mempunyai pengaruh yang kuat pada peningkatan efikasi diri individu dan menunjukkan perilaku yang digunakan secara efektif. Seseorang yang dikenai persuasi verbal bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas yang telah diberikan, maka orang tersebut akan menggerakkan usaha yang lebih besar dan akan meneruskan penyelesaian tugas tersebut.

Keempat, keadaan fisiologis dan emosional. Situasi yang menekan kondisi emosional dapat mempengaruhi efikasi diri. Gejolak emosi, goncangan, kegelisahan yang mendalam dan keadaan fisiologis yang lemah yang di alami individu akan dirasakan sebagai isyarat akan terjadi peristiwa yang tidak diinginkan, maka situasi

yang menekan dan mengancam akan cenderung di hindari. Penilaian seseorang terhadap efikasi diri dipengaruhi oleh suasana hati. Suasana hati yang positif akan mengingatkan efikasi diri, sedangkan suasana hati yang negatif akan melemahkan efikasi diri.<sup>23</sup>

Pendapat senada dikemukakan oleh Alwisol, efikasi diri atau keyakinan diri itu dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yaitu: pertama, pengalaman performansi, adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa lalu. Sebagai sumber performansi masa lalu menjadi pengubah efikasi diri yang paling kuat pengaruhnya. Prestasi (masa lalu) yang bagus meningkatkan ekspektasi efikasi, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi.

Kedua, pengalaman vikarius, diperoleh melalui model sosial. Efikasi akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi akan menurun jika mengamati orang yang kemampuannya kira-kira sama dengan dirinya ternyata gagal. Ketiga, persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi ini adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan. Keempat, keadaan emosi yang mengikuti suatu kegiatan akan mempengaruhi efikasi di bidang kegiatan itu, Emosi yang kuat, takut, cemas, stress,

---

<sup>23</sup> *Ibid.*, 79-113.

dapat mengurangi efikasi diri. Bisa jadi, peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri.<sup>24</sup>

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa sumber-sumber yang mempengaruhi efikasi diri terdiri dari empat faktor utama yaitu: *mastery experience*, *vicarious experience*, *persuasi verbal*, keadaan fisiologis dan emosional. *Self efficacy* seseorang individu dapat ditingkatkan atau menurun tergantung dari empat faktor tersebut. Keempat faktor tersebut yang nantinya digunakan untuk acuan di dalam peningkatan *self efficacy*.

#### **d. Sumber-sumber Efikasi Diri**

Bandura, menjelaskan efikasi diri akademik dibentuk, dikembangkan, atau diturunkan melalui satu atau kombinasi dari keempat sumber, yaitu pengalaman-pengalaman tentang penguasaan, pemodelan sosial, persuasi sosial, dan kondisi fisik serta emosional individu.<sup>25</sup> *Performance Accomplishment* (hasil yang telah dicapai) merupakan sumber informasi efikasi yang paling berpengaruh karena mampu memberikan bukti yang paling nyata tentang mampukah seseorang untuk mencapai keberhasilan. Pengalaman vikarius seolah mengalami sendiri (*Vicarious experience*); diperoleh melalui model sosial. Efikasi diri akan meningkat ketika mengamati keberhasilan orang lain, sebaliknya efikasi diri akan menurun jika mengamati orang (yang dijadikan *figure*) yang kemampuannya kira-kira sama dengan kemampuan

---

<sup>24</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi* (Malang: UMM Press, 2012), 361.

<sup>25</sup> Jess Fiest dan Gregory J. Fiest, *Teori Kepribadian Edisi Tujuh Buku Dua*, terj. Smitha Prathita Sjahputri, (Jakarta: Salemba Humanika, 2014), 416-418.

dirinya (si pengamat) ternyata gagal, hingga bisa membuat dirinya tidak mau mengerjakan apa yang pernah gagal dikerjakan figure tersebut dalam jangka waktu yang lama. Kalau *figure* yang diamati berbeda jauh dengan dirinya, pengaruh vikarius tidak besar. Persuasi sosial efikasi diri juga dapat diperoleh, diperkuat atau dilemahkan melalui persuasi sosial. Dampak dari sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat persuasi dari orang lain dapat mempengaruhi efikasi diri. Kondisi itu adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan. Keadaan emosi/fisik (*emotional/physiological*), keadaan emosi/fisik yang mengikuti suatu kegiatan akan berpengaruh efikasi diri dibidang kegiatan itu. Emosi yang kuat, takut, cemas, stress, dapat mengurangi efikasi diri. Namun bisa juga terjadi, peningkatan emosi dalam batas yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri.

## **2. Tazkiyatun Nafs**

### **a. Pengertian Tazkiyatun Nafs**

Secara etimologis kata *tazkiyah* berarti “mensucikan” atau “membersihkan”, sebagian ulama mengartikan pula “tumbuh besar” dan “makin banyak”.<sup>26</sup> Sedangkan kata *nafs* memiliki makna yang bervariasi, diantaranya “nafs” diartikan sebagai “jiwa”, sesuai makna kandungan surat (al-Fajr : 27-30). Kedua “nafs” didefinisikan sebagai “nyawa” sebagaimana terdapat dalam surat (Ali-Imran : 185), adapun surat (Yusuf : 53) menggunakan arti kata “hawa nafsu”. Sedangkan beberapa tokoh memaknainya dengan “keakuan” atau “ego” sebagaimana terdapat dalam surat (Al-

---

<sup>26</sup> Sa'id Hawwa, *Induk Pensucian Jiwa* (Singapore: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2002), 3.

An'am : 164).<sup>27</sup> Dalam Bahasa Arab kata “nafs” identik dengan istilah “jiwa”, sebagaimana istilah ini digunakan dalam Bahasa Indonesia. Bahasa Yunani menyebut “jiwa” dengan “psyche” serta kata “soul” dipergunakan dalam Bahasa Yunani.

Sedangkan secara etimologi, “tazkiyatun nafs” berarti berbagai amal perbuatan yang mempengaruhi jiwa seseorang secara langsung maupun tidak langsung yang bertujuan menyembuhkan diri dari berbagai “tawanan” penyakit, dengan merealisasikan berbagai ahlakul karimah. Dengan demikian, tazkiyatun nafs bukan sekedar berprinsip pada pembersihan jiwa dari segala penyakit hati semata melainkan juga pembinaan dan pengembangan jiwa positif.<sup>28</sup> Sedangkan kebalikan “tazkiyatun nafs” adalah lafadz *tadsiatun nafs* (menjatuhkan jiwa dan merendharkannya), mengakibatkan terhambatnya jiwa individu berma'rifat kepada Allah SWT. sebagaimana telah Allah terangkan dalam al-Qur'an Surat al-A'raf [7] : 179.

Artinya : *Sesungguhnya telah kami jadikan untuk neraka Jahannam kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakan untuk memahami (ayat-ayat Kami) dan mereka mempunyai mata tetapi tidak dipergunakan untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), Mereka itu sesungguhnya seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka inilah orang-orang lalai.*

Pada prinsipnya tazkiyatun nafs sangat berarti bagi kelangsungan manusia. Di samping dapat membentuk pribadi yang bersih dari gangguan jiwa, kesehatan mental juga dapat mengantarkan seseorang menuju kebahagiaan dunia maupun akhirat.

---

<sup>27</sup> Musa Asy'arie, *Dialektika Agama untuk Pembebasan Spiritual* (Yogyakarta: LESFI, 2002), 24-25.

<sup>28</sup> Jaelani A.F. *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental* (Jakarta: Amzah, 2000), 44.

Lebih jauh mengenai tazkiyatun nafs, mari kita simak pemaparan beberapa tokoh terlebih dahulu mengenai pengertian umum mengenai tazkiyatun nafs. Menurut al-Razi dalam *Tafsir al-Kabir* tazkiyatun nafs diartikan dengan *tathir* dan *tanmiyat* yang berfungsi untuk menguatkan motivasi seseorang dalam beriman dan beramal saleh. Adapun Muhammad Abduh mengartikan tazkiyatun nafs sebagai *tarbiyatun nafs* (pendidikan jiwa) melalui *tazkiyatul aql* dari aqidah yang sehat.

Zainuddin Sadar, mendefinisikan tazkiyatun nafs sebagai pembangunan karakter (watak) dan transformasi dari persoalan manusia, di mana seluruh aspek kehidupan memainkan peranan penting dalam prosesnya.<sup>29</sup> Tazkiyah sebagai konsep pendidikan dan pengajaran tidak saja membatasi dirinya pada proses pengetahuan yang sadar, tetapi agaknya lebih merupakan tugas untuk member tindakan hidup taat bagi individu yang melakukannya, sedangkan mukmin adalah karya seni yang dibentuk oleh tazkiyah. Anshori mengartikan tazkiyatun nafs sebagai upaya psikologis dari “agen” moral untuk membuang kecenderungan-kecenderungan negatif dalam jiwa dalam mengatasi konflik batin antar *nafsu al-lawwamah* dengan *nafsu al-amarah*.

Dengan *tazkiyah*,<sup>30</sup> manusia akan memperoleh kesadaran diri dan selanjutnya akan memperoleh pula kesabaran. Nilai-nilai itu sama dengan konsep dan cita-cita yang mengarahkan perilaku individual dan kolektif manusia dalam kehidupan

---

<sup>29</sup> Zainuddin Sardar, *Masa Depan Peradaban Muslim* (Surabaya: Bina Ilmu, 1985), 383.

<sup>30</sup> Ziauddin Sardar, *The Future of Muslim Civilisation (Rekayasa Masa Depan Peradaban Muslim)*, terj. Rahmani Astuti (Bandung: Mizan, 1993), 237.

mereka. Nilai-nilai Islam menyatu dengan sifat manusia dan mengakibatkan evolusi spiritual dan moralnya.

*Tazkiyah* dalam persepektif Al-Qur'an lebih dititikberatkan pada *tazkiyah an-nafs*. Menurut Ahmad Mubarak,<sup>31</sup> *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa) dapat dilakukan melalui perbuatan yang telah diisyaratkan oleh al-Qur'an, yaitu (1) pengeluaran infak harta benda Q.S. al-Lail [92]:18, (2) takut azab Allah dan menjalankan ibadah salat Q.S. al-Fatir [35]:18, (3) menjaga kesucian kehidupan seksual Q.S. an-Nur [24]:30, dan (4) menjaga etika pergaulan Q.S. an-Nur [24]:28. al-Qur'an juga mengisyaratkan proses *tazkiyah* bisa terjadi melalui ajakan orang lain. Ada empat ayat yang menyebutkan hal itu, yaitu Q.S. al-Baqarah [2]:129 dan 151, Q.S. Ali Imran [3]:164, dan Q.S. al-Jumu'ah [62]:2.

Dalam (Q.S. an-Nur [24]:21) disebutkan bahwa seandainya bukan karena anugerah Allah seseorang selamanya tidak bisa menyucikan jiwanya dan Allah memberikan anugerah itu kepada orang yang dikehendaki-Nya. Dalam Q.S. an-Nisa [4]:49, ketika al-Qur'an mencela tingkah laku manusia yang merasa dirinya telah suci, juga ditegaskan bahwa Allah yang membersihkan jiwa orang-orang yang dikehendaki-Nya.

---

<sup>31</sup> Achmad Mubarak, *Jiwa dalam al-Qur'an : Solusi Kritis Keruhanian Manusia Modern* (Jakarta: Paramadina, 2000), 69.

Dengan uraian di atas *tazkiyah* lebih dititikberatkan pada *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa) yang sudah barang tentu melalui proses yang harus dilakukan sesuai dengan petunjuk al-Qur'an dan sunnah Nabi Muhammad Saw.

#### **b. Dasar dan Tujuan Tazkiyatun Nafs**

Dasar-dasar penyucian jiwa terdapat dalam beberapa ayat al-Qur'an, diantaranya dalam surat al-Baqarah [2] : 151.

*Artinya : Sebagaimana Kami telah menyempurnakan nikmat Kami kepadamu. Kami telah mengutus kepadamu Rasul di antara kamu yang membacakan ayat-ayat Kami kepada kamu dan mensucikan kamu dan mengajarkan kepadamu al-Kitab dan al-Hikmah (as-Sunnah), serta mengajarkan kepada kamu apa yang belum kamu ketahuinya.*

Kemudian Surat al-Lail [92] : 17-18. *Artinya : Dan kelak akan dijauhkan orang yang paling takwa dari neraka itu, Yang menafkahkan hartanya (di jalan Allah) untuk keperluan membersihkannya.* Selanjutnya Surat asy-Syams [91] : 8-10. *Artinya : Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, Dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.*

Adapun tujuan dari *tazkiyah* memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk jiwa yang mulia. Pada dasarnya tujuan *tazkiyah* adalah mengantarkan manusia berinteraksi terhadap sesama, berkompetisi positif, maupun dapat membangun sifat positif lainnya demi kemaslahatan manusia pada umumnya. Sedangkan tujuan *tazkiyatun nafs* menurut pandangan Sa'id Hawwa secara garis besar adalah bagaimana hamba dapat berkomunikasi kepada Allah SWT dan mampu menghindarkan diri dari beberapa bahaya penyakit hati. Seperti gangguan stress, emosi meninggi, sombong, kikir maupun terhindar dari pengaruh setan sekalipun.

Selain ini pula tazkiyah bertujuan mewujudkan individu memiliki kepribadian tangguh bermental positif.

Adapun kajian mengenai tazkiyatun nafs menurut Sa'id Hawwa, selain adanya kesucian antar komponen, tazkiyah juga tidak melalui pendekatan *tariqah*, *bai'at*, maupun *suluk*, sebagaimana metode yang dilakukan Iman al-Ghazali, Ibnu-Qoyyim al-Jauziyah, Ibnu Atho'illah Assakandari maupun tokoh-tokoh tasawuf lainnya. Perjalanan spiritual *muzakki* (orang yang melakukan tazkiyah) menurut Sa'id Hawwa dapat dilakukan melalui serangkaian metode *tathahhur*, *tahaquq*, maupun *takhalluq* yang dilakukan secara *step by step* dengan pendekatan langsung (*direct approach*) antara konselor dan konseli.

### c. Komponen-komponen Sarana atau Metode Tazkiyatun Nafs

Adapun mengenai penyucian jiwa harus melalui beberapa metode tazkiyah dengan segenap eksistensi, setelah mendiagnosis jenis penyakit dan sebab-sebabnya. Imam Ghazali misalnya menyebutkan terapi fundamental untuk menyembuhkan penyakit jiwa dengan memotong substansinya (*maddah*) dan menghilangkan variasi penyebabnya, dengan bantuan lawan-lawan penyakit tersebut. Penyembuhan penyakit jiwa dapat pula dilakukan melalui terapi *ilmu* dan *amal*. Kedua terapi ini diartikan sebagai kemampuan membuang substansi dan pengaruh sifat buruk, dengan menekankan penghapusan sebab musababnya, seperti menghapus perangai kikir dapat dilakukan dengan membiasakan kebaikan beramal sedekah, dan sebagainya.

Pandangan Hamka dan Dadang Hawari menyarankan dalam melakukan penyucian jiwa dengan menjalankan syari'at Allah. yang mana syari'at tersebut harus dikerjakan di atas jalan tertentu sehingga ia tidak tersesat dari jalan yang ia tempuh. Adapun pandangan Hamdani Bakran dalam melakukan tazkiyah melalui apa yang disebut masuknya hamba kepada “otoritas Ilahiyah” dalam artian *muzakki* atau *konseli* harus membawa esensi jiwanya kepada kehadiran Allah SWT tanpa memandang dunia seisinya, sehingga jiwa konseli benar-benar kosong dari tipu daya dunia.<sup>32</sup>

Menurut Khursyid Ahmad, *tazkiyah* merupakan konsep Islam mengenai karakter manusia. *Tazkiyah* adalah suatu konsep dinamis dan multidimensional yang menyangkut beberapa aspek diri. Tujuan *tazkiyah* adalah memurnikan dan membentuk diri.<sup>33</sup> Ada enam komponen yang merupakan sarana *tazkiyah*, yaitu *zikir*, *ibadah*, *taubah*, *sabar*, *muhasabah*, dan *do'a*.<sup>34</sup> Setiap sarana *tazkiyah* memberikan dan memiliki titik labuh pada diri seseorang dan dapat digunakan sebagai *filter* hal-hal yang akan menghancurkan diri seseorang serta dapat mendorong perkembangan dimensi diri yang memudahkan tumbuhnya kesadaran diri.

---

<sup>32</sup> Hamdani Bkran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 434.

<sup>33</sup> Khursyid Ahmad dikutip Ziauddin Sardar, *The Future of Muslim Civilisation*, 237.

<sup>34</sup> Maksudin, *Pendidikan Nilai Komprehensif : Teori dan Praktek* (Yogyakarta: UNY Press, 2009), 44-47.

### 1) *Tazkiyah melalui zikir*

Zikir berarti mengingat Allah. Pengingatan itu bisa dalam hati tanpa mengucapkan sesuatu tetapi selalu sadar akan kehadiran Allah dan bisa juga penyebutan nama Allah atau penytiran ayat-ayat al-Qur'an. Zikir tidak harus dihubungkan dengan situasi tertentu. Zikir melampaui seluruh batasan aktivitas manusia dan menciptakan suatu iklim mental dan psikologis yang dapat melindungi manusia dari populasi lingkungannya. Nabi Muhammad Saw. telah menjelaskan perbedaan antara orang yang sering melakukan dzikir dan orang yang tidak pernah melakukan zikir sebagai seorang yang hidup dan yang mati. Apabila orang tidak dapat bernafas lagi berarti kehidupannya telah berakhir. Demikian pula, meskipun seseorang secara fisik masih hidup, apabila tidak pernah menyebut nama Allah, berarti ia dianggap telah mati.

### 2) *Tazkiyah melalui ibadah*

Zikir sebenarnya sama dengan ibadah. Ibadah berarti menghambakan diri kepada Allah, yaitu merupakan sarana untuk menyucikan diri. Dasar ibadah adalah bahwa manusia merupakan ciptaan Allah SWT. *Taqarrub* kepada-Nya dengan penuh pengabdian. Itulah yang dinamakan ibadah. Ibadah merupakan lingkaran penjagaan spiritual yang menempatkan Islam disekeliling individu atau kelompok masyarakat. Itulah komponen utama subsistem spiritual bagi sistem Muslim. Unsur-unsur ibadah meliputi ibadah salat, zakat, puasa, dan haji. Ibadah dalam Islam telah dilepaskan dari

ikatan para perantara antara manusia dengan penciptanya. Meskipun dalam Islam ada ulama dan “muslim professional”, fungsi kependetaan tidak diakui. Orang-orang Muslim berdo’a langsung pada Allah. Ibadah dengan pengecualian haji, pelaksanaannya tidak dibatasi tempat, Islam menganggap setiap tempat cocok untuk beribadah. Setiap orang apapun kedudukannya boleh bergabung dengan seluruh umat untuk menghadapkan muka mereka ke arah Ka’bah di dalam Masjid Suci Makkah dan melakukan shalat. Nabi Muhammad Saw. Pernah bersabda bahwa seluruh bumi telah diberikan padaku dalam bentuk sebuah masjid yang suci dan bersih. Sebagaimana tampak jelas pada unsur-unsur yang beragam, Islam telah memperluas bidang ibadah. Jadi ibadah tidak terbatas pada do’a yang harus dilakukan pada kesempatan-kesempatan tertentu saja. Sebaliknya, dalam Islam, setiap tindakan yang baik yang dilakukan secara tulus sama dengan ibadah.

Jadi, makan, minum, tidur, dan bermain merupakan tindakan duniawi yang dapat memenuhi kebutuhan fisik manusia dan menimbulkan kenikmatan indrawi itu jika dilakukan dalam lingkup Islam sama dengan ibadah dan pelakunya mendapat pahala. Semua itu dikatakan sebagai ibadah karena jika seseorang berusaha memenuhi kebutuhan sebatas yang diperbolehkan dalam hukum berarti dia berusaha menahan diri dari sekedar memperturutkan kata hati dan dari hal-hal yang dilarang. Dengan demikian berarti ibadah memberikan jaminan bahwa seseorang tetap dapat menambah kesadaran dirinya sementara dia menikmati sepenuhnya kesenangan-kesenangan duniawi.

### **3) *Tazkiyah* melalui *taubah***

Taubat berarti mengakui kesalahan dan berpaling kembali kepada Allah serta memohon ampunan-Nya. Menurut al-Qur'an umat Islam dibedakan dari kelompok masyarakat lain karena mereka tidak pernah berusaha mempertahankan kesalahan mereka. Berbuat kesalahan itu sangat manusiawi sifatnya, tetapi dalam diri setiap individu terdapat sebuah unsur, yaitu hati nurani yang selalu berusaha memperbaiki kesalahannya. Hati nurani ini berfungsi sebagai suatu sistem kontrol arus balik otomatis yang mengandung unsur koreksi yang dapat memperbaiki masukan agar bisa didapat hasil yang diinginkan. Hasil yang diinginkan itu adalah kembali pada parameter-parameter Islam dan taubat merupakan katalisator yang dapat mempercepat usaha untuk kembali. Oleh karena itu, taubat sama dengan bertindak sesuai dengan kata hati nurani.

### **4) *Tazkiyah* melalui sabar**

Sabar pada hakikatnya bersangkut-paut dengan ketabahan. Menggali sabar berarti memupuk ketekunan yang merupakan bagian proses taubat karena sabar mengharuskan orang agar bertekun menapaki jalan kebaikan dan kembali kepada-Nya setiap kali kesalahan terlanjur dilakukan. Jadi, bersabar artinya meneruskan pelaksanaan sistem Muslim apapun pengorbanan yang dituntut.

### 5) *Tazkiyah* melalui *muhasabah*

*Muhasabah* adalah kritik dan kritik diri. *Muhasabah* untuk diri sendiri dianggap lebih hebat dibandingkan dengan perjuangan bersenjata melawan musuh-musuh Islam. *Muhasabah* adalah perang melawan diri sendiri. Nabi Muhammad Saw. melukiskan sebagai perjuangan lebih besar ketika beliau berkata sepulang dari medan perang bahwa kita kembali dari jihad yang lebih kecil untuk menuju jihad yang lebih besar. Nabi Muhammad Saw. juga berkata bahwa orang yang bijaksana adalah orang yang selalu mengkritik dirinya sendiri dan berusaha mendapatkan kebaikan di akhirat. Sebaliknya, orang yang bodoh adalah orang yang hanya menuruti kehendak dirinya sendiri dan mengharapkan kebaikan-kebaikan dari Allah.

### 6) *Tazkiyah* melalui do'a

Do'a adalah memohon petunjuk kepada Allah dalam setiap tindakan dan perbuatan. Khursyid Ahmad melukiskan do'a sebagai potret seluruh ambisi kita yang sesungguhnya merupakan pelukisan yang cukup tepat karena seluruh skala prioritas seseorang dalam kehidupannya dapat tercermin dalam doanya.

Dapat disimpulkan bahwa *tazkiyah* dengan berbagai sarannya dapat melahirkan kesadaran diri akan masa depan dalam hati setiap orang Mukmin. Kesadaran diri ini benar-benar ditunjukkan ke masa depan, karena hal itu tidak hanya mencakup hidup di dunia ini, tetapi juga kehidupan di akhirat kelak. Oleh karena itu, *tazkiyah* sebagai konsep kunci dalam kesadaran diri berbagai caranya dibuat untuk

membuat manusia sadar akan hubungannya dengan Sang Pencipta dan juga segala ciptaannya dalam seluruh perwujudannya. *Tazkiyah* dimaksudkan untuk membantu setiap individu agar dapat menjalani kehidupan dalam ketakwaan kepada Allah swt. sebagai suatu penghambaan sempurna. Inilah sesungguhnya kesadaran diri dalam Islam.<sup>35</sup>

Uraian di atas diperkuat dengan pendapat Sayid Mujtaba Musawi Lari,<sup>36</sup> bahwa *tazkiyah an-nafs* (penyucian diri) berfungsi sebagai sarana pengembangan menuju kesempurnaan diri manusia karena sesungguhnya kesempurnaan itu terletak pada pembebasan diri manusia dari ikatan hawa nafsu yang khayali dan kesenangan jasadi sehingga manusia mampu bergerak maju di jalan kemanusiaannya dengan cara mendidik daya rasa (emosional), mampu mendisiplinkan diri, dan mengenal gagasan-gagasan yang lebih tinggi serta orientasi pemikiran yang lebih luas. Lebih lanjut ia mengatakan bahwa gagasan suatu kebaikan tertinggi berakar secara mendalam pada rohani manusia sejak masa kanak-kanak. Cahaya nilai-nilai luhur menarik diri manusia sehingga ia jatuh cinta pada kebaikan dan nilai luhur itu dengan sukarela diraihnya atas kehendak diri sendiri.

Pertumbuhan yang diperoleh dari tubuh dan jiwa tidaklah mungkin tanpa bantuan *tazkiyatun nafs* (penyucian diri). Lebih-lebih tatanan batin selalu mempunyai aturan-aturan tersendiri. Keadaan fisiologis dan psikologis merupakan basis hakiki

---

<sup>35</sup> *Ibid.*, 47-48.

<sup>36</sup> Sayid Mujtaba Musawi Lari, *Etika dan Pertumbuhan Spiritual*, terj. Muhammad Hasyim Assagaf (Jakarta: Lentera Basritama, 2001), 4-5.

kepribadian manusia. Disebutkan dalam al-Qur'an, surat asy-Syams [91]:9-10, yang artinya, “*Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*”.

Hubungan *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) dengan berbagai sarannya akan melahirkan kesadaran diri bagi setiap manusia yang merupakan proses yang diisyaratkan al-Qur'an dan juga didasarkan pada teori-teori kecerdasan yang dimiliki manusia, yaitu IQ, EQ, dan SQ. Hanya saja al-Qur'an telah mengisyaratkan adanya *tazkiyatun nafs*. Di samping atas ikhtiar dan usaha, manusia juga mendapat anugerah Allah swt. sehingga manusia memperoleh *tazkiyatun nafs* tersebut.

### **3. Komunikasi Konseling**

#### **a. Pengertian Komunikasi Konseling**

Kata komunikasi merupakan terjemahan Bahasa Inggris *communication* yang berarti “pemberitahuan atau pertukaran pikiran”. *Communicatio* adalah bentukan dari kata *communis* yang berarti “sama/adanya kesamaan arti antara orang-orang yang saling berhubungan”.<sup>37</sup> Kata komunikasi dalam Bahasa Indonesia diartikan dengan “perhubungan”.<sup>38</sup> Kemudian beberapa tokoh mendefinisikan komunikasi secara beragam. Martin P. Anderson mengartikannya sebagai suatu proses yang dinamis dalam merespon setiap situasi secara keseluruhan, yang melaluinya kita dapat memahami dan dipahami orang lain. Berelson dan Steiner mendefinisikan komunikasi sebagai pengoperan informasi, gagasan, emosi, keterampilan dan lain-

<sup>37</sup> Enjang A. S., *Komunikasi Konseling* (Bandung: Penerbit Nuansa, 2009), 13.

<sup>38</sup> W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), 518.

lain dengan menggunakan simbol, gambar, atau kata. Dalam komunikasi terjadi proses penyampaian pesan, ide, gagasan dari sumber kepada penerima pesan dalam bentuk perilaku tertentu agar terjadi saling mempengaruhi antara keduanya.<sup>39</sup>

Konseling sebagai jantung utama layanan BK tidak dapat dihindarkan dari komunikasi, mengingat konseling pada umumnya dilakukan dengan wawancara dan dialog secara intensif dan mendalam. Komunikasi menjadi salah satu faktor determinan bagi suksesnya konseling.<sup>40</sup> Proses pengumpulan data, pembentukan *rapport*, wawancara konseling, dan terminasi konseling selalu membutuhkan kecakapan komunikasi yang memadai agar dapat berhasil dengan baik.

Komunikasi konseling mengandung pengertian suatu proses antar pribadi yang berlangsung melalui saluran komunikasi verbal dan non-verbal yaitu dengan menciptakan kondisi positif seperti empati, penerimaan serta penghargaan, keikhlasan serta kejujuran dan perhatian, konselor memungkinkan konseli untuk merefleksikan atas diri sendiri serta pengalaman hidupnya, memahami diri sendiri serta situasi kehidupannya dan berdasarkan itu dapat menemukan penyelesaian atas masalah yang dihadapi. Melalui berbagai tanggapan verbal dan aneka reaksi non-verbal, konselor mengkomunikasikan kondisi positif itu pada konseli. Sehingga konseli menyadari adanya pendukung dan karenanya bersedia pula untuk berkomunikasi dengan konselor.

---

<sup>39</sup> Enjang A. S., *Komunikasi Konseling*, 14-16; Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2012), 103.

<sup>40</sup> Enjang A. S., *Komunikasi Konseling*, 32.

Keterampilan konselor dalam proses konseling ketika merespon pernyataan konseli dan mengkomunikasikannya kembali sangatlah diperlukan. Agar proses komunikasi yang dimaksud dapat efektif dan efisien, maka konselor seyogyanya memiliki kemampuan dan keterampilan berkomunikasi. Proses komunikasi konseling dalam hal ini difokuskan pada komunikasi interpersonal antara konselor dan konseli dengan penggunaan komunikasi interpersonal yang dapat lebih memahami konseli.

Komunikasi dikatakan efektif jika dapat mencapai tujuan dan dikatakan tepat apabila sesuai dengan apa yang diharapkan dalam suatu hubungan.<sup>41</sup> Komunikasi yang efektif menurut Bill Gudykunst, dapat meminimalisir kesalahpahaman.<sup>42</sup> Kedua konsep tersebut membawa pemahaman bahwa melalui komunikasi konseling yang tepat dan efektif, dapat terbangun hubungan terapeutik yang menyembuhkan dan tercapainya tujuan yang telah ditetapkan dalam konseling. Komunikasi konseling yang dilakukan secara akurat, cermat dan penuh pemahaman membuat konselor dan konseli berada pada hubungan yang selaras dan tersetela dengan baik sehingga dapat saling mempengaruhi satu sama lain.

Kelancaran komunikasi dalam konseling menjadi tanggung jawab konselor, karena pada umumnya konselor dipandang telah kongruen, selaras, dan memiliki kapasitas untuk membantu konseli. konselor diharapkan memiliki kemampuan dasar komunikasi konseling yang diwujudkan dalam kemampuan komunikasi interpersonal

---

<sup>41</sup> *Ibid.*, hal. 102.

<sup>42</sup> Emory A. Griffin, *A First Look at Communication Theory*, ed. ke-5 (Taipei: McGrawHill Companies, Inc, 2003), 423.

selama proses konseling. Kemampuan ini bukan merupakan bakat dan bawaan sejak lahir, melainkan dikembangkan melalui belajar. Ketika berkomunikasi dengan konseli, konselor berjalan di antara dirinya sendiri dan konseli yang dibantunya. Disatu sisi konselor mengekspresikan gagasan atau sikapnya dengan jelas, disisi lain konselor mendengarkan dan menghargai gagasan atau sikap yang diekspresikan konseli. Keadaan ini digambarkan Martin Buber melalui teorinya *The Narrow Ridge*.<sup>43</sup> Apabila dilakukan dengan baik, maka terciptalah hubungan komunikasi yang bersifat dua arah.

Komunikasi konseling dalam layanan Bimbingan dan konseling digunakan agar proses konseling dilandasi suasana komunikasi yang terbuka dan dalam hubungan yang empatik sehingga dapat menimbulkan kepercayaan dan meminimalkan sikap defensif pada konseli.<sup>44</sup> Komunikasi yang terbuka dilakukan secara dua arah dari hari ke hari tanpa menyembunyikan apapun yang hanya bisa tercapai jika konseli sudah percaya kepada konselor.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Teori *The Narrow Ridge* tepat diilustrasikan dengan gambaran bahwa orang yang berkomunikasi seperti berada pada jalan yang sempit. Satu kaki berada diwilayahnya, sementara kaki lain berada pada lawan bicara. Dirinya dituntut menyampaikan gagasan dan sikapnya dan menangkap pesan dan sikap lawan bicara. Stephen W. Littlejohn & Karen A. Foss, *Theories of Human Communication*, rd. ke-8 (Canada: Wadsworth, 2005) 206.

<sup>44</sup> Jamal Ma'mur Asmani, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Yogyakarta: Diva Press, 2010), 239-240.

<sup>45</sup> Savitri Ramadhani, *The Art of Positive Communicating : Mengasah Potensi dan Kepribadian Positif pada Anak melalui Komunikasi Positif*, ed. ke-1 (Yogyakarta: Bookmarks, tt), 40-41.

Hubungan baik antara konselor dan konseli dalam konseling terbentuk dengan adanya komunikasi yang responsif dan melalui pesan positif.<sup>46</sup> Dalam komunikasi konseling dipelajari bagaimana melakukan komunikasi yang baik yang tidak hanya bersifat reaktif, tetapi lebih bersifat responsif. Komunikasi dilakukan secara proporsional tanpa reaksi emosi yang berlebihan. Konselor meluangkan waktu sepersekian detik untuk berfikir mengenai repon yang sebaiknya dilakukan. Jadi berfikir ini memberikan kesempatan bagi konselor untuk memandang persoalan dari segi positifnya sehingga pesan-pesan yang disampaikan konseli bersifat positif dan membangun. Konselor senantiasa berfikir optimis dalam menyikapi berbagai situasi, tidak menghakimi dan mampu mengemas bahasa dan tingkah lakunya sesuai dengan karakteristik masing-masing.

#### **b. Aspek dan Komponen Komunikasi Konseling**

Komunikasi dalam konseling melibatkan berbagai aspek, baik *visible/observable aspect* maupun *invisible aspect*. *Visible aspek* adalah aspek kasat mata dalam komunikasi konseling, yaitu orang yang terlibat dalam komunikasi, symbol, dan media<sup>47</sup>. Komunikator mengkomunikasikan pesan/ide/gagasan yang bersifat abstrak melalui symbol verbal maupun non verbal. Simbol dapat disalurkan secara langsung maupun menggunakan perantara tertentu, misalnya perangkat cetak

---

<sup>46</sup> *Ibid.*, hal. 36-37, 39-40. Komunikasi yang reaktif adalah melakukan sesuatu karena adanya stimulus tertentu, sedangkan dalam komunikasi yang responsif terdapat jeda berfikir sejenak untuk memilih komunikasi yang sesuai dengan situasi yang dihadapi, termasuk untuk memilih pesan positif mengenai kemampuan konseli dan hal-hal yang dapat dicapai konseli.

<sup>47</sup> Farid Mashudi, *Psikologi*, 112,113

maupun media elektronik. Dalam konteks bimbingan dan konseling terjalin antara konselor dan konseli. Keduanya saling mengirim dan menerima pesan dalam proses konseling. Keselarasan antara keduanya memungkinkan konseling berlangsung dengan lancar dan tanpa kesalahpahaman yang berarti.

Konselor dan konseli memiliki karakteristik masing-masing yang dibawa pada saat berkomunikasi. Symbol dan media pun memiliki nilai dan nuansa tertentu yang tidak kasat mata. Di balik aspek yang kasat mata terdapat *invisible aspect* yang tidak kasat mata namun berpengaruh besar dalam proses komunikasi. Aspek tersebut adalah *meaning, learning, subjectivity, negotiation, culture, interacting levels and contexts, self reference, self reflexivity, dan inevitability*.<sup>48</sup> Setiap symbol memiliki makna yang memungkinkannya untuk mewadahi pesan, pesan dalam benak komunikator harus diterjemahkan kedalam wujud symbol agar komunikan mampu mengkapnya. Symbol yang tertangkap melalui indra komunikan diartikan untuk menguak maknanya. Pola dan kemampuan individu dan kemampuan individu dalam proses pemilihan dan pemaknaan symbol berbeda-beda sesuai dengan pengalaman belajarnya masing-masing. Namun, perbedaan ini dinegosiasikan dalam komunikasi

---

<sup>48</sup> *Ibid.*, 113-116. Sembilan *invisible aspect* dalam komunikasi adalah (1) *meaning*, setiap simbol memiliki makna, (2) *learning*, pengalaman belajar mempengaruhi proses pemaknaan symbol (3) *subjectivity*, keterampilan encoding dan decoding sesuai dengan hasil belajar masing-masing individu berbeda polanya, (4) *negotiation*, terdapat negosiasi dalam pemaknaan symbol antara komunikator dan komunikan, (5) *culture*, budaya mempengaruhi pemaknaan symbol, (6) *interacting levels and context*, komunikasi berlangsung dalam berbagai tingkatan dan konteks, misalnya dalam konteks konseling dan konteks pendidikan, (7) *self reference*, komunikasi menunjukkan pengalaman pribadi pelakunya. (8) *self reflexivity*, inti komunikasi adalah menjadikan pihak-pihak mampu memandang diri mereka sebagai bagian dari lingkungan mereka. (9) *inevitability*, sikap diam tanpa melakukan apapun termasuk dalam komunikais.

sehingga terjadi saling pengertian. Keseluruhan proses tersebut dipengaruhi oleh budaya dan pengalaman subjektif masing-masing individu, baik sebagai latar belakang komunikator dan komunikan maupun sebagai faktor yang mempengaruhi pemilihan dan pemaknaan simbol. Semua aspek yang tidak terlihat tersebut berdampak signifikan dalam proses komunikasi. Aspek yang terlihat dan tidak terlihat seperti fenomena gunung es, dimana *infusible aspect* tidak kentara namun sangat beragam dan member dampak yang besar. Hal tersebut hendaknya diperhitungkan secara cermat dalam proses komunikasi, termasuk dalam konteks komunikasi konseling.

Michael Charrley merumuskan komponen yang terlibat dalam komunikasi, yaitu, *source*/sumber, *encoder*/komunikator, *Message*/ pesan, *decoder*/komunikan, dan *destination*/tujuan.<sup>49</sup> Sumber komunikasi seperti ini menunjuk pada hal yang sama dengan salah satu komponen komunikasi menurut Efendy, yaitu media. Selain itu, Effendy menambahkan efek berupa dampak pesan yang terlihat melalui feedback sebagai komponen komunikasi.<sup>50</sup> dalam konteks konseling, komunikasi konseling bertujuan menyelenggarakan komunikasi konseling dengan baik dan lancar sehingga dapat mendukung tercapainya tujuan konseling. Konselor dan konseli menjadi komunikator dan komunikan secara bergantian. Komunikator mengemas pesan berupa informasi, baik dalam lambing verbal maupun non verbal. Sementara komunikan menangkap dan memaknai lambing tersebut sehingga pesan didalamnya terungkap. Lambing tersebut dalam tersalurkan melalui komunikasi lisan secara

---

<sup>49</sup> Enjang A.S, *Komunikasi*, 20

<sup>50</sup> *Ibid.*, 19-20

langsung atau disalurkan secara tidak langsung melalui perantara media tertentu, misalnya media cetak, telepon, dan media elektronik.

Ada 3 poin utama dalam keterampilan bimbingan dan konseling tersebut yakni mendengarkan aktif, hadir dalam percakapan dan empati. Penjelasan ketiga poin utama tersebut yaitu:

1) Mendengarkan aktif mencakup :

1) Mengamati dan memahami komunikasi non verbal konseliseperti:

- a) Tubuh: postur tubuh, sikap tubuh, gerakan tubuh, gerakan tangan dan kaki
- b) Ekspresi wajah: bibir, kerut dahi, alis terangkat, hidung, pandangan mata
- c) Suara: intonasi suara, nada suara, cara bicara, isi bicara, jeda dan kelancaran bicara, jarak kata-kata, dan kesesuaian antara apa yang dikatakan dengan ekspresi wajahnya.

b) Mempelajari dan memahami pesan-pesan verbal orang lain

- a) Hal ini dapat dilakukan dengan cara mendengarkan apa yang dikatakan dengan penuh atensi dan penuh penerimaan, tanpa menyalahkan atau menghakimi atas apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain.

- b) Hindarkan komentar seperti: *Itu salah kamu sih....., Andaikata anda tidak bersikap demikian kan hal ini tidak akan terjadi.....*
  - c) Menerima apa adanya, tidak melihat kelemahan-kelemahannya.
  - c) Menggunakan respon-respon pendek sebagai umpan agar orang lain banyak bercerita tentang dirinya secara ekspresif. Keadaan ini sangat membantu melonggarkan perasaan dan pikiran konseli (memiliki unsur terapiutik). Respon verbal misalnya, : “..oh ya ? he. Hem... , lalu, selanjutnya, teruskan, maksudmu...., Begitu ya....Kemudian....
  - d) Menggunakan respon non verbal misalnya, anggukan kepala, gerakan tangan, senyum jika mendengar cerita yang menggembirakan, kerutan dahi jika klien bercerita yang memerlukan pemikiran
  - e) Mempelajari konseli secara keseluruhan, atau melihat kehidupan klien dari aspek: bio-psiko-sosial-spiritual, kehidupan keluarga dan sosialnya, latar belakang budaya, nilai-nilai yang diyakini.
- 2) Hadir dalam percakapan mencakup aspek wajah (mata lembut, ramah, senyum), sikap tubuh (relaks, terbuka dan condong menghadap konseli), dan intonasi suara yang lembut.
- 3) Empati yang mencakup:
- a) Kemampuan untuk menempatkan diri dalam pikiran dan perasaan konseli

- b) Mampu menempatkan diri pada kedalaman diri konseli.
- c) Melibatkan pada komponen kognitif yakni memahami dan mengerti konseli dan komponen afektif yakni merasakan perasaan konseli.
- d) Mampu mendeskripsikan perasaan konseli yang bersumber dari keprihatinan dan belas kasih yang diekspresikan secara verbal dan non verbal
- e) Membuat konseli merasa tidak terancam dan tidak takut mengekspresikan diri.

### c. Teknik-teknik Pelatihan Komunikasi Konseling

Urgensi komunikasi konseling membuat konselor perlu melatih keterampilannya secara insentif. Keterampilan pengamatan dan mendengarkan secara aktif atau komunikasi konseling secara umum dapat dipelajari melalui beberapa teknik, misalnya melalui praktik *microskill* dalam *setting triad*, melalui mengobservasi dan menyaksikan penampilan konselor profesional dalam menjalankan pelayanan tugas bimbingan dan konselingnya.

Menurut Geldard dan Geldard, *microskill* dalam konseling dapat dipraktikkan dengan, *Pertama*, membentuk *triad*, yaitu kelompok beranggotakan tiga orang. Satu orang sebagai konselor, satu orang sebagai konseli, dan satu orang sebagai pengamat. Pengamat mengutarakan hasil pengamatannya pada akhir sesi, konseli menceritakan pengalamannya sewaktu menjalani proses konseling, dan konselor juga menceritakan

pendapatnya mengenai proses konseling tersebut. *Kedua*, menggunakan problem-problem pribadi yang sebenarnya sehingga pelatihan menjadi efektif karena pernyataan dan perasaan konseli muncul secara nyata. *Ketiga*, tiap sesi hanya diperkenankan menggunakan satu keterampilan yang diajarkan tanpa mencampurinya dengan keterampilan lainnya. *Keempat*, durasi sesi latihan *triad* sekitar 10 menit.<sup>51</sup>

Pelatihan komunikasi konseling dapat dilakukan dengan cara observasi dalam suasana latihan konseling atau observasi secara nyata dalam kegiatan konseling yang sesungguhnya. Observasi tipe pertama dapat dilakukan melalui video atau mengobservasi secara langsung suatu proses pendemonstrasian suatu keterampilan komunikasi konseling. Yang tidak kalah pentingnya adalah mengamati kerja konselor profesional ketika sedang melakukan konseling.<sup>52</sup>

Meningkatkan kemampuan komunikasi konseling juga dapat dilakukan dengan membentuk kelompok latihan. Masing-masing anggota kelompok bertanggung jawab atas apa yang mereka pelajari dan cara mereka mempelajarinya.<sup>53</sup> Latihan akan lebih efektif ketika anggota kelompok latihan memiliki kedekatan emosional satu sama lain.

---

<sup>51</sup> Kathryn Geldard & David Geldard, *Keterampilan Praktik Konseling : Pendekatan Integratif*, terj. Eva Hamdiah (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 45-49.

<sup>52</sup> *Ibid.*, 49-50.

<sup>53</sup> Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling Edisi ke-7*, terj. Yudi Santoso (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 275-276.

**d. Keterampilan Dasar dalam Komunikasi Konseling yang harus dikuasai Konselor**

- 1) Attending (melayani atau membuka hubungan) merupakan bagaimana cara seorang konselor dalam membuka proses konseling dengan konseli, yang meliputi sikap tubuh dan ekspresi wajah konselor seperti kepala, kspresi wajah, posisi tubuh, tangan, dan saat mendengarkan aktif.<sup>54</sup>
- 2) Empati yaitu kemampuan konselor untuk untuk dapat merasakan dan menempatkan dirinya pada posisi konseli. Hal ini akan terlihat jelas pada ekspresi wajah dan bahasa tubuh konselor.<sup>55</sup>
- 3) Refleksi yaitu upaya konselor untuk memperoleh informasi lebih mendalam tentang apa yang dirasakan oleh konseli dengan cara memantulkan kembali perasaan, pikiran dan pengalamannya.<sup>56</sup>
- 4) Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli.<sup>57</sup>
- 5) Menangkap pesan utama (*Paraphrasing*) adalah kemampuan konselor untuk menangkap pesan utama yang disampaikan oleh konseli kemudian konselor menyampaikan kembali inti dari pernyataan konseli secara lebih sederhana.<sup>58</sup>

---

<sup>54</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: Kencana, 2011), 92.

<sup>55</sup> *Ibid.*, 93.

<sup>56</sup> *Ibid.*, 93-94.

<sup>57</sup> *Ibid.*, 95.

- 6) Bertanya untuk membuka percakapan (*open question*). Pertanyaan terbuka ini sangat diperlukan untuk memancing pertanyaan-pertanyaan baru dari konseli dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka seperti: **apakah, bagaimana, adakah, bolehkah, atauk dapatkah.**<sup>59</sup>
- 7) Bertanya tertutup (*closed questions*) yaitu bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dijawab dengan singkat oleh konseli seperti “ya” atau “tidak”.<sup>60</sup>
- 8) Dorongan minimal yaitu upaya seorang konselor agar konselinya selalu terlibat dalam percakapan dan membuka dirinya. Dorongan ini berupa kata-kata singkat seperti oh....ya....trus....lalu....dan.... tujuannya adalah membuat konseli semakin semangat untuk menyampaikan masalahnya dan mengarahkan pembicaraan agar mencapai sasaran tujuan konseling.<sup>61</sup>
- 9) Interpretasi adalah melakukan penafsiran terhadap apa yang disampaikan oleh konseli dengan merujuk pada teori-teori konseling dan menyesuaikannya dengan masalah konseli.<sup>62</sup>
- 10) Mengarahkan (*directing*) adalah kemampuan mengarahkan konseli agar dapat mengjaknya untuk berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling.<sup>63</sup>

---

<sup>58</sup> *Ibid.*, 96.

<sup>59</sup> *Ibid.*, 96.

<sup>60</sup> *Ibid.*, 97.

<sup>61</sup> *Ibid.*, 97.

<sup>62</sup> *Ibid.*, 97.

<sup>63</sup> *Ibid.*, 98.

- 11) Menyimpulkan sementara (*summarizing*) fungsinya adalah untuk memberikan gambaran kilas balik atau hal-hal yang telah dibicarakan sehingga konseli dapat menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap, meningkatkan kualitas prose konseling, serta mempertajam dan memperluas focus konseling.<sup>64</sup>
- 12) Memimpin (*leading*) dalam hal ini seorang konselor diharapkan memiliki keterampilan untuk memimpin percakapan agar tidak menyimpang dari permasalahan sehingga tujuan konseling yang utama dapat tercapai.<sup>65</sup>
- 13) Konfrontasi adalah keterampilan yang menantang konseli untuk melihat adanya diskrepansi atau inkonsistensi antara pernyataan dan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan, dan sebagainya.<sup>66</sup>
- 14) Menjernihkan yaitu untuk memperjelas apa yang sebenarnya yang ingin disampaikan oleh konseli. Konselor harus melakukannya dengan bahasa dan alasan yang rasional sehingga mudah dipahami oleh konseli.<sup>67</sup>
- 15) Memudahkan adalah keterampilan membuka komunikasi agar konseli mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan

---

<sup>64</sup> *Ibid.*, 98.

<sup>65</sup> *Ibid.*, 99.

<sup>66</sup> *Ibid.*, 99.

<sup>67</sup> *Ibid.*, 100.

pengalamannya secara bebas sehingga wawancara konseling dapat berjalan dengan efektif.<sup>68</sup>

16) Diam dalam proses konseling juga merupakan teknik, alasannya adalah konselor menunggu konseli berfikir, bentuk protes karena konseli berbicara dengan berbelit-belit atau menunjang perilaku attending dan empati sehingga konseli merasa bebas untuk berbicara.<sup>69</sup>

17) Mengambil inisiatif yaitu konselor mengambil inisiatif apabila konseli kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang partisipatif.<sup>70</sup>

18) Memberi nasehat. Dalam hal ini pemberian nasehat sebaiknya dilakukan jika konseli memintanya. Walaupun demikian, konselor harus tetap mempertimbangkannya apakah pantas diberi nasehat atau tidak.<sup>71</sup>

19) Memberikan informasi. Dalam hal ini jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur ia katakan tidak mengetahui hal tersebut, namun jika konselor mengetahui suatu informasi yang diminta konseli, konselor tidak ada salahnya menyampaikan hal tersebut.<sup>72</sup>

---

<sup>68</sup> *Ibid.*, 100.

<sup>69</sup> *Ibid.*, 101.

<sup>70</sup> *Ibid.*, 101.

<sup>71</sup> *Ibid.*, 101.

<sup>72</sup> *Ibid.*, 102.

20) Merencanakan adalah membicarakan kepada konseli hal-hal apa yang akan menjadi program atau aksi nyata dari hasil konseling. Tujuannya adalah menjadikan konseli produktif setelah mengikuti proses konseling.<sup>73</sup>

21) Menyimpulkan yaitu konselor menyimpulkan hasil dari pembicaraan secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan konseli sebelum dan setelah mengikuti proses konseling.<sup>74</sup>

#### **4. Benang Merah antara Efikasi Diri, Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling**

Uraian secara teoritis mengenai efikasi diri, tazkiyatun nafs, dan komunikasi konseling mengantarkan pada pemahaman mengenai benang merah antar ketiganya. Masing-masing individu sebenarnya telah dibekali potensi (kemampuan) yang sudah dibawa sejak lahir, sehingga tugas individu meyakini, mengembangkan, dan memelihara potensi yang sudah ada sehingga dapat digunakan dengan tujuan yang baik seperti menolong orang dalam kaitannya dengan profesi konselor islami sehingga permasalahan konseli dapat teratasi.

Usaha meningkatkan efikasi diri calon konselor islami dalam konteks konseling dianggap perlu karena apabila konselor memiliki efikasi diri yang rendah maka sudah dapat dipastikan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling akan berjalan tidak sesuai dengan tujuan yang diharapkan, sebaliknya apabila

---

<sup>73</sup> *Ibid.*, 102.

<sup>74</sup> *Ibid.*, 102.

konselor memiliki efikasi diri yang tinggi ini akan mengantarkan pada motivasi, semangat, daya juang, dan kepercayaan diri yang tinggi oleh konselor untuk melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling dengan hasil yang maksimal karena konselor sudah meyakini bahwa ia memiliki kemampuan konseling yang baik.

Untuk itu, perlu adanya pelatihan komunikasi konseling untuk memberikan bekal kemampuan secara teori, aplikasi, dan praktek langsung mengenai komunikasi konseling agar calon konselor dapat meyakini bahwa ia sudah memiliki kemampuan komunikasi konseling dan ia tidak takut lagi dalam membantu menyelesaikan permasalahan konseli nantinya. Selanjutnya tazkiyatun nafs dibserikan agar calon konselor islami memiliki bekal tambahan dalam praktek konseling persepektif islam mengingat ia adalah calon konselor islami. Setelah mendapatkan materi tazkiyatun nafs ini diharapkan calon konselor islamidapat mengintegrasikan dan menginterkoneksi secara teori dan praktek mengenai bimbingan dan konseling konvensional dan bimbingan dan konseling islam.

Efikasi diri yang rendah yang dimiliki calon konselor akan mengantarkan pada ketidakefektifan dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling, sehingga sarana-sarana yang ada dalam Tazkiyatun Nafs dan komponen dalam Komunikasi konseling diprediksi dapat meningkatkan efikasi diri menuju kepercayaan diri dan kesiapan diri calon konselor dalam melaksanakan pelayanan Bimbingan dan Konseling dan atau Bimbingan dan Konseling Islam yang berbekal pada keyakinan akan kemampuan diri

yang dibekali melalui pelatihan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling.

Kerangka teoritis penelitian ini dapat dilihat pada gambar di bawah ini:

## **H. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling guna meningkatkan efikasi diri calon konselor islami menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif berjenis eksperimen dalam ranah keilmuan Bimbingan dan Konseling dan atau Bimbingan dan Konseling Islam. Intervensi dalam penelitian eksperimen ini cenderung bercorak induktif dan sengaja dibuat untuk mempengaruhi efikasi diri calon konselor islami dalam hal ini mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram yang semula berada pada taraf tertentu, kemudian setelah diberikan perlakuan akan menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi dari sebelum diberikan perlakuan, dalam hal ini perlakuan yang akan diberikan berupa Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling.

### **2. Variabel Penelitian**

Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling, dalam penelitian ini memang terdiri dari dua materi yang berbeda, namun diberlakukan sebagai satu variabel bebas (*independent variable*), sedangkan Efikasi Diri menjadi variabel terikat (*dependent variable*). Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling saling mendukung satu sama lain dan secara bersamaan diindikasikan dapat mempengaruhi peningkatan Efikasi Diri calon konselor islami. Efikasi Diri calon

konselor islami disimbolkan dengan “Y”, Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling disimbolkan dengan “X”. Dalam penelitian ini, desain penelitian yang digunakan peneliti yakni desain eksperimen murni. Adapun variabel di dalamnya terdapat 2 variabel:

- a. Dependent variable (Y) : Efikasi Diri
- b. Independent variable (X) : Tazkiyatun Nafs
- c. Independent variable (X) : Pelatihan Komunikasi Konseling

“Pelatihan Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling” dalam penelitian ini meskipun terdiri dari dua materi, namun diberlakukan sebagai satu variabel bebas (*independent variable*), sedangkan “Efikasi Diri” diposisikan sebagai variabel terikat (*dependent variable*). Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling saling mendukung satu sama lain dan secara bersamaan diindikasikan akan memberi pengaruh terhadap peningkatan efikasi diri calon konselor Islami.

### **3. Definisi Operasional**

Konsep *self efficacy* (efikasi diri) pertama kali dikemukakan oleh Albert Bandura. Bandura, ia mendefinisikan *self efficacy* sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan yang dikendaki. Bandura dalam smet, mengemukakan *self efficacy* berhubungan dengan keyakinan individu untuk dapat mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi kognisi, afeksi, dan lingkungan

sosialnya. Efikasi diri dikaitkan dengan cara mengorganisasikan dengan baik dan menentukan tindakan yang dimaksud dengan situasi yang mungkin terjadi.

Definisi operasional efikasi diri calon konselor islami didasarkan pada sifat dan cara kerja individu dalam meyakini kemampuannya yang dapat diamati secara kasat mata dan tidak kasat mata melalui praktek konseling berpasangan, serta diikut menggunakan skala efikasi diri yang sudah disiapkan.<sup>75</sup> Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mengantarkan kepada kepercayaan diri yang tinggi dalam melaksanakan praktek konseling dengan baik dan dengan hasil yang maksimal karena ia sudah mengetahui bahwa dalam dirinya sudah terdapat kemampuan yang dapat mengantarkannya kepada kesuksesan dalam praktek konseling, begitu juga sebaliknya.<sup>76</sup> Tingkat efikasi diri calon konselor islami dapat ditunjukkan dari tiga aspek yang dijelaskan oleh Bandura, yaitu:

**a. Pertama, *level (tingkat kesulitan)*.** Maksudnya adalah kemampuan seseorang dalam menyelesaikan tugas itu berbeda sesuai tingkat kesulitan masalah. Individu dengan eviakasi diri tinggi akan mempunyai keyakinan yang tinggi tentang kemampuan dalam melakukan suatu tugas, sebaliknya individu yang memliki

---

<sup>75</sup> Definisi operasional dapat dilakukan dengan tiga cara, yaitu (1) didasarkan pada proses, (2) didasarkan pada sifat dan cara kerja variabel, dan (3) didasarkan pada kriteria pengukuran yang diterapkan sehingga nilainya merepresentasikan variabel yang didefinisikan. Mustafa E.Q. Zainal, *Mengurai Variabel Hingga Instrumentasi*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), 41-42.

<sup>76</sup> Definisi operasional merupakan simpulan peneliti dari konsep para ahli. Definisi operasional menjadi otoritas peneliti yang dapat diturunkan dari definisi atau konsep para ahli atau dapat didefinisikan oleh peneliti secara mandiri apabila tidak terdapat literature yang memadai, berdasarkan Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012), 92.

efikasi diri rendah akan memiliki keyakinan yang rendah pula tentang kemampuan dalam melakukan tugas.

Unsur yang ada dalam aspek *level* (tingkat kesulitan) ini adalah (1) Optimis mampu menyelesaikan masalah konseli baik yang tergolong mudah maupun sulit. (2) Mampu melakukan tugas sebagai seorang konselor dan mencapai hasil konseling dengan baik. (3) Motivasi dan Komitmen tinggi menjadi calon konselor islami. (4) Siap menjadi teladan bagi konseli dan orang lain.

**b. Kedua, *generality* (keluasan).** cakupan bidang tingkah laku manusia itu luas dimana individu merasa yakin terhadap kemampuannya. Individu mampu menilai keyakinan dirinya dalam menyelesaikan tugas di banyak bidang atau dalam bidang tertentu saja. Mampu atau tidaknya individu mengerjakan bidang-bidang dan konteks tertentu mengungkapkan gambaran secara umum tentang efikasi diri individu tersebut.

Unsur aspek *generality* (keluasan) ini adalah (1) Mampu menyelesaikan permasalahan konseli secara menyeluruh. (2) Menguasai teori dan aplikasi ilmu BK dan atau BKI. (3) Profesionalitas yang tinggi sebagai seorang calon konselor islami. (4) Berkepribadian layaknya calon konselor islami.

**c. Ketiga, *strength* (ketahanan),** hal yang berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Individu mempunyai keyakinan yang kuat dan ketekunan dalam usaha yang akan dicapai meskipun terdapat kesulitan dan

rintangan. Dengan efikasi diri, kekuatan untuk usaha yang lebih besar mampu didapat. Semakin kuat perasaan efikasi diri dan semakin besar ketekunan, semakin tinggi kemungkinan kegiatan yang dipilih dan dilakukan menjadi berhasil.

Unsur yang ada dalam aspek *strength* (ketahanan) ini adalah (1) Mampu menghadapi kesulitan, kendala dan rintangan saat proses konseling. (2) Berfikir positif, kreatif dan inovatif dalam proses konseling. (3) Mampu mengambil tindakan dengan bijak dalam proses konseling. (4) Rajin, tekun, ulet, dan konsisten dalam mempersiapkan diri sebagai calon konselor islami.

Selanjutnya definisi operasional Tazkiyatun Nafs dan Komunikasi Konseling dalam penelitian ini akan difokuskan pada tazkiyatun nafs secara teoritis dan aplikasi sarana tazkiyatun nafs seperti solat, zikir, do'a, dan ibadah lainnya kedalam praktek layanan bimbingan dan konseling islam, sehingga partisipan penelitian memperoleh penguasaan dan keterampilan tambahan yang terkait dengan konseling islam. Kemudian komunikasi konseling dalam penelitian ini akan difokuskan pada penguasaan dari teori, aplikasi, dan praktek keterampilan dasar dalam konseling, keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling, keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling, dan kemampuan empati dalam komunikasi konseling.

#### 4. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 5 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang terbagi menjadi 4 kelas di Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram, kelas tersebut adalah BKI-A, BKI-B, BKI-C dan BKI-D. Kemudian sampel dalam penelitian ini adalah 2 kelas yang dibagi menjadi kelompok eksperimen yang berjumlah 36 mahasiswa kelas BKI-C dan kelompok kontrol berjumlah 36 mahasiswa kelas BKI-D. Pembagian kelompok menggunakan *simple random sampling*<sup>77</sup> dengan mengurutkan kelas mahasiswa tersebut dan memilih kelas yang sudah ada serta semua mahasiswa tersebut dianggap homogen.

Keseluruhan subjek yang mengikuti pelatihan secara penuh menjadi subjek penelitian ini. Subjek yang tidak mengikuti pelatihan secara penuh diperkenankan mengikuti pelatihan, namun data subjek tersebut tidak diikutkan dalam analisis data hasil penelitian. Kriteria ini menyisakan data subjek penelitian yang dianalisis sebanyak 25 subjek dari kelompok eksperimen, dan 24 subjek dari kelompok kontrol. Deskripsi subjek penelitian yang mengikuti pelatihan disajikan melalui tabel 1.1

---

<sup>77</sup> Dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Lihat Anna Mayers & Christine Hansen, *Experimental Psychology, 5 Edition* (USA: Wadsworth, 2002), 77.

**Tabel 1.1**  
**Deskripsi Subjek Penelitian**

| No | Kelompok            | Kategori                                    | Jumlah |
|----|---------------------|---------------------------------------------|--------|
| 1  | Kelompok Eksperimen | Mengikuti seluruh jalannya penelitian       | 25     |
|    |                     | Tidak mengikuti seluruh jalannya penelitian | 11     |
| 2  | Kelompok Kontrol    | Mengikuti seluruh jalannya penelitian       | 24     |
|    |                     | Tidak mengikuti seluruh jalannya penelitian | 12     |

Banyaknya subjek yang gugur sebanyak delapan subjek gugur saat *pretest*, yaitu tiga subjek subjek dari kelompok eksperimen dan lima subjek dari kelompok kontrol. Subjek pada tahap tersebut belum mengetahui mengenai adanya pelatihan peningkatan efikasi diri calon konselor islami. Jumlah subjek yang gugur bertambah pada pelaksanaan *posttest*, yaitu sebanyak delapan subjek dari kelompok eksperimen, dan tujuh subjek dari kelompok kontrol.

Kontrol terhadap subjek penelitian dilakukan dengan tidak mengadakan preferensi khusus dalam hal usia, jenis kelamin, agama, dan sosial budaya. Tidak ada batasan mengenai keikutsertaan dalam hal organisasi tertentu. Kemudian selama pelatihan berlangsung, subjek penelitian diharapkan tidak mengikuti pelatihan lain.

Pemberian materi Tazkiyatun Nafs dalam pelatihan ini sesuai dengan jurusan BKI yang bercorak Islam agar dapat mengaplikasikan sarana-sarana dalam tazkiyatun nafs dalam praktek konseling guna menyelesaikan permasalahan konseli. Sedangkan pemberian materi pelatihan Komunikasi Konseling dimaksudkan karena subjek penelitian merupakan mahasiswa jurusan BKI yang sangat membutuhkan keterampilan komunikasi konseling. Pembatasan tingkat semester mahasiswa

dimaksudkan untuk meminimalisir hambatan yang mungkin terjadi pada pelaksanaan intervensi, terutama dalam praktik komunikasi konseling.

## **5. Teknik Pengumpulan Data**

Data dalam penelitian ini merupakan data primer yang dikumpulkan dengan teknik nontes, baik yang menghasilkan respon tertulis, respon lisan, maupun respon unjuk kerja. Data-data penelitian ini diperoleh dengan cara :

### **a. Skala Efikasi Diri Calon Konselor Islami**

Sejumlah instrument skala disebarkan kepada subjek penelitian untuk mengukur tingkat efikasi diri dari aspek *level*, *generality*, dan *strength* partisipan dalam kegiatan *pretest* dan *posttest*. Partisipan diminta memberikan penilaian mengenai pernyataan yang tercantum didalam skala sesuai dengan keadaan yang dialaminya. Data akhir yang diperoleh melalui cara ini adalah data tertulis berupa skor tingkat efikasi diri dari aspek *level*, *generality*, dan *strength*.

### **b. Observasi**

Observasi secara terstruktur dilakukan untuk memperoleh data mengenai aspek *level*, *generality*, dan *strength* yang nampak melalui pelatihan praktik komunikasi konseling berpasangan. Aspek-aspek yang diobservasi disesuaikan dengan perangkat pedoman observasi yang diisi observer ketika praktik berlangsung. Teknik observasi juga dilakukan untuk mengumpulkan data

mengenai proses pelaksanaan penelitian. Pengamatan dilakukan secara terstruktur oleh observer dan peneliti. Observasi ini dilakukan dengan cara mengisi instrument *checklist* pelaksanaan penelitian. Informasi kualitatif mengenai pelaksanaan penelitian, bagian yang terlewatkan, dan bagian yang meleset dari rencana semula dapat diketahui melalui pengamatan ini.

Teknik observasi juga dilakukan untuk mengumpulkan data mengenai proses pelaksanaan penelitian. Pengamatan dilakukan secara terstruktur oleh observer dan peneliti. Observasi ini dilakukan dengan cara mengisi instrumen *checklist* pelaksanaan penelitian. Observer juga mencatat jalannya penelitian pada tiap pertemuan. Informasi kualitatif mengenai pelaksanaan penelitian, bagian yang terlewatkan, dan bagian yang meleset dari rencana semula dapat diketahui melalui proses pengamatan ini.

### **c. Wawancara**

Wawancara dilakukan terhadap subjek penelitian dan observer. Wawancara terhadap subjek secara terstruktur setelah proses pelaksanaan intervensi dengan mengikuti struktur pertanyaan dalam pedoman wawancara yang bertujuan untuk memperoleh data kualitatif sebagai informasi pendukung penelitian. Melalui wawancara terhadap partisipan, dapat diperoleh informasi mengenai pelaksanaan intervensi pendapat pribadi partisipan mengenai pelatihan, bagaimana partisipan mengikuti materi, kesulitan yang dialami, serta kelebihan

dan kekurangan pelatihan menurut pandangan partisipan. Kemudian wawancara terhadap observer dilakukan untuk mengumpulkan data mengenai jalannya penelitian dan keadaan subjek dalam praktik konseling berpasangan., hal ini dimaksudkan sebagai data pendukung kuantitatif yang diperoleh melalui observasi praktek konseling berpasangan.

## 6. Instrumen Penelitian

Instrumen pengukuran dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri calon konselor islami, pedoman observasi, pedoman wawancara, dan *checklist* pelaksanaan penelitian.

### a. Skala Efikasi Diri

Instrumen terpenting yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Azwar *menyebutkan* “skala merupakan perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut”.<sup>78</sup> Kisi-kisi instrument yang dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian yang di dalamnya sudah terdapat aspek dan indikator yang kemudian dijabarkan dalam bentuk pernyataan-pernyataan. Ada beberapa langkah yang dilakukan peneliti dalam menyusun instrument skala efikasi diri. Langkah-langkah tersebut sebagai berikut:

---

<sup>78</sup> Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, Edisi 2, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), 17.



Dalam skala ini subjek diminta untuk memberi respon sejumlah pernyataan yang sangat sesuai dengan keadaan dirinya. Peneliti menggunakan pilihan alternatif jawaban pada skala lima yang mempunyai variabilitas respon lebih lengkap dibandingkan dengan skala likert tiga dan empat, sehingga dengan skala lima akan lebih mampu mengungkap pendapat atau sikap responden secara lebih luas.<sup>79</sup>

Adapun skala yang digunakan adalah skala Likert pilihan jawaban yang tersedia dalam pernyataan tersebut adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu atau netral (R) tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Pemberian skor pada skala ini di dasarkan pada lima pilihan jawaban. Dalam skala ada dua jenis pernyataan, yakni pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Favorable yaitu berisi konsep berperilaku yang sesuai untuk mendukung atribut yang diukur dan menggambarkan secara operasional perilaku yang mendukung ciri aspek keprilakuannya. Sedangkan Unfavorable yakni isinya bertentangan atau tidak mendukung ciri perilaku yang dikehendaki oleh indikator keprilakuannya.<sup>80</sup> Pada item yang *favorable* untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai diberikan skor 1, pilihan jawaban tidak sesuai diberi skor 2, pilihan jawaban ragu-ragu atau netral diberi skor 3, pilihan jawaban sesuai diberi skor 4, dan pilihan

<sup>79</sup> Imam Machali, *Statistik Manajemen Pendidikan : Teori dan Praktik Statistik dalam Bidang Pendidikan, Penelitian, Ekonomi, Bisnis, dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*, (Yogyakarta: Kaukaba, 2016), 47.

<sup>80</sup> *Ibid.*, 41-42.

jawaban sangat sesuai diberi 5. Sedangkan pada item yang *unfavorable* pilihan jawaban yang sangat tidak sesuai diberi skor 5, pilihan jawaban tidak sesuai diberi skor 4, pilihan jawaban ragu-ragu atau netral diberi skor 3, pilihan jawaban sesuai diberi skor 2, dan pilihan jawaban sangat sesuai diberi skor 1.

**Tabel 1.2**  
**Skor jawaban pernyataan *favorable* dan *unfavorable* skala efikasi diri.**

| <b>Alternatif jawaban</b> | <b>Skor favorable</b> | <b>Skor unfavorable</b> |
|---------------------------|-----------------------|-------------------------|
| Sangat Sesuai (SS)        | 5                     | 1                       |
| Sesuai (S)                | 4                     | 2                       |
| Ragu-ragu atau Netral (R) | 3                     | 3                       |
| Tidak Sesuai (TS)         | 2                     | 4                       |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | 1                     | 5                       |

Adapun prosedur pengisian skala adalah subjek akan di minta untuk memilih alternatif jawaban yang tersedia pada kolom yang ada. Satu hal yang ditekankan pada subjek adalah subjek diharapkan memberikan jawaban yang benar-benar sesuai dengan keadaan subjek. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah ada atau tidak efek dari intervensi yang diberikan.

Dalam penelitian ini aspek efikasi diri yang akan diukur sesuai dengan pendapat Bandura, adalah pertama, *level* (tingkat kesulitan). Kedua, *generality* (keluasan). Ketiga, *strength* (ketahanan),

Tabel 1.3

## Kisi-kisi Instrumen Skala Efikasi Diri

| Variabel                        | Aspek atau Dimensi           | Indikator                                                                                    | No item pertanyaan |            | Jumlah |
|---------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------|--------|
|                                 |                              |                                                                                              | (+)                | (-)        |        |
| Efikasi Diri<br>(Self Efficacy) | 1. Tingkat kesulitan (level) | a. Optimis mampu menyelesaikan masalah konseli baik yang tergolong mudah maupun sulit.       | 1, 2, 3            | 4, 5.      | 5      |
|                                 |                              | b. Mampu melakukan tugas sebagai seorang konselor dan mencapai hasil konseling dengan baik.  | 6, 7, 8            | 9, 10.     | 5      |
|                                 |                              | c. Motivasi dan Komitmen tinggi menjadi calon konselor islami.                               | 11, 12, 13         | 14, 15     | 5      |
|                                 |                              | d. Siap menjadi teladan bagi konseli dan orang lain.                                         | 16, 17, 18         | 19, 20     | 5      |
|                                 | 2. Keluasan (generality)     | a. Mampu menyelesaikan permasalahan konseli secara menyeluruh.                               | 21, 22, 23         | 24, 25     | 5      |
|                                 |                              | b. Menguasai teori dan aplikasi ilmu BK dan atau BKI.                                        | 26, 27, 28         | 29, 30     | 5      |
|                                 |                              | c. Professionalitas yang tinggi sebagai seorang calon konselor islami.                       | 31, 32, 33         | 34, 35     | 5      |
|                                 |                              | d. Berkepribadian layaknya calon konselor islami.                                            | 36, 37, 38         | 39, 40     | 5      |
|                                 | 3. Ketahanan (strength)      | a. Mampu menghadapi kesulitan, kendala dan rintangan saat proses konseling.                  | 41, 42             | 43, 44, 45 | 5      |
|                                 |                              | b. Berfikir positif, kreatif dan inovatif dalam proses konseling.                            | 46, 47, 48         | 49, 50     | 5      |
|                                 |                              | c. Mampu mengambil tindakan dengan bijak dalam proses konseling.                             | 51, 52, 53         | 54, 55     | 5      |
|                                 |                              | d. Rajin, tekun, ulet, dan konsisten dalam mempersiapkan diri sebagai calon konselor islami. | 56, 57, 58         | 59, 60     | 5      |
| TOTAL KESELURUHAN PERTANYAAN    |                              |                                                                                              |                    |            | 60     |

Rincian perubahan sebaran item dalam skala efikasi diri calon konselor islami antara sebelum dan setelah dilakukan uji coba skala dengan perhitungan *pearson's product-moment* diuraikan melalui tabel 1.4 sedangkan rincian item valid dan item tidak valid disajikan melalui tabel 1.5.

**Tabel 1.4**

**Perbandingan Sebaran Item antara Sebelum dan Sesudah Uji Coba Skala**

| Variabel                              | Aspek                              | Indikator | Jumlah Item Praujicoba Skala |     |     | Jumlah Item Pascaujicoba Skala |     |     |
|---------------------------------------|------------------------------------|-----------|------------------------------|-----|-----|--------------------------------|-----|-----|
|                                       |                                    |           | (+)                          | (-) | Jml | (+)                            | (-) | Jml |
| Efikasi Diri ( <i>Self Efficacy</i> ) | Tingkat kesulitan ( <i>level</i> ) | Konteks 1 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 3                            | 2   | 5   | 2                              | 2   | 4   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       | Total Aspek <i>level</i>           |           | 12                           | 8   | 20  | 11                             | 8   | 19  |
|                                       | Keluasan ( <i>generality</i> )     | Konteks 1 | 3                            | 2   | 5   | 2                              | 2   | 4   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 3                            | 2   | 5   | 2                              | 2   | 4   |
|                                       | Total Aspek <i>Generality</i>      |           | 12                           | 8   | 20  | 10                             | 8   | 18  |
|                                       | Ketahanan ( <i>strength</i> )      | Konteks 1 | 2                            | 3   | 5   | 2                              | 3   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 0   | 3   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 3                            | 2   | 5   | 3                              | 2   | 5   |
|                                       | Total Aspek <i>Strength</i>        |           | 11                           | 9   | 20  | 11                             | 7   | 18  |
|                                       | Total Keseluruhan Efikasi Diri     |           | 35                           | 25  | 60  | 32                             | 23  | 55  |

**Tabel 1.5**  
**Nomor Item Valid dan Tidak Valid Setelah Uji Coba Skala**

| Variabel                              | Aspek                              | Indikator | No. Item <i>Favorable</i> (+) |             | No. Item <i>Unfavorable</i> (-) |             | Jml |
|---------------------------------------|------------------------------------|-----------|-------------------------------|-------------|---------------------------------|-------------|-----|
|                                       |                                    |           | Valid                         | Tidak Valid | Valid                           | Tidak Valid |     |
| Efikasi Diri ( <i>Self Efficacy</i> ) | Tingkat kesulitan ( <i>level</i> ) | Konteks 1 | 1, 2, 3                       | -           | 4,5                             | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 7,8                           | 6           | 9,10                            | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 11, 12, 13                    | -           | 14, 15                          | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 16, 17, 18                    | -           | 19, 20                          | -           | 5   |
|                                       | Total Aspek <i>Level</i>           |           | 11                            | 1           | 8                               | 0           | 20  |
|                                       | Keluasan ( <i>generality</i> )     | Konteks 1 | 22, 23                        | 21          | 24, 25                          | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 26, 27, 28                    | -           | 29, 30                          | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 31, 32, 33                    | -           | 34, 35                          | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 36, 38                        | 37          | 39, 40                          | -           | 5   |
|                                       | Total Aspek <i>Generality</i>      |           | 10                            | 2           | 8                               | 0           | 20  |
|                                       | Ketahanan ( <i>strength</i> )      | Konteks 1 | 41, 42                        | -           | 43, 44, 45                      | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 2 | 46, 47, 48                    | -           | -                               | 49, 50      | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 3 | 51, 52, 53                    | -           | 54, 55                          | -           | 5   |
|                                       |                                    | Konteks 4 | 56, 57, 58                    | -           | 59, 60                          | -           | 5   |
|                                       | Total Aspek <i>Strength</i>        |           | 11                            | 0           | 7                               | 2           | 20  |
| Total Keseluruhan Efikasi Diri        |                                    |           | 32                            | 3           | 23                              | 2           | 60  |

#### **b. Pedoman observasi**

Observasi digunakan untuk memperoleh data beserta informasi terkait dengan pelaksanaan praktek konseling berpasangan dan juga untuk mengontrol pengaruh dari setiap intervensi yang diberikan. Pedoman observasi berbentuk *rating scale* dengan pilihan jawaban sangat kurang diberikan skor 1, jawaban kurang diberi skor 2, jawaban cukup diberi skor 3, jawaban baik diberi skor 4, dan jawaban sangat baik diberi skor 5. Jumlah skor minimal adalah 10 dan skor maksimal 50. Selanjutnya keseluruhan skor akan dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif

menggunakan program SPSS versi 21.00 untuk mengetahui frekuensi dan presentase dari hasil observasi kepada subjek penelitian.

### **c. Pedoman wawancara**

Pedoman wawancara dalam penelitian ini terdiri dari sejumlah pertanyaan yang hendak diajukan kepada partisipan untuk memperoleh informasi mengenai pendapat partisipan tentang intervensi yang diberikan.

Pedoman wawancara merupakan instrumen untuk memandu jalannya wawancara. Karena wawancara dilakukan secara semiterstruktur, maka daftar pertanyaan menjadi pedoman semata. Pertanyaan baru dapat dibuat muncul dalam proses wawancara yang sebenarnya. Pedoman wawancara dalam penelitian ini terdiri dari sejumlah pertanyaan yang hendak diajukan kepada sejumlah partisipan untuk memperoleh informasi mengenai pendapat partisipan tentang pelatihan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling yang telah diberikan.

### **d. Checklist pelaksanaan penelitian**

Instrumen checklist pelaksanaan penelitian merupakan instrumen penelitian yang di dalamnya terdapat sejumlah daftar tahap-tahap penelitian yang disusun berdasarkan modul yang telah dibuat. Daftar cek meliputi pelaksanaan langkah-langkah penelitian dan pelaksanaan. Tahapan yang terlaksana sesuai dengan rancangan modul, maka akan diberikan tanda berupa centang pada kolom “terlaksana”, sedangkan tahapan yang terlewat di beri tanda centang pada kolom “tidak terlaksana”.

## 7. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

### a. Uji Validitas Instrumen

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.<sup>81</sup> Sedangkan Imam Machali, berpendapat bahwa validitas merupakan sebuah ukuran yang menunjukkan keandalan atau kesahihan suatu alat ukur. Alat ukur yang kurang valid menunjukkan validitas rendah. Untuk menguji alat ukur dapat dilakukan dengan bantuan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).<sup>82</sup> Validitas isi terbagi atas dua bagian. Pertama, validitas tampak, mengacu pada tampak atau kesan luar dari alat ukur. Validitas tampak didapat dengan membuat desain yang menarik tulisan yang bagus, instruksi yang sederhana, penampilan tester yang meyakinkan. Kedua, validitas logis, mengacu pada linieritas antara konstruk, komponen, indikator perilaku sampai item.<sup>83</sup>

Uji validitas instrumen dalam penelitian ini diukur secara statistik menggunakan program SPSS versi 21.0 dengan rumus *person's product-moment* untuk mencari korelasi antara skor per item dengan skor keseluruhan dalam rangka

---

<sup>81</sup> Saifuddin Azwar, *Reliabilitas Dan Validitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 5-6

<sup>82</sup> Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif: Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Prodi Manajemen Pendidikan Islam FITK UIN Sunan Kalijaga, 2017), 70.

<sup>83</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D* (Bandung: Alfabeta, 2013), 19.

menganalisis *internal consistency* skala. Uji validitas instrumen dalam penelitian ini juga bertujuan untuk mencari arah dan kekuatan hubungan antara variabel bebas (independen/(X), dengan variabel terikat (dependen/ (Y)).<sup>84</sup> Skala akan diujicobakan kepada partisipan penelitian yang termasuk populasi tetapi diluar sampel penelitian yaitu diluar kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, kemudian setelah angket diketahui mana yang valid dan yang tidak valid lalu direvisi dan disebarakan ke partisipan pada *pretest* dan *posttest* untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Responden dalam uji coba skala berjumlah 47 mahasiswa BKI-A dan BKI-B diluar sampel penelitian. r-tabel statistik pada  $\alpha$ : 0,05 dan df (n-2)  $n = 47 - 2 = 45$ . r tabel berada pada kolom ke 45 pada lampiran r-tabel statistik *product moment* = 0,294. Kriteria pengambilan keputusannya adalah  $r_{hitung}$  Jika nilai lebih besar dari r tabel atau nilai  $r_{hitung} > \text{nilai } r_{tabel}$  maka item pertanyaan dalam angket dikatakan valid atau sah, dan  $r_{hitung}$  Jika nilai lebih kecil dari r tabel atau nilai  $r_{hitung} < \text{nilai } r_{tabel}$  maka item pertanyaan dalam angket dikatakan tidak valid atau gugur. Selanjutnya hasil uji validitas disajikan pada tabel 1.6.

---

<sup>84</sup> Imam Machali, *Statistik Itu Mudah: Menggunakan SPSS sebagai Alat Bantu Statistik*, (Yogyakarta: Ladang Kata, 2015), 104.

**Tabel 1.6**  
**Hasil Uji Validitas Skala Efikasi Diri Calon Konselor Islami**

| No. Item<br>Pertanyaan | r-tabel | r-hitung | Kesimpulan  | Keputusan   |
|------------------------|---------|----------|-------------|-------------|
| 1                      | 0,294   | 0,487    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 2                      | 0,294   | 0,351    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 3                      | 0,294   | 0,297    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 4                      | 0,294   | 0,415    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 5                      | 0,294   | 0,590    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 6                      | 0,294   | 0,196    | r-hit<r-tab | Tidak Valid |
| 7                      | 0,294   | 0,642    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 8                      | 0,294   | 0,568    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 9                      | 0,294   | 0,573    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 10                     | 0,294   | 0,485    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 11                     | 0,294   | 0,360    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 12                     | 0,294   | 0,375    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 13                     | 0,294   | 0,407    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 14                     | 0,294   | 0,561    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 15                     | 0,294   | 0,663    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 16                     | 0,294   | 0,380    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 17                     | 0,294   | 0,436    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 18                     | 0,294   | 0,486    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 19                     | 0,294   | 0,585    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 20                     | 0,294   | 0,633    | r-hit>r-tab | Valid       |
| 21                     | 0,294   | 0,224    | r-hit<r-tab | Tidak Valid |

|    |       |       |             |             |
|----|-------|-------|-------------|-------------|
| 22 | 0,294 | 0,437 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 23 | 0,294 | 0,521 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 24 | 0,294 | 0,468 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 25 | 0,294 | 0,465 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 26 | 0,294 | 0,533 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 27 | 0,294 | 0,581 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 28 | 0,294 | 0,513 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 29 | 0,294 | 0,541 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 30 | 0,294 | 0,629 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 31 | 0,294 | 0,485 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 32 | 0,294 | 0,406 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 33 | 0,294 | 0,397 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 34 | 0,294 | 0,555 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 35 | 0,294 | 0,796 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 36 | 0,294 | 0,676 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 37 | 0,294 | 0,292 | r-hit<r-tab | Tidak Valid |
| 38 | 0,294 | 0,410 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 39 | 0,294 | 0,610 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 40 | 0,294 | 0,628 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 41 | 0,294 | 0,516 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 42 | 0,294 | 0,406 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 43 | 0,294 | 0,352 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 44 | 0,294 | 0,622 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 45 | 0,294 | 0,352 | r-hit>r-tab | Valid       |

|    |       |       |             |             |
|----|-------|-------|-------------|-------------|
| 46 | 0,294 | 0,466 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 47 | 0,294 | 0,337 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 48 | 0,294 | 0,320 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 49 | 0,294 | 0,181 | r-hit<r-tab | Tidak Valid |
| 50 | 0,294 | 0,287 | r-hit<r-tab | Tidak Valid |
| 51 | 0,294 | 0,388 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 52 | 0,294 | 0,486 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 53 | 0,294 | 0,627 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 54 | 0,294 | 0,538 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 55 | 0,294 | 0,606 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 56 | 0,294 | 0,547 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 57 | 0,294 | 0,389 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 58 | 0,294 | 0,424 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 59 | 0,294 | 0,516 | r-hit>r-tab | Valid       |
| 60 | 0,294 | 0,616 | r-hit>r-tab | Valid       |

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sebanyak 55 item pertanyaan Valid dan sebanyak 5 item pertanyaan Tidak Valid atau gugur.

#### **b. Uji Reliabilitas Instrumen**

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang mempunyai reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Walaupun reliabilitas mempunyai nama lain seperti keterpercayaan, keterhandalan, keajegan, kesetabilan, konsistensi, dan

sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.<sup>85</sup>

Realibilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Bila suatu alat pengukur dipakai dua kali untuk mengukur gejala yang sama dan hasil pengukuran yang diperoleh relatif konsisten, maka alat pengukur tersebut reliabel. Dengan kata lain, realibitas menunjukkan konsistensi suatu alat ukur di dalam mengukur gejala yang sama.<sup>86</sup> Secara teoritik besarnya koefisien reliabilitas berkisar mulai dari angka 0,0 sampai dengan angka 1,0 akan tetapi pada kenyataannya koefisien reliabilitas sebesar 1,0 praktis tidak pernah dijumpai.<sup>87</sup> Sebuah instrumen penelitian memiliki tingkat atau nilai reliabilitas tinggi jika hasil tes dari instrumen tersebut memiliki hasil yang konsisten atau memiliki keajegan terhadap sesuatu yang hendak diukur.<sup>88</sup>

Uji reliabilitas Instrumen. Dalam penelitian ini reliabilitas dinyatakan dengan menggunakan teknik *Cronbach Alpha*, yang dalam pengolahan datanya menggunakan bantuan SPSS version. 21.0. Uji reliabilitas yang dapat dipercaya akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran benar-benar dapat dipercaya.

---

<sup>85</sup> Jelpa Periantalo, *Validitas Alat Ukur Psikologi: Aplikasi Praktis*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 17.

<sup>86</sup> Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2014), 365.

<sup>87</sup> Saifuddin Azwar, *Reliabilitas Dan Validitas*, 13.

<sup>88</sup> Imam Machali, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 80.

Berikut ini akan disajikan tabel kriteria koefisien reliabilitas<sup>89</sup> dan hasil uji reliabilitas instrumen adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.7**

**Kriteria Koefisien Reliabilitas**

| Nilai                     | Keterangan    |
|---------------------------|---------------|
| $r_{11} < 0,20$           | Sangat rendah |
| $0,20 \leq r_{11} < 0,40$ | Rendah        |
| $0,40 \leq r_{11} < 0,70$ | Sedang        |
| $0,70 \leq r_{11} < 0,90$ | Tinggi        |
| $0,90 \leq r_{11} < 1,00$ | Sangat tinggi |

**Tabel 1.8**

**Hasil Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri**

| Jenis Item                             | Cronbach's Alpha | N of Item |
|----------------------------------------|------------------|-----------|
| Keseluruhan Item Valid dan Tidak Valid | 0,933            | 60        |
| Keseluruhan Item Valid                 | 0,936            | 55        |

Uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan metode *internal consistency* dengan *alfa crounbach* melalui program SPSS seperti terlihat pada tabel 1.8. Uji terhadap keseluruhan item valid dan tidak valid menghasilkan tingkat koefisien reliabilitas instrumen sebesar 0,933, angka tersebut menunjukkan tingkat reliabilitas yang “sangat tinggi”. Setelah itu item yang tidak valid dikeluarkan dari perhitungan, maka koefisien reliabilitas instrumen meningkat menjadi 0,936, angka tersebut

<sup>89</sup> Saifuddin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, 44.

menunjukkan tingkat reliabilitas yang “sangat tinggi”. Kesimpulannya angket tersebut dinyatakan Reliabel atau Konsisten.

## 8. Rancangan Intervensi Penelitian

Penelitian ini dikembangkan dalam bentuk *true eksperimental design* menggunakan *pretest-posttest control group design*.<sup>90</sup> Penelitian yang dilakukan pada dua kelompok subjek ini (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol) dilakukan dengan langkah pengukuran efikasi diri sebelum intervensi dan atau pemberian perlakuan (*pretest*), penerapan intervensi, dan pengukuran efikasi diri pasca perlakuan (*posttest*). Rancangan penelitian ini disajikan melalui tabel 1.1

**Tabel 1.9**

**Rancangan Penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design***

|        |                |   |    |   |                |
|--------|----------------|---|----|---|----------------|
| R (KE) | Y <sub>1</sub> | → | X  | → | Y <sub>2</sub> |
| R (KK) | Y <sub>1</sub> | → | -X | → | Y <sub>2</sub> |

Keterangan :

R = *random sampling*

KE = kelompok eksperimen

KK = kelompok kontrol

X = intervensi

-X = tanpa intervensi

Y<sub>1</sub> = tingkat efikasi diri sebelum intervensi (*pretest*)

<sup>90</sup> Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Rajawali Press, 2012), 161.

$Y_2$  = tingkat efikasi diri pasca intervensi (*posttest*)<sup>91</sup>

Rancangan penelitian di atas dipisahkan menjadi dua kelompok. Tahap pertama adalah penelitian pada kelompok eksperimen, yaitu berupa pelaksanaan *pretest*, pemberian intervensi, dan pelaksanaan *posttest*. Tahap kedua adalah penelitian pada kelompok kontrol, yaitu berupa pelaksanaan *pretest* dan pelaksanaan *posttest* tanpa pemberian intervensi.

## 9. Prosedur Penelitian

Penelitian dilakukan dalam tiga langkah, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap akhir penelitian. Tahap yang dilalui secara terperinci adalah sebagai berikut :

### a. Tahap persiapan penelitian

- 1) Studi pendahuluan dan tindak lanjut kajian pustaka.
- 2) Pengumpulan dan pembuatan alat dan bahan dalam penelitian seperti kamera, *handout*, modul, materi, termasuk pula penyusunan dan uji coba instrumen penelitian.
- 3) Penyeleksian dan pembekalan tim pelaksana modul. Tim pelaksana modul berjumlah enam orang yang memandu pelaksanaan penelitian, mengobservasi subjek penelitian, mengobservasi seluruh jalannya

---

<sup>91</sup> Liche Seniati., Aries Yulianto, & Bernadette N Setiadi. *Psikologi Eksperimen*, (Jakarta: Indeks, 2015), 136.

penelitian, wawancara pasca penelitian, dan mendokumentasikan kegiatan penelitian.

- 4) Pada tahap awal ini, kegiatan yang dilaksanakan sebagai berikut: (a) penyusunan skala efikasi diri, (b) penyusunan modul intervensi atau perlakuan, (c) telaah ulang modul, (d) uji coba (*try out*) skala pada mahasiswa jurusan BKI IAIN Mataram yang termasuk populasi tetapi di luar sampel penelitian, agar Mahasiswa BKI IAIN Mataram yang termasuk sampel penelitian tidak familiar dengan skala yang sudah ada, (e) perizinan, meliputi pihak Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga dan pihak Institut Agama Islam Negeri Mataram.
- b. Tahap pelaksanaan penelitian, yaitu meliputi pelaksanaan *pretest*, intervensi dan atau perlakuan, dan *posttest* penelitian.
- c. Tahap akhir penelitian, meliputi analisis dan pembahasan data serta penyimpulan penelitian dalam wujud laporan penelitian.

## 10. Teknik Analisis Data

Hasil pengisian skala efikasi diri oleh partisipan ditransformasikan ke dalam bentuk skor, selanjutnya dijumlahkan untuk memperoleh total skor akhir yang mencerminkan tingkat efikasi diri secara keseluruhan. Dua kali pengukuran dalam bentuk *pretest* dan *posttest* menghasilkan dua skor tingkat efikasi diri. Analisis data statistik selanjutnya dilakukan dengan menggunakan program penghitung statistik

*Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 21.0 *for windows*, yang meliputi analisis deskriptif,<sup>92</sup> *kolmogorov smirnov* untuk menguji normalitas data, *Levene Test* untuk menguji homogenitas kelompok, *paired sample t test* untuk mengetahui signifikansi perbedaan rata-rata antara skor *pretest* dan skor *posttest*, serta *independent sample t test* untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.<sup>93</sup> Proses analisis data tersebut akan menghasilkan gambaran hubungan statistik mengenai tingkat efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi diberikan, serta perbandingan tingkat efikasi diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya indikator keberhasilan dalam penelitian ini akan tampak ketika diperoleh perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor *pretest* dan skor *posttest* serta antara rata-rata skor efikasi diri kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada tingkat toleransi kesalahan 5%.

Kemudian data kualitatif yang diperoleh melalui wawancara, observasi secara umum, dan pengisian *checklist* pelaksanaan penelitian digunakan sebagai data pendukung dan pelengkap data kuantitatif. Informasi dikumpulkan, dipilih, dan diringkas sedemikian rupa untuk mendukung penggambaran penelitian secara umum dan untuk menyediakan informasi individual secara khusus terkait masing-masing partisipan apabila sewaktu-waktu dibutuhkan uraiannya secara terperinci dalam rangka mendukung dan menjelaskan temuan penelitian

---

<sup>92</sup> Imam Machali, *Statistik Manajemen Pendidikan*, 478.

<sup>93</sup> Imam Machali, *Statistik Itu Mudah*, 70-76.

## **I. Sistematika Pembahasan**

Tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling guna meningkatkan efikasi diri calon konselor islami diuraikan ke dalam tiga bab. Bab pertama adalah pendahuluan yang berisis latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan, kerangka teoritis mengenai efikasi diri, tazkiyatun nafs, komunikasi konseling, benang merah antar ketiga konsep tersebut, dan hipotesis penelitian. Kemudian bab ini juga berisi mengenai metodologi penelitian yang meliputi jenis penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, rancangan intervensi atau perlakuan, rancangan penelitian, uji validitas dan reliabilitas, prosedur penelitian, serta teknik analisis data dan indikator keberhasilan penelitian. Rincian dalam bab ini dimaksudkan untuk menyajikan konsep dan atau gambaran umum mengenai penelitian.

Bab kedua berisis uraian mengenai hasil penelitian, yang meliputi pelaksanaan dan hasil penelitian, analisis hasil penelitian, pembahasan dan keterbatasan penelitian.

Bab ketiga adalah bab terakhir yang berisi simpulan yang sajikan secara singkat, padat, dan jelas mengenai jawaban atas rumusan masalah, serta saran-saran yang dapat dilakukan untuk penelitian selanjutnya dan saran-saran bagi calon konselor.

### BAB III

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksamperimen Pada Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram) menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pemberian materi tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami secara signifikan.
2. Pemberian materi tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan secara signifikan efikasi diri pada aspek *level*, *generality*, dan *strength*.

Simpulan tersebut dikuatkan melalui hasil analisis *within group* kelompok eksperimen menggunakan uji *paired sample t test* yang membandingkan *pretest-posttest* kelompok eksperimen dan analisis *between group* menggunakan *independent samples t test* yang digunakan untuk membandingkan efikasi diri rata-rata kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua tahapan analisis tersebut menghasilkan simpulan yang serupa bahwa pemberian materi tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dapat meningkatkan efikasi diri calon konselor islami secara signifikan, terutama pada ketiga komponen efikasi diri yaitu aspek *level*, aspek *generality*, dan aspek *strength*.

## B. Saran

Penelitian ini menghasilkan beberapa saran bagi peneliti selanjutnya. Telah dibuktikan bahwa penerapan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling kepada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam semester lima yang tergolong calon konselor islami memberi pengaruh yang signifikan pada aspek *level*, *generality*, dan *strength*. Namun begitu, penelitian ini belum menguak besarnya kontribusi masing-masing teknik terhadap peningkatan efikasi diri calon konselor islami. Terbuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk menerapkan kedua materi tersebut secara terpisah. Satu kelompok menerima pelatihan tazkiyatun nafs, kelompok lainnya menerima pelatihan komunikasi konseling, dan kelompok lain menerima kedua materi tersebut. Besarnya kontribusi masing-masing materi akan diketahui ketika ketiganya dibandingkan. Mengombinasikan salah satu materi tersebut dengan materi lain atau menerapkan materi tersebut pada profesi lain, juga dapat menjadi alternatif yang mungkin dilakukan untuk penelitian selanjutnya.

Terdapat peluang besar bahwa kemampuan efikasi diri dapat ditingkatkan melalui metode sederhana yang dapat dipraktekkan sehari-hari. Pelatihan komunikasi konseling salah satu buktinya. Mengambil pelajaran dari hal itu, peneliti selanjutnya dapat mengembangkan rancangan materi-materi sederhana untuk meningkatkan kemampuan tersebut, misalnya tips dan trik berkomunikasi yang efektif dan lain sebagainya.

Keberhasilan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling guna meningkatkan efikasi diri calon konselor islami tidak menutup kemungkinan bahwa kedua materi ini, baik secara bersama-sama maupun secara terpisah, dapat diterapkan untuk meningkatkan variabel lain. Tazkiyatun nafs misalnya dapat diteliti efektivitasnya untuk meningkatkan kemampuan berpikir positif terhadap suatu kondisi apapun sehingga perilaku individu menjadi semakin positif.

Keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini semoga dapat memberi gambaran untuk penelitian selanjutnya mengenai hal-hal yang semestinya diperhatikan maupun hal-hal yang harus diantisipasi. Alokasi waktu, sarana dan prasarana pendukung penelitian, setting, dan suasana seyogyanya dapat dikontrol sedemikian rupa agar tidak menghambat jalannya penelitian. Tidak adanya kontrol terhadap faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh menjadi salah satu kelemahan penelitian ini. Untuk itu, penelitian selanjutnya dapat mengontrol variabel-variabel lain yang mungkin mempengaruhi penelitian.

Saran penelitian juga ditujukan kepada mahasiswa semester lima sebagai calon konselor islami hendaknya selalu mengembangkan ilmu pengetahuan secara teori dan praktek baik dari ilmu Barat maupun dari ilmu terapi Islam agar lebih maksimal ketika memberikan pelayanan Bimbingan dan Konseling Islam nantinya. Kemudian diharapkan agar partisipan tidak puas dengan materi tazkiyatun nafs dan komunikasi konseling yang telah diberikan, karena harapan peneliti partisipan terus-meneru mengembangkan apa yang telah diberikan serta selalu berusaha

mengintegrasikan dan menginterkoneksi teknik-teknik konseling Barat dengan Islam agar suasana praktek konseling lebih Islami. Saran bagi pengguna modul adalah untuk menggunakan modul secara fleksibel disesuaikan dengan karakteristik sasaran modul dan situasi dan kondisi di lapangan.



### **DAFTAR PUSTAKA**

- A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi : Tinjauan Psikologis*, Yogyakarta: Kanisius, 1995.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bkran. *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004.
- Al-Ghazali, *Ihya Uluu Muddin*, Juz 1. Beirut: Dar al-Fikr, 1980.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*, Malang: UMM Press, 2012.
- Anna Mayers & Christine Hansen, *Experimental Psychology. 5 Edition*. USA: Wadsworth, 2002.
- Arni, Muhammad. *Komunikasi Organisasi*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Asmani, Jamal Ma'mur. *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Yogyakarta: Diva Press, 2010.
- Asy'arie, Musa. *Dialektika Agama untuk Pembebasan Spiritual*, Yogyakarta: LESFI, 2002.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*, Edisi 2, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Azwar, Saifuddin. *Reliabilitas Dan Validitas*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- B. Smet, *Psikologi Kesehatan*, Jakarta: PT Grasindo, 1994.
- Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Rajawali Press, 2012.
- Bandura, Albert. *Self Efficacy : The Exercise of Control*, New York: W.H Freeman and Company, 1997.
- Damasio, Antonio. *Memahami Kerja Otak Mengendalikan Emosi dan Mencerdaskan Nalar*, cet. ke-1, terj, Yudi Santoso. Yogyakarta: penerbit Baca 2009.
- Darajat, Zakiah. *Kesehatan Mental Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, Jakarta: IAIN, 1984.
- Darajat, Zakiah. *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1883.

- Emory A. Griffin, *A First Look at Communication Theory*, ed. ke-5. Taipei: McGrawHill Companies, Inc, 2003.
- Enjang A. S., *Komunikasi Konseling*, Bandung: Penerbit Nuansa, 2009.
- Hawwa, Sa'id. *Induk Pensucian Jiwa*, Singapore: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2002.
- Hertati, Netty., *et. al. Islam dan Psikologi*, Jakarta: Rajawali Pers, 2004.
- J. Ogden, *Health Psykology: A Text Book*, Buckingham: Open University Press, 2000.
- Jaelani A.F, *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Amzah, 2000.
- Jaelani A.F. *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Amzah, 2000.
- Jess Fiest dan Gregory J. Fiest, *Teori Kepribadian Edisi Tujuh Buku Dua*, terj. Smitha Prathita Sjahputri, Jakarta: Salemba Humanika, 2014.
- K.D. Ambarwati, "Hubungan Antara Efikasi Diri dan Kecemasan Menghadapi Tugas Keperawatan Pada Mahasiswa Akademi Perawatan (AKPER) Tingkat Tiga di Akademi Perawatan (AKPER) Bethesda Yogyakarta", dalam *Jurnal Psiko Wacana*, Vol. 02, No. 02, November 2003.
- Karzon, Anas Ahmad. *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shalih*, terj. H. Emiel Threeska, cet ke-2. Jakarta: Akbar Media, 2012.
- Kathryn Geldard & David Geldard, *Keterampilan Praktik Konseling : Pendekatan Integratif*, terj. Eva Hamdiah. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Kathryn Geldard, David Geldard, *Konseling Remaja Pendekatan Produktif Untuk Anak Muda*, edisi ke-3, terj. Eka Adinugraha. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Kim, U, & Park, Y, Factor Influencing Academic Achievement In Relational Cultures: The Role Of Self Relational, and Collective Efficacy. In F. Pajares & T. Urdan (ed). *The Self Efficacy Belliefs of Adolescents*. Connecticut: Information Age Publishing 2006.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2013.

- Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: Kencana, 2011.
- M. Carlos., Zamrakita dan M. Nisfiannor, “Hubungan *self efficacy* dan Prestasi Kerja Karyawan Marketing.” dalam *Jurnal Phronesis*. Vol. 08. No. 02. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara, 2006., 198.
- M. Jufri, “Efikasi Diri, Keterampilan Belajar, dan Penyesuaian Diri Sebagai Indikator Prestasi Akademik Mahasiswa Tahun Pertama”, *Tesis*, Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM, 1999.
- Machali, Imam. *Metode Penelitian Kuantitatif: Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Prodi Manajemen Pendidikan Islam FITK UIN Sunan Kalijaga, 2017.
- Machali, Imam. *Statistik Itu Mudah: Menggunakan SPSS sebagai Alat Bantu Statistik*. Yogyakarta: Ladang Kata, 2015.
- Machali, Imam. *Statistik Manajemen Pendidikan : Teori dan Praktik Statistik dalam Bidang Pendidikan, Penelitian, Ekonomi, Bisnis, dan Ilmu-ilmu Sosial Lainnya*. Yogyakarta: Kaukaba, 2016.
- Maksudin, *Pendidikan Nilai Komprehensif : Teori dan Praktek*, Yogyakarta: UNY Press, 2009.
- Martono, Nanang. *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, Jakarta: Rajawali Press, 2012.
- Mashudi, Farid. *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: IRCiSoD, 2012.
- Maslow, Abraham. *Motivasi and Personality*, Terj. Nurul Iman. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo, 1984.
- Mubarok, Achmad. *Jiwa dalam al-Qur'an : Solusi Kritis Keruhanian Manusia Modern*, Jakarta: Paramadina, 2000.
- Periantalo, Jelpa. *Validitas Alat Ukur Psikologi: Aplikasi Praktis*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Permendiknas No.27 tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor.

- R.A Baron, D Byrne, *Psikologi Sosial jilid 1*, terj. Ratna Juwita. Jakarta: Erlangga, 1997.
- Ramadhani, Savitri. *The Art of Positive Communicating : Mengasah Potensi dan Kepribadian Positif pada Anak melalui Komunikasi Positif*, ed. ke-1. Yogyakarta: Bookmarks, tt.
- Robert L. Gibson & Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling Edisi ke-7*, terj. Yudi Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Salahudin, Anas. *Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Pustaka Setia, 2010.
- Sardar, Zainuddin. *Masa Depan Peradaban Muslim*, Surabaya: Bina Ilmu, 1985.
- Sardar, Ziauddin. *The Future of Muslim Civilisation (Rekayasa Masa Depan Peradaban Muslim)*, terj. Rahmani Astuti. Bandung: Mizan, 1993.
- Sayid Muftaba Musawi Lari, *Etika dan Pertumbuhan Spiritual*, terj. Muhammad Hasyim Assagaf. Jakarta: Lentera Basritama, 2001.
- Seniati, Liche., Aries Yulianto, & Bernadette N Setiadi. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks, 2015.
- Solihin, *Terapi Sufistik*, Bandung: Pustaka Setia, 2004.
- Stephen W. Littlejohn & Karen A. Foss, *Theories of Human Communication*, rd. ke-8. Canada: Wadsworth, 2005.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sugiyono. *Statistika Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs*, terj. Maman Abdurrahman Assegaf. Jakarta: Zaman, 2012.
- W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1976.
- Zainal, Mustafa E.Q. *Mengurai Variabel Hingga Instrumentasi*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.

**TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA  
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI  
(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)**



**Oleh:**

**LALU ABDURRACHMAN WAHID**

**NIM : 1520310040**

**MODUL**

**Disusun sebagai Salah Satu Kelengkapan Instrumen Penelitian dalam Tesis  
Tazkiyatun Nafs Dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan  
Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan  
Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN  
Mataram)**

**KONSENTRASI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**PRODI INTERDICIPILINARY ISLAMIC STUDY**

**UIN SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2016**

## **A. Pendahuluan**

Modul Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling untuk Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami dirancang sedemikian rupa sebagai pelengkap instrumen penelitian dalam rangka meningkatkan efikasi diri calon konselor islami dengan menggunakan pelatihan tafakkur dan pelatihan berpikir positif. Penerapan langkah-langkah penelitian eksperimen kepada sasaran penelitian, yaitu kepada calon konselor selaku subjek penelitian, memerlukan modul sebagai pedoman untuk meminimalisir penyimpangan antara rencana penelitian dan praktik di lapangan.

Modul dimaksudkan sebagai pegangan Tim Pelaksana Modul agar penelitian berjalan secara terencana, sistematis, dan berkesinambungan. Modul yang menguraikan secara detail mengenai rencana langkah-langkah penelitian akan memudahkan tim pelaksana modul pada tataran praktiknya. Dalam praktiknya, Tim Pelaksana Modul terdiri dari fasilitator dan cofasilitator. Fasilitator memerlukan bantuan cofasilitator untuk melakukan aktivitas yang tidak dapat ditanganinya sendiri. Bantuan cofasilitator sangat berarti terutama dalam proses observasi secara detail terhadap partisipan dalam jumlah banyak.

## **B. Petunjuk Penggunaan Modul**

### **1. Pengguna Modul dan Sasaran Penelitian**

Pengguna modul adalah Tim Pelaksana Modul yang ditunjuk untuk melaksanakan penelitian. Tim Pelaksana Modul terdiri dari enam orang, yaitu seorang sebagai fasilitator utama dan lima orang sebagai cofasilitator. Fasilitator utama diperankan oleh peneliti, tiga cofasilitator membantu fasilitator utama dalam melayani subjek penelitian, dan dua cofasilitator untuk melakukan observasi dan mendokumentasikan kegiatan. Tim Pelaksana Modul berupaya melaksanakan penelitian sesuai dengan langkah-langkah dalam modul sekaligus mengarahkan subjek penelitian untuk berpartisipasi dalam kegiatan tersebut.

Sasaran penelitian adalah subjek penelitian, yaitu sebanyak 66 mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam semester lima yang tengah mengikuti mata kuliah Terapi Islam. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu sebanyak 33 mahasiswa sebagai kelompok eksperimen dan 33 mahasiswa sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen menerima *pretest*, intervensi, dan *posttest*, sedangkan kelompok kontrol menerima *pretest* dan *posttest* saja. Kelompok kontrol pada akhirnya juga menerima intervensi, yaitu setelah *posttest*, meskipun proses ini tidak dilaporkan dalam penelitian.

### **2. Rancangan Modul**

Rancangan dalam modul dialokasikan ke dalam lima sesi pertemuan yang sistematis dan berkesinambungan. Rambu-rambu dan alokasi waktu penerapan Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling disusun kedalam lima sesi pertemuan tersebut, termasuk pula mengenai aktivitas *pretest* dan *posttest*. Masing-

masing pertemuan didasari oleh pertemuan sebelumnya dan berhubungan dengan pertemuan selanjutnya sehingga proses pelaksanaannya sesuai dengan urutan yang telah ditetapkan.

### **3. Indikator Keberhasilan**

Situasi dan kondisi yang demikian beragam di lapangan selalu diarahkan untuk dapat memenuhi tahapan penelitian dalam modul. Penelitian dapat dikatakan berjalan dengan baik ditinjau dari kesesuaian antara rencana dalam modul dan pelaksanaan penelitian dalam tataran praktiknya. Kesesuaian tersebut diukur melalui daftar cek dalam instrumen checklist pelaksanaan penelitian.

### **4. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Praktik Penelitian**

Praktek penelitian ini dilakukan dalam lima sesi pertemuan bertempat di ruang kelas yang representatif untuk melaksanakan penelitian dengan mempertimbangkan segi ukuran ruangan maupun kenyamanannya. Jadwal dan jam pelaksanaan praktek penelitian disesuaikan dengan kesepakatan antara peneliti dan subjek penelitian. Praktek penelitian seyogyanya dapat dilakukan dalam rentang waktu 2 hari. Hal ini dimaksudkan agar jarak antar pertemuan tidak terlalu lama sehingga efektivitas pelatihannya tidak terganggu.

### **5. Pihak yang Terlibat dalam Pelaksanaan Modul**

Pihak yang terlibat dalam modul adalah Tim Pelaksana Modul dan partisipan. Tim Pelaksana Modul terdiri dari fasilitator dan cofasilitator. Fungsi fasilitator diperankan oleh yang bertugas mengarahkan aktivitas penelitian agar sesuai dengan rencana penelitian, termasuk pula menyampaikan materi dan memandu partisipan.

Cofasilitator membantu mendokumentasikan kegiatan praktik penelitian secara khusus sehingga kegiatan penelitian tidak terganggu proses pendokumentasiannya.

## **6. Kompetensi yang Diperlukan untuk Menjalankan Modul**

Tim pelaksana modul memerlukan beberapa kompetensi dasar untuk menjalankan modul dengan baik. Tim Pelaksana Modul yang memiliki penguasaan keterampilan verbal dan nonverbal untuk dapat berinteraksi secara baik dengan subjek penelitian, hal ini akan sangat membantu pelaksanaan penelitian. Tim Pelaksana Modul juga diharapkan memiliki wawasan keilmuan terkait materi yang disampaikan, yaitu wawasan teoritis dan praktis mengenai Tazkiyatun Nafs dan Komunikasi Kinseling. Pemahaman secara menyeluruh mengenai langkah-langkah yang hendaknya dilakukan dalam penelitian juga diperlukan untuk mengimplementasikan modul. Sebagai sebuah tim, Tim Pelaksana Modul hendaknya telah dibekali dengan pengetahuan mengenai peran masing-masing dan peneliti akan melakukan Training Of Trainer (TOT) kepada tim pelaksana modul walaupun hal ini tidak akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

## **MODUL**

### **“TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI”**

#### **Tujuan Pelatihan**

Setelah mengikuti pelatihan ini, partisipan diharapkan mampu untuk:

1. Memahami secara teoritis dan dapat mengaplikasikan sarana-saranan tazkiyatun nafs dalam praktek bimbingan dan konseling islam.
2. Memahami dan menguasai keterampilan dasar dalam konseling.
3. Memahami dan mampu mempraktekkan keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling.
4. Memahami dan mampu mempraktekkan keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling.
5. Memahami dan mampu mempraktekkan keterampilan empati dalam komunikasi konseling.

## **SESI PEMBUKAAN**

Fasilitator membuka forum dengan mengucapkan salam, mengucapkan terima kasih atas kehadiran peserta, dan memperkenalkan diri dan tim pelaksana modul. Selanjutnya fasilitator menyampaikan tujuan pelatihan ini, yaitu memberi bekal pengetahuan dan keterampilan terapi islam melalui sarana tazkiyatun nafs dan keterampilan dasar dalam konseling serta keterampilan komunikasi konseling yang efektif sebagai bekal dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling dan atau bimbingan dan konseling islam. Misalnya kata pembukaan diucapkan sebagai berikut.

*“Assalammu’alaikum Wr. Wb. Salam sejahtera untuk kita semua.*

*Selamat pagi adik-adik sekalian. Terimakasih kami ucapkan kepada para peserta yang telah bersedia hadir dalam kegiatan ini. Hal ini menunjukkan bahwa adik-adik sekalian adalah orang-orang hebat yang selalu ingin belajar untuk mengembangkan diri. Selama dua hari ke depan, kita akan melaksanakan pelatihan tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling. Tujuan pelatihan ini adalah membentuk calon konselor islami memiliki keterampilan mengaplikasikan teknik terapi islam dalam tazkiyatun nafs dan mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan dasar dalam konseling dan keterampilan komunikasi konseling yang efektif sebagai bekal dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling dan atau bimbingan dan konseling islam.*

Kemudian fasilitator meminta peserta membaca Al-Fatihah bersama-sama, atau meminta salah satu peserta untuk memimpin doa pembukaan.

**PELAKSANAAN PRETEST KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL**

**Tujuan :**

1. Peneliti mendapatkan data *pretest* kelompok eksperimen
2. Peneliti mendapatkan data *pretest* kelompok kontrol

**Waktu :** 30 menit

**Materi:** tidak ada

**Metode :** ceramah, tanya jawab.

**Alat dan Bahan :**

1. skala efikasi diri calon konselor islami,
2. lembar pedoman observasi,

**Prosedur :**

1. Pengantar disampaikan melalui ceramah dengan tujuan pengenalan, penyampaian konsep penelitian, tawaran untuk berpartisipasi dalam penelitian. Tim Pelaksana Modul menyampaikan gagasan umum penelitian semenarik mungkin sehingga subjek penelitian termotivasi untuk berpartisipasi secara aktif.
2. *Pretest* dilakukan menyusul penjelasan mengenai adanya pelatihan peningkatan efikasi diri calon konselor islami. Subjek mengerjakan skala efikasi diri calon konselor islami. Selanjutnya, subjek diminta berpasangan dan duduk berhadapan. Salah satu partisipan menceritakan pengalaman yang pernah atau sedang dialaminya dan pasangannya mendengarkan cerita tersebut. Tim Pelaksana Modul mengobservasi kegiatan tersebut dengan menggunakan lembar pedoman observasi. Setiap observer mengamati 2-3 pasang subjek dan diperbolehkan mengarahkan waktu yang diperlukan untuk kegiatan tersebut, yaitu selama kurang lebih 10 menit. Setelah selesai, pasangan tersebut bergantian, yang semula bercerita menjadi mendengarkan dan yang semula mendengarkan menjadi bercerita.
3. Tim Pelaksana Modul mengumpulkan hasil *pretest*. Selanjutnya, Tim Pelaksana Modul menutup pertemuan dengan ucapan terimakasih atas partisipasi subjek penelitian.

## **SESI KE 1 : TAZKIYATUN NAFS**

### **Tujuan**

1. Peserta mampu memahami pengertian tazkiyatun nafs
2. Peserta mampu memahami dasar dan tujuan tazkiyatun nafs.
3. Peserta mampu memahami sarana-sarana dalam tazkiyatun nafs.
4. Peserta memahami relevansi tazkiyatun nafs dengan bimbingan dan konseling islam.

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** tazkiyatun nafs dan cara mengaplikasikan sarana tazkiyatun nafs dalam praktek konseling

**Metode :** ceramah, tanya jawab, demonstras, sharing interaktif.i

**Alat dan bahan :** Handout, whiteboard, boardmarker, LCD, air minum kemasan

### **Prosedur :**

1. Pengantar disampaikan melalui ceramah menyampaikan agenda yang akan dilalui pada pertemuan kedua. Tim Pelaksana Modul mengaitkan antara kedudukan subjek sebagai calon konselor islami dan perlunya mempelajari TazkiyatunNafs dan relevansinya dengan BKI sebagai salah satu keterampilan tambahan yang dibutuhkan konselor islam.
2. Materi mengenai tazkiyatun nafs disampaikan secara sederhana dan hanya di fokuskan pada bagian yang menunjang pelaksaasn praktek konseling islam. Prosedur pelatihan disampaikan secara ringkas dan sederhana, yaitu mengenai sarana-sarana dalam tazkiyatun nafs seperti shalat, zikir, doa, dan ibadah lainnya. Kemudian relevansi tazkiyatun nafs terhadap bimbingan dan konseling islam juga disampaikan, serta bagaimana mengaplikasikan sarana-sarana tazkiyatun nafs dalam praktek bimbingan dan konseling untuk mengatasi masalah konseli.
3. Tim Pelaksana Modul menutup sesi dengan beberapa kalimat motivasi untuk menggugah semangat belajar. Selanjutnya, tim menutup pertemuan dengan ucapan terima kasih atas partisipasi subjek.

## **SESI KE 2 : KETERAMPILAN DASAR DALAM KONSELING**

**Tujuan :** Mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan dasar dalam konseling

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** Mengenal dan mendalami keterampilan dasar dalam konseling

**Metode :** ceramah, Tanya jawab, demonstrasi

**Alat dan bahan :** Handout, whiteboard, boardmarker, LCD, air minum kemasan

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan pengantar awal mengenai pentingnya keterampilan dasar dalam konseling sebagai langkah awal untuk melakukan praktek bimbingan dan konseling.
2. Fasilitator menyampaikan macam-macam keterampilan dasar dalam konseling secara mendetil dan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh partisipan.
3. Fasilitator meminta partisipan untuk bersedia menjadi objek demonstrasi dengan cara meminta salah satu partisipan untuk maju dan bercerita mengenai masalah yang sedang dihadapinya, kemudian fasilitator menggunakan keterampilan dasar dalam konseling untuk melaksanakan pelayanan konseling sehingga para peserta pelatihan dapat melihat secara langsung demonstrasi mengenai keterampilan dasar dalam konseling yang dipraktekkan langsung oleh fasilitator. Kemudian barulah peserta dibagi menjadi kelompok-kelompok untuk melaksanakan praktek keterampilan dasar dalam konseling tersebut dan dipandu langsung oleh fasilitator.
4. Fasilitator menutup sesi ini dengan mengucapkan terimakasih atas segala perhatian dan kerjasama partisipan, kemudian fasilitator menutup dengan bacaan Alhamdulillah.

**SESI KE 3 : KETERAMPILAN PENGAMATAN DALAM KOMUNIKASI****KONSELING**

**Tujuan :** partisipan mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** komunikasi konseling tahap 1 (keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling)

**Metode :** Menonton adegan curhat/ konseling, diskusi kelompok, ceramah, demonstrasi dan praktek konseling berpasangan.

**Alat dan bahan :** Handout, whiteboard, boardmarker, LCD, air minum kemasan, dan pedoman observasi

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan pengantar awal mengenai keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling dan menayangkan adegan curhat konseling untuk disaksikan dan dianalisa oleh partisipan.
2. Fasilitator menyampaikan materi keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling secara sederhana dan dengan bahasa yang mudah dimengerti.
3. Fasilitator mulai masuk pada tahap inti yakni melakukan praktek konseling berpasangan yang kelompoknya sudah dibagikan dan langsung dibina oleh fasilitator serta tim pelaksana modul, dengan cara melakukan curhat secara bergantian, satu peserta sebagai konselor dan satu lagisebagai konseli. Sesi ini lebih dititik beratkan pada praktek dan partisipan boleh langsung mencoba mempraktekkan teknik terapi islam melalui sarana tazkiyatun nafs yang sudah disampaikan pada sesi sebelumnya.
4. Fasilitator menutup sesi dengan beberapa kalimat motivasi dan ucapan terimakasih atas kerjasama para peserta pelatihan.

#### **SESI KE 4 : KETERAMPILAN MENDENGARKAN AKTIF DALAM KOMUNIKASI KONSELING**

**Tujuan :** partisipan mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** komunikasi konseling tahap 2 (keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling)

**Metode :** Menonton adegan curhat/ konseling, diskusi kelompok, ceramah, demonstrasi dan praktek konseling berpasangan.

**Alat dan bahan :** Handout, whiteboard, boardmarker, LCD, air minum kemasan, dan pedoman observasi

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan pengantar awal mengenai keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling dan menayangkan adegan curhat konseling untuk disaksikan dan dianalisa oleh partisipan.
2. Fasilitator menyampaikan materi keterampilan mendengarkan dalam komunikasi konseling secara sederhana dan dengan bahasa yang mudah dimengerti.
3. Fasilitator mulai masuk pada tahap inti yakni melakukan praktek konseling berpasangan yang kelompoknya sudah dibagikan dan langsung dibina oleh fasilitator serta tim pelaksana modul, dengan cara melakukan curhat secara bergantian, satu peserta sebagai konselor dan satu lagi sebagai konseli. Sesi ini lebih dititik beratkan pada praktek dan partisipan boleh langsung mencoba mempraktekkan teknik terapi islam melalui sarana tazkiyatun nafs yang sudah disampaikan pada sesi sebelumnya.
4. Fasilitator menutup sesi dengan beberapa kalimat motivasi dan ucapan terimakasih atas kerjasama para peserta pelatihan.

**SESI KE 5 : KETERAMPILAN EMPATI DALAM KOMUNIKASI KONSELING**

**Tujuan :** partisipan mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan empati dalam komunikasi konseling

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** komunikasi konseling tahap 3 (keterampilan empati dalam komunikasi konseling)

**Metode :** Menonton adegan curhat/ konseling, diskusi kelompok, ceramah, demonstrasi dan praktek konseling berpasangan.

**Alat dan bahan :** Handout, whiteboard, boardmarker, LCD, air minum kemasan, dan pedoman observasi

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan pengantar awal mengenai keterampilan empati dalam komunikasi konseling dan menayangkan adegan curhat konseling untuk disaksikan dan dianalisa oleh partisipan.
2. Fasilitator menyampaikan materi keterampilan empati dalam komunikasi konseling secara sederhana dan dengan bahasa yang mudah dimengerti.
3. Fasilitator mulai masuk pada tahap inti yakni melakukan praktek konseling berpasangan yang kelompoknya sudah dibagikan dan langsung dibina oleh fasilitator serta tim pelaksana modul, dengan cara melakukan curhat secara bergantian, satu peserta sebagai konselo dan satu lagisebagai konseli. Sesi ini lebih dititik beratkan pada praktek dan partisipan boleh langsung mencoba mempraktekkan teknik terapi islam melalui sarana tazkiyatun nafs yang sudah disampaikan pada sesi sebelumnya.
4. Fasilitator menutup sesi dengan beberapa kalimat motivasi dan ucapan terimakasih atas kerjasama para peserta pelatihan.

**SESI PELAKSANAAN POSTTEST KELOMPOK EKSPERIMEN**

**Tujuan :** peneliti mendapatkan data hasil *posttest* kelompok eksperimen

**Waktu :** 60 menit

**Materi :** tidak ada

**Metode :** ceramah, Tanya jawab

**Alat dan bahan :** skala efikasi diri calon konselor islami, dan draf wawancara

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan pengantar awal mengenai pengerjaan skala efikasi diri calon konselor islami dan langsung meminta partisipan untuk mengisi skala sesuai dengan keadaan yang ia rasakan saat ini.
2. Setelah skala efikasi diri calon konselor islami dikumpulkan semua, tim pelaksana modul langsung ke tahap selanjutnya yakni mewawancarai para partisipan dengan mengikuti pedoman wawancara yang sudah ditentukan.
3. Setelah wawancara selesai, Fasilitator menutup sesi dengan beberapa kalimat motivasi dan ucapan terimakasih atas kerjasama para peserta pelatihan.

**SESI PELAKSANAAN POSTTEST KELOMPOK KONTROL**

**Tujuan :** peneliti mendapatkan data hasil *posttest* kelompok kontrol

**Waktu :** 30 menit

**Materi :** tidak ada

**Metode :** ceramah, Tanya jawab

**Alat dan bahan :** skala efikasi diri calon konselor islami

**Prosedur :**

1. Fasilitator menyampaikan tujuan mengenai akan diadakannya pengisian skala kembali oleh partisipan agar kelompok kontrol tidak kaget mengisi skala untuk kedua kalinya.
2. Setelah skala efikasi diri dikumpulkan semua oleh partisipan kelompok kontrol, kemudian fasilitator merancang jadwal pelatihan yang akan diadakan untuk kelompok kontrol, meskipun proses dan hasilnya tidak dilaporkan dalam hasil penelitian.
3. Setelah wawancara selesai, Fasilitator menutup sesi dengan ucapan terimakasih atas kerjasama para partisipan.

### SESI PENUNJANG PELATIHAN

#### 1. KUIS 1: "WHO I AM ?"

**Petunjuk:**

Dapatkan kamu memberikan gambaran tentang dirimu sendiri? Baca kalimat di bawah ini dengan penuh hati-hati dan kamu dapat mempertimbangkan untuk memilih dan member tanda cawing (v) pada:

- Kolom 1 : apabila pernyataan tersebut cocok dengan diri kamu
- Kolom 2: apabila pernyataan tersebut agak cocok dengan diri kamu
- Kolom 3: apabila pernyataan tersebut tidak cocok dengan diri kamu

Baca dengan baik setiap kalimat, pertimbangkan kesesuaian pernyataan dengan dirimu, baru kemudian member tanda cawing (v) dengan kolom yang cocok dengan hasil pertimbanganmu.

| No | Pernyataan                                                                                                                                                                 | Cocok | Agak Cocok | Tidak Cocok |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|-------------|
|    |                                                                                                                                                                            | 1     | 2          | 3           |
| 1. | Saya adalah seorang yang sanggup membuat rencana yang baik di dalam sekolah dan di dalam sekolah, dalam permainan atau tugas                                               |       |            |             |
| 2. | Saya adalah seorang pemimpin yang baik. Saya adalah pemimpin dalam beberapa bidang                                                                                         |       |            |             |
| 3. | Saya adalah seorang yang malas bermain-main bersama teman-teman sekelompok.                                                                                                |       |            |             |
| 4. | Saya adalah seorang yang selalu merusak dan melanggar peraturan-peraturan sekolah maupun pergaulan                                                                         |       |            |             |
| 5. | Saya adalah seorang yang mungkin mengerti sesuatu ( sesuatu yang berhubungan dengan persoalan di sekolah, maupun sesuatu yang berhubungan dengan persoalan di luar sekolah |       |            |             |
| 6. | Saya adalah seorang yang selalu bekerja untuk kepentingan kelas atau kelompok saya atau teman saya                                                                         |       |            |             |
| 7. | Untuk mendapatkan kawan saya sukar bergaul dengan mereka                                                                                                                   |       |            |             |

|     |                                                                                                                               |  |  |  |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 8.  | Saya adalah seorang yang tidak bahagia, tidak ada seorangpun yang dapat membuat saya gembira                                  |  |  |  |
| 9.  | Saya adalah seorang yang sukar dalam mengemukakan pendapat, sehingga tidak seorangpun yang mengerti pendapat saya             |  |  |  |
| 10. | Saya adalah orang yang sangat populer di dalam kelompok saya                                                                  |  |  |  |
| 11. | Saya adalah seorang yang paling menurut dikelompok saya                                                                       |  |  |  |
| 12. | Saya adalah seorang yang mudah marah, mudah memulai pertengkaran                                                              |  |  |  |
| 13. | Saya adalah seorang yang mempunyai ide-ide baik yang menyenangkan dalam aktifitas pergaulan maupun pelajaran                  |  |  |  |
| 14. | Guru BK kurangmampumenyimpulkanintidari saya adalah orang yang kejam terhadap teman-teman yang lain terutama teman yang kecil |  |  |  |
| 15. | Saya adalah seorang yang banyak mempunyai teman                                                                               |  |  |  |

### PEETUNJUK ANALISA TES

#### “SIAPA SAYA”

Ikutlah langkah-langkah berikut:

1. Hitunglah dari jawaban partisipan sesuai dengan skor (pembobotan) dibawah ini dan jumlahkankan.

| Pernyataan | Cocok Dengan Saya | Agak Cocok Dengan Saya | Tidak Cocok Dengan Saya |
|------------|-------------------|------------------------|-------------------------|
|            | Kolom 1           | Kolom 2                | Kolom 3                 |
| A          | 3                 | 2                      | 1                       |
| B          | 3                 | 2                      | 1                       |
| C          | 1                 | 2                      | 3                       |
| D          | 1                 | 2                      | 3                       |
| E          | 3                 | 2                      | 1                       |
| F          | 1,5               | 3                      | 1,5                     |

|   |     |   |     |
|---|-----|---|-----|
| G | 1   | 2 | 3   |
| H | 1   | 2 | 3   |
| I | 1   | 2 | 3   |
| J | 1,5 | 3 | 1,5 |
| K | 1,5 | 3 | 1,5 |
| L | 1   | 2 | 3   |
| M | 3   | 2 | 1   |
| N | 1   | 2 | 3   |
| O | 3   | 2 | 1   |

Cocokkan jumlah skor dengan patokan interpretasi kepribadian partisipan berdasarkan tes “Siapa Saya” ini:

| Urut | Jumlah Skor | Interpretasi                                                                             |
|------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.   | 37,5-45     | memiliki kepribadian optimis sekali, sangat menyenangkan dan sangat percaya diri sendiri |
| 2.   | 30,5-37     | Berkepribadian optimis, menyenangkan dalam bergaul dan percaya pada diri sendiri         |
| 3.   | 23,5-30     | Cukup optimis, agak menyenangkan dan cukup percaya pada diri sendiri                     |
| 4.   | 16,5-23     | Kurang optimis, kurang menyenangkan dan kurang percaya pada diri sendiri                 |

## 2. GAME TAKE AND GIVE

- Format** : Berkelompok
- Waktu** : 10-25 menit
- Tempat** : Di dalam ruangan pelatihan
- Materi** : Flip chart tiga buah, spidol 3 warna
- Peserta** : 34 orang (semua peserta pelatihan)

### Deskripsi

Seluruh peserta pelatihan dibagi menjadi tiga kelompok. Satu kelompok idealnya beranggotakan minimal 6 orang. Setiap kelompok diminta untuk membahas satu pokok bahasan dikelompok tersebut. Kelompok yang lain juga membahas suatu topik yang sama, tetapi dari sisi yang berbeda, demikian juga dengan kelompok ketiga. Setelah putaran selesai, kelompok bergeser ke kelompok II, Kelompok II ke tempat yang tadi dikerjakan kelompok III, dan kelompok III pergi ke tempat yang tadi ditempati kelompok I

Demikian dilakukan sampai tiga putaran sehingga dalam waktu yang relatif singkat akan ada akumulasi jawaban dengan topik yang sama, bahasan dari sudut yang berbeda-beda dan dalam waktu yang relatif singkat didapat banyak masukan.

### Tujuan

Melatih setiap orang untuk berpikir secara aktif dan konstruktif. Berpikir positif, tetapi tetap kritis. Berpikir secara luas, tetapi tetap mengarah sesuai topik yang ditentukan.

### Prosedur

Dalam sebuah pelatihan diperlukan efektivitas pembahasan dan efisiensi waktu. Untuk itu permainan ini dianggap sebagai hal yang cocok sebagai variasi pencarian ide dan jawaban dari semua peserta. Seluruh peserta training dibagi menjadi tiga kelompok. Jika peserta lebih dari 40, sebaiknya dibagi menjadi 4. Katakanlah ada 34 peserta,

berarti ada tiga kelompok, yaitu kelompok I, II, III. Ada satu pokok bahasan yang dilontarkan oleh trainer untuk didiskusikan masing-masing kelompok, dan mereka diminta untuk membuat jawaban secara bullet point (inti-intinya saja). Topik pembahasan misalnya tentang energi nuklir sebagai pembangkit tenaga listrik alternatif. Kelompok I membahas manfaat energi nuklir untuk pemerintah, kelompok II membahas manfaat energi nuklir untuk konsumen, dan kelompok III membahas manfaat energi nuklir untuk pihak PLN. Dalam waktu 5 menit, setelah masing-masing kelompok selesai membahas bagiannya, kelompok I pindah ke tempat kelompok II, kelompok II ke kelompok III dan meneruskan pembahasan dari kelompok sebelumnya. Begitu terjadi dalam tiga putaran.

Dengan demikian, akan terjadi akumulasi jawaban yang merupakan kontribusi ketiga kelompok. Selanjutnya, trainer bisa membahas masing-masing jawaban dari ketiga sudut pandang kelompok yang berbeda.

### **Diskusi**

1. Bagaimana supaya anggota dalam setiap kelompok aktif ambil bagian dalam diskusi kelompok ?
2. Siapa yang layak untuk menjadi pimpinan kelompok ?
3. Apakah sebaiknya pimpinan kelompok juga menulis pokok jawaban yang disampaikan setiap anggota, atau sebaiknya penulis adalah orang berbeda ?
4. Mengapa ada kelompok yang mempunyai pandangan luas dan ada yang sulit dalam menjawab?
5. Bagaimana sikap pimpinan kelompok jika ada peserta yang selalu ingin mengedepankan pikirannya sendiri ?
6. Dari permainan ini, hal apa yang menjadi daya tarik dan bisa dijadikan inspirasi /

### **Variasi**

Yang menjadi variasi untuk permainan adalah jenis obyek yang dibahas. Suatu ketika topiknya adalah hak asasi manusia, sementara di waktu yang lain tentunya bisa

mengambil topik manusia produktif, penjualan efektif, peningkatan mentalitas pemimpin dan banyak lagi topik yang lain.

Supaya kegiatan bisa lebih marak, setiap tim diberi identitas yang berbeda dengan tim lain. Perbedaan itu bisa berupa head band, seragam khusus atau warna spidol masing-masing. Misalnya, kelompok A memakai spidol warna merah, kelompok B dengan spidol warna hitam dan kelompok C memakai spidol warna hijau. Ketika satu kelompok berpindah ke tempat kelompok lain maka spidol yang menjadi identitas kelompok tersebut harus tetap dibawa. Jadi, hasil akhir dalam sebuah flipchart nantinya akan terlihat dalam warna yang berbeda. Perbedaan di tiap flipchart itu menunjukkan kelompok yang mengerjakan materi bahasan.

### 3. GAME KEGAGALAN ADALAH AWAL KESUKSESAN

**Format** : Perorangan

**Waktu** : 15-30 menit

**Tempat** : Di dalam ruangan pelatihan

**Materi** : Kertas A4 sebanyak jumlah peserta

**Peserta** : 34 orang (semua peserta pelatihan)

**Deskripsi**

Setiap peserta diminta untuk memikirkan sebuah cerita dari orang terkenal. Waktu untuk merenungkan adalah lima menit. Setelah itu, mereka menuliskan kisah sukses yang didahului kegagalan tersebut di sebuah kertas. Tulisan dibuat secara ringkas tetapi padat berisi serta tidak boleh lebih dari setengah halaman kertas A4.

**Tujuan**

Saling memberikan pengalaman dan kekuatan dengan orang lain melalui kisah sukses orang yang dikenal secara umum.

## **Prosedur**

Setiap peserta seminar diberi waktu lima menit untuk berpikir atau merenung. Jika perlu, pimpinan seminar menyebutkan beberapa tokoh, seperti Pangeran Diponegoro, Mahatma Gandhi, Einstein, sampai Bill Gates. Bisa diceritakan apa saja yang pernah didapatkan peserta seminar dari tokoh-tokoh tersebut. Keteladanan yang perlu dibagikan dari orang-orang terkena bias diambilkan dari motto hidupnya, Semangatnya, prinsip hingga keuletan mereka ketika menghadapi kesulitan/kegagalan, serta semangat pantang menyerah yang dimiliki sampai mereka bias mendapatkan yang diinginkannya.

Semua peserta diminta menuliskan paparan mereka di kertas. Uraian disampaikan cukup ringkasannya saja dan tidak boleh melebihi setengah halaman kertas A4. Setelah tahap penulisan selesai, akan ada kesempatan untuk sharing secara bergantian. Trainer menunjuk salah satu peserta untuk maju dan menyampaikan inti ceritanya serta menjelaskan pelajaran yang bisa dipetik dari cerita tersebut.

Setelah peserta pertama selesai, dia berhak menunjuk peserta berikutnya untuk tampil ke depan. Setiap peserta yang ditunjuk maju tidak boleh mengelak, kecuali yang sudah mendapatkan giliran untuk maju. Bagaimana jika ada cerita yang sama? Di sinilah seni permainan itu. Walaupun ceritanya sama dengan yang diceritakan oleh peserta terdahulu, tetapi peserta lain tetap bisa menceritakan tokoh yang sama hanya saja inti dari yang sudah dialami bisa berbeda. Pengalaman batin serta hikmat yang diserap bisa berbeda.

Setiap peserta membagikan ceritanya, sementara peserta lain diminta untuk menyambutnya dengan tepuk tangan jika sudah selesai bercerita.

## **Diskusi**

1. Bagaimana para peserta mengenal tokoh idolanya ?
2. Jika ada peserta yang tidak bisa menceritakan pengalaman atau merasa tidak memiliki tokoh idola, bagaimana cara pimpinan seminar supaya dia tetap bersedia tampil di depan ?

3. Pelajaran apa saja yang bisa diambil dari berbagai kegagalann kesuksesan orang-orang terkenal ?
4. Bagaimana cara meniru keteladanan mereka dalam kehidupan sehari-hari ?
5. Apa yang kebanyakan menjadi dasar peserta dalam pemilihan tokoh idola tersebut ?

### Variasi

Permainan ini bisa diselingi dengan pembacaan secara bersilang, jadi hasil tulisan seseorang dibacakann oleh orang lain. Sebagai variasi dari permainan itu, bisa juga dilakukan pemutaran atau penayangan film mengenai tokoh-tokoh di dunia.

## 4. I AM SUPER

**Format** : Perorangan

**Waktu** : 15-25 menit

**Tempat** : Di dalam ruangan pelatihan

**Materi** : Kertas, ball point

**Peserta** : 34 orang (semua peserta pelatihan)

### Deskripsi

Setiap peserta diminta berpikir dan mencatat 3 (tiga) hal yang paling menonjol (secara positif) pada diri masing-masing peserta. Tiga hal itu merupakan strength (kekuatan pada diri orang tersebut), bisa secara mental, fisik, maupun spiritual.

### Tujuan

Mendorong diri sendiri (*self motivation*) dan menjadi termotivasi dengan mengetahui kelebihan dalam diri sendiri.

### Prosedur

Trainer memberikan kesempatan kepada semua peserta pelatihan untuk berpikir tentang diri masing-masing peserta. Mereka diminta untuk melihat dirinya sendiri, apa

yang menjadi kekuatan dan kelemahan dalam dirinya. *Strengths* dan *weaknesses* tersebut bisa dalam hal pengambilan keputusan, kecepatan mengerjakan tugas, memimpin perusahaan, negosiasi dengan pelanggan, kesehatan, ketahanan fisik, hingga soal mentalitas dalam menjalani kehidupan setiap hari. Setelah mereka berpikir dalam kurun waktu sekitar lima menit diiringi lantunan lagu sentimental, trainer kemudian menyampaikan bahwa peserta pelatihannya sekarang hanya diminta untuk mencatat daftar kekuatan mereka sebanyak 3 (tiga) hal. Jika peserta merasa memiliki lebih dari tiga strength points, aka mereka diminta untuk hanya memilih tiga yang paling menonjol. Misalnya, dalam daftar seseorang terdapat ssisi kekuatan dalam hal-hal berikut:

1. Kondisi tubuh sangat fit
2. Mampu menggaang massa dan memengaruhii orang lain
3. Bersikap terbuka
4. Kreatif
5. Memiliki gigi bagus, tidak pernah sakit gigi mulai kecil
6. Sangat taat dalam menjalankan ibadah

Setelah dipikirkan ulang, di antara enam hal yang menonjol tersebut ditentukan tiga hal yang paling menonjol, yakni:

1. Kreatif
2. Kondisi tubuh sangat fit
3. Bisa/mampu memengaruhi orang lain

Setelahh selesai dengan tahap pertama, setiap peserta pelatihan diminta untuk mempersentasikan.

### **Diskusi**

1. Apakah cara terbaik untuk mengetahui hal yang menonjoll pada diri ?
2. Dimanakah letak kekuatan manusia yang sebenarnya ?

3. Kesulitan apa yang dialami peserta saat mencari kelebihan yang ada pada dirinya sendiri ?
4. Mengapa terkadang orang lupa pada hal yang menonjol dalam dirinya ?
5. Bagaimana jika seseorang merasa ada lebih dari tiga hal yang menonjol dan semuanya sama-sama paling menonjol ?
6. Hal apa yang paling berharga yang bisa dipetik dari permainan ini?

### **Variasi**

Sebelum mempresentasikan tiga hal yang menonjol pada diri seseorang, trainer bisa memberi kesempatan selama lima menit kepada peserta untuk menulis ketiga keunggulan itu lengkap dengan keterangan atau contoh-contoh yang nyata.

Setelah semua peserta melakukan presentasi, trainer bertanya kembali kepada semua peserta pelatihan apakah ada yang mengubah tiga hal paling menonjol pada diri seseorang. Hal itu bisa jadi karena adanya masukan serta pengalaman yang dibagikan oleh peserta lain. Sebagai contoh, peserta merasa bahwa kekuatan yang paling menonjol pada dirinya adalah kreativitas, kondisi tubuh fit, dan bisa memengaruhi orang lain. Namun, ketika ada yang menyebutkan pandai main drum, dia jadi ingat dirinya sendiri yang sebenarnya sangat pandai bermain piano. Dengan demikian, dia bisa mengubah tiga hal paling menonjol pada dirinya, menjadi:

1. Kreatif
2. Pandai bermain piano
3. Pandai memengaruhi orang lain

## 5. GAME MOTIVASI DI BALIK SIMULASI

- Format** : Perorangan
- Waktu** : 15-30 menit
- Tempat** : Di dalam ruangan
- Materi** : Kertas dan pena
- Peserta** : 34 orang (semua peserta pelatihan)

### Deskripsi

Setiap peserta diminta menuliskan satu pertanyaan sulit yang paling sering dihadapi di perusahaan mereka. Sebenarnya, akan lebih baik jika pembicaraan dibatasi (fokus) pada satu bidang, misalnya pemasaran, atau layanan purna jual, dan sebagainya. Setelah masing-masing peserta mencatat satu pertanyaan paling sulit yang dihadapi perusahaannya, kemudian didata oleh trainer, pertanyaan yang sama tidak dicatat dua kali. Semua peserta kemudian diminta memikirkan jawaban untuk setiap pertanyaan tersebut.

### Tujuan

Mendapatkan motivasi dari berbagai pendapat yang dikemukakan oleh orang lain (orang banyak).

### Prosedur

Trainer memberikan kesempatan kepada semua peserta pelatihan untuk memikirkan suatu pertanyaan yang paling sulit untuk dijawab. Bisa jadi, itu merupakan masalah yang paling buruk yang terjadi di perusahaan. Setiap pertanyaan akan dikumpulkan dan kemudian akan ditabulasikan. Beberapa pertanyaan yang sama atau sejenis akan dikelompokkan jadi satu. Bisa jadi, jika peserta pelatihan ada 26 orang, maka akan terkumpul 5 jenis pertanyaan inti.

Contohnya, secanggih apa pun produk yang diluncurkan perusahaan saya, pelanggan selalu menanyakan kemungkinan mendapatkan diskon yang lebih besar. Jawaban orang lain:

- Mengubah pangsa pasar dari kelas “konsumen suka menanyakan diskon” ke kelompok yang memiliki gengsi.
- Mengubah kelas pasar dari bawah-menengah ke menengah-tinggi
- Selalu memasang harga gross (sebelum didiskon) sehingga masih ada ruang untuk negosiasi diskon
- Memberikan alternatif suplemen, misalnya aksesoris, voucher, membership, dan sebagainya sebagai ganti diskon produk itu sendiri
- Membuat produk nomor dua, yang khusus didiskon, sehingga jika pelanggan terbiasa menanyakan diskon, maka dijawab bisa, kecuali jenis itu tetap merupakan produk bagus hanya karena sedang dipromosikan, maka bisa diberi diskon. Namun, produk I tidak bisa didiskon karena cost pembuatannya jauh lebih tinggi.

Dari berbagai alternatif tadi, seseorang yang akan mengaplikasikan daftar tersebut bisa memiliki alternatif yang paling sesuai untuk diterapkan diperusahaannya.

### **Diskusi**

1. Benarkah mencari sesuatu yang paling sulit di perusahaan merupakan hal yang paling mudah untuk dijadikan pertanyaan ?
2. Mengapa ada pertanyaan yang sifatnya sejenis ?
3. Jawaban siapa nantinya yang dianggap paling baik ?
4. Bagaimana jika suatu pertanyaan tidak bisa dimengerti maknanya ?
5. Jika ada pertanyaan yang sudah dijawab, tetapi ada peserta yang belum puas dengan jawabannya, apa yang harus dilakukannya ?
6. Bagaimana jika seorang peserta memiliki lebih dari satu pertanyaan sulit ?

## Variasi

Bidang pertanyaan bisa bervariasi, yakni tentang kebijaksanaan harga, tentang penghematan, kreativitas menjual, atau menghadapi persaingan usaha yang intensif. Pertanyaan peserta bisa juga ditulis dan saling ditukar untuk mencari jawabannya sehingga pertanyaan satu orang dijawab oleh orang lain.

## 6. MENGELOLA EMOSI DAN RELAKSASI

### Tujuan:

1. Peserta memahami arti dan manfaat relaksasi bagi diri sendiri dan orang lain
2. Peserta dapat merasakan manfaat relaksasi bagi dirinya dan dapat mencoba sendiri untuk membantu diri mengatasi ketegangan/ kecemasan
3. Peserta dapat berlatih untuk mengajarkan relaksasi kepada orang lain, termasuk kepada konseli yang akan dibimbing nantinya.
4. Peserta percaya diri untuk membantu orang lain mengatasi ketegangannya dengan metode relaksasi

**Waktu:** 60 menit

**Materi:** lembar instruksi relaksasi, power point materi

**Metode:** ceramah dan *role play* kelompok

### Prosedur:

- Fasilitator akan menceritakan sebuah kisah “Si Pencuri Pisang Molen”, kemudian menanyakan:
  - ✓ *Apa yang anda rasakan setelah mendengar cerita tadi?*
  - ✓ *Emosi apa yang dirasakan oleh si wanita tersebut?*
  - ✓ *Apa dampak psikologis & reaksi fisiologis yang tampak pada wanita tersebut?*
  - ✓ *Pernahkah anda mengalami hal seperti ini (misalnya marah-marah terhadap seseorang, mungkin pasien atau keluarga pasien, kemudian tiba-tiba merasa menyesal, bingung, merasa bersalah, cemas bila orang lain/ atasan tadi melihat tindakan anda, dll). Apa yang terjadi kemudian dalam diri anda? Was-*

waskah? Pekerjaan menjadi terganggu? Tidak konsentrasi? Dll, sebutkan dampak lainnya. Lalu, apa yang anda lakukan untuk mengatasi hal tersebut?).

Biarkan peserta untuk menjawabnya, jika jawaban tersebut belum menyebutkan relaksasi, maka fasilitator akan menjelaskan tentang salah satu metode yang disebut relaksasi

- Fasilitator kemudian memberikan ceramah singkat tentang metode relaksasi dan manfaatnya bagi penurunan ketegangan reaksi fisiologis akibat emosi negatif manusia. Fasilitator juga menerangkan bahwa relaksasi dapat bermanfaat untuk diri sendiri dan bagi orang lain yang mengalami ketegangan emosi, termasuk konseli yang akan dibimbing nantinya.
- Fasilitator kemudian mengajarkan beberapa teknik relaksasi kepada peserta. Fasilitator akan memberikan beberapa instruksi relaksasi sedangkan peserta akan melakukannya.
- Fasilitator kemudian menanyakan kepada peserta tentang apa yang dirasakan setelah melakukan relaksasi.
- Setelah mencoba merasakan sendiri metode relaksasi, fasilitator membagi kertas yang berisi instruksi berbagai jenis relaksasi.
- Peserta kemudian dibagi menjadi 3 atau 4 kelompok. Pada tiap kelompok, peserta mendapat giliran untuk memberikan instruksi kepada peserta lain dalam kelompoknya. Cofasilitator akan mendampingi proses tersebut.
- Setelah seluruh peserta mendapat giliran memberikan instruksi, cofasilitator memandu diskusi dalam kelompok kecil dengan panduan pertanyaan:
  - ✓ apa yang dirasakan saat melakukan relaksasi/mendapat instruksi relaksasi dari teman?
  - ✓ masukan atau komentar apa yang dapat disampaikan bagi peserta pemberi instruksi relaksasi?
  - ✓ kesimpulan atau hikmah apa yang dapat diambil dari proses *role play* relaksasi tersebut?

## 7. KUIS DEATH BEFORE DEATH

### Angket Kehidupan Anda

Untuk mengetahui skala kehidupan anda, silahkan isi daftar isian angket kehidupan anda yang selayaknya diisi dengan kejujuran dan kesungguhan hati anda. Dapatkan gambaran kehidupan anda yang sesungguhnya. Sekali lagi kejujuran terhadap diri anda sendiri adalah syarat mutlak dalam pengisian angket kehidupan anda. Faktor umur, status sosial, pendidikan, dan lain-lain tidak memiliki pengaruh terhadap faktor-faktor dalam angket ini.

Menurut pikiran dan perasaan anda, seperti apakah kehidupan anda jika dianalogikan dengan jenis-jenis analogi di bawah ini (berilah tanda X pada kotak yang tersedia).

### Analogi Warna

Seperti apa corak warna kehidupan anda saat ini?

- a. Cenderung berwarna gelap, kehitaman atau abu-abu
- b. Cenderung berubah-ubah tak menentu antara warna gelap dan terang
- c. Cenderung berwarna terang, berwarna-warni atau putih

### Analogi Hewan

Bagaimanakah dinamika kehidupan anda saat ini?

- a. Berjalan lambat layaknya seekor kura-kura
- b. Berlari-lari kecil layaknya seekor ayam
- c. Berlari kencang layaknya seekor macan

### Analogi makanan

Bagaimanakah cita rasa kehidupan anda saat ini?

- a. Hambar, seperti makan nasi putih saja tanpa lauk

- b. Biasa saja, seperti menu makanan siap saji (junk food)
- c. Lezat, seperti menu prasmanan lengkap dengan aneka jenis makanan

### **Analogi Alat Transportasi**

Seberapa cepatkah anda melesatkan kehidupan anda saat ini ?

- a. Seperti layaknya sepeda yang berjalan
- b. Seperti layaknya laju mobil di jalan tol
- c. Seperti layaknya pesawat terbang

### **Analogi Tayangan TV**

Seperti apakah alur cerita kehidupan anda saat ini?

- a. Tayangan sinetron yang didominasi kisah sedih dan merana
- b. Tayangan infotainment dengan berita kehidupan artis yang up and down
- c. Tayangan bernuansa motivasi dan kisah sukses kehidupan anak manusia

### **Analogi Tumbuhan**

Seberapa kuatkah pondasi dasar kehidupan anda saat ini ?

- a. Seperti layaknya tumbuhan ilalang yang mudah goyang diterpa angin
- b. Seperti layaknya pohon bambu
- c. Seperti layaknya pohon beringin yang kokoh

### **Analogi Perhiasan**

Seperti apakah anda menghargai kehidupan anda saat ini ?

- a. Saya menganggap hidup saya seperti perhiasan imitasi
- b. Saya menganggap hidup saya seperti perhiasan perak semata

- c. Saya menganggap hidup saya seperti perhiasan emas yang berkilau

### **Analogi Olahraga**

Seberapa serukah hasrat berkompetisi dalam kehidupan anda saat ini ?

- a. Seperti layaknya permainan catur
- b. Seperti layaknya permainan bilyard
- c. Seperti layaknya pertandingan tinju

### **Analogi Alam Semesta**

Sebesar apakah rasa syukur anda atas kehidupan anda saat ini?

- a. Hanya sebetang anak sungai yang kecil
- b. Sebuah gunung
- c. Seluas cakrawala di langit

### **Analogi Cahaya**

Seterang apakah masa depan kehidupan anda di kemudian hari ?

- a. Seperti layaknya cahaya sebuah lilin kecil
- b. Seperti layaknya lampu mercury
- c. Seperti layaknya terang sinar matahari

### **Analisis Jawaban Anda**

1. Untuk setiap jawaban pada kolom A, Berilah nilai = 1
2. Untuk setiap jawaban pada kolom B, Berilah nilai = 2
3. Untuk setiap jawaban pada kolom C, Berilah nilai = 3

### **Total Nilai 10-16**

- Hati-hati ya, anda tampaknya sedang berada di zona death before death. Kemungkinan besar saat ini anda benar-benar berada pada situasi yang tertekan. Anda tidak tahu harus berbuat apa lagi. Anda sedang dalam kondisi “tenggelam”. Kehidupan anda terasa berhenti dan mati langkah.

### **Total Nilai 17-24**

- Saat ini, kehidupan anda dalam kondisi yang up and down, tergantung dari situasi dan kondisi yang anda alami saat ini. Jika anda berada pada situasi yang bisa diatasi dengan segala kemampuan yang dimiliki, anda merasa alive dan bersemangat. Namun, jika suatu kendala atau tekanan hidup tertentu yang menghadang didepan anda, semangat anda cenderung menurun, dan menguras energi anda. Situasi seperti ini jika tidak disadari dan diantisipasi dengan jeli justru akan semakin menyeret anda dalam zona death before death.

### **Total Nilai 25-30**

- Excellent, anda pastinya dapat merasakan nikmatnya kehidupan anda really alive. Anda tahu bagaimana caranya mengatur dan menjalani hidup anda dengan penuh syukur. Anda mensyukuri segala aspek yang ada dalam kehidupan anda dan terus-menerus melakukan pengembangan diri anda untuk suatu masa depan yang lebih cerah dan baik. Anda tidak membiarkan tekanan apapun atau kondisi seburuk apapun yang lewat dalam perjalanan hidup anda, anda memberhentikan dan mematikan kehidupan anda. Bagi anda, hidup adalah sesuatu yang indah yang patut dipelihara, dijaga, dikembangkan, dan disyukuri agar kehidupan ini *alive forever* sampai saatnya kehidupan ini dipertanggungjawabkan di akhirat kelak.

TABEL TAHAPAN PRAKTEK PENELITIAN

| SESI | ALOKASI WAKTU | KEGIATAN                                                                                                                                                                                           | TUJUAN                                                                                                                                                                                                                                                    | INDIKATOR                                                                                                                                                                                                                                                                     | METODE                                                                                               | ALAT DAN BAHAN                                                        | PELAKSANA            |
|------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 1    | ± 120 menit   | -Pembukaan<br>-Pelaksanaan <i>pretest</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol<br>-Penutup                                                                                                     | -Setelah pertemuan pertama berlangsung, peneliti mendapat data <i>pretest</i> dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol                                                                                                                               | Peneliti mendapatkan data <i>pretest</i>                                                                                                                                                                                                                                      | -Tes<br>-Ceramah<br>-Observasi<br>-Tanya jawab                                                       | -Skala Efikasi Diri<br>-Pedoman Observasi                             | -Tim Pelaksana Modul |
| 2    | ± 90 menit    | -Pembukaan<br>-Penyampaian materi tazkiyatun nafs dan cara mengaplikasikan sarana tazkiyatun nafs dalam praktek konseling<br>-Sharing interaktif<br>-Pemberian games dan kuis Who I Am<br>-Penutup | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mampu memahami materi tazkiyatun nafs</li> <li>- Subjek mampu memahami dasar dan tujuan tazkiyatun nafs</li> <li>- Subjek mampu memahami sarana-sarana dalam tazkiyatun nafs</li> <li>- Subjek</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Subjek mendapat materi tazkiyatun nafs</li> <li>- Subjek mengaplikasikan sarana tazkiyatun nafs dalam praktek konseling</li> <li>- Subjek dapat mengutarakan manfaat yang dirasakan setelah mengikuti sesi pertemuan ini.</li> </ul> | -Ceramah<br>-Praktek mengenali kelebihan dan kekurangan<br>-Praktek konseling<br>-Sharing interaktif | -Handout<br>-Whiteboard<br>-Boardmarker<br>-LCD<br>-Air minum kemasan | -Tim Pelaksana Modul |

|   |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                               |                                                                                                                                                  |                     |
|---|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
|   |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                      | memahami relevansi tazkiyatun nafs dengan bimbingan dan konseling Islam                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                               |                                                                                                                                                  |                     |
| 3 | ± 90 menit | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pendahuluan</li> <li>-Penyampaian mengenal dan mendalami keterampilan dasar dalam konseling</li> <li>-Praktek konseling berpasangan</li> <li>- Relaksasi ego state terapi</li> </ul>                                                         | -Subjek memahami materi keterampilan dasar dalam konseling                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Subjek mampu memahami materi dan mendapatkan manfaat mengenai keterampilan dasar dalam konseling</li> <li>-Subjek dapat mempraktekkan keterampilan dasar dalam konseling</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ceramah</li> <li>-Tanya jawab</li> <li>-Sharing interaktif</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Handout</li> <li>-Whiteboard</li> <li>-Boardmarker</li> <li>-LCD</li> <li>-Air minum kemasan</li> </ul>  | Tim Pelaksana Modul |
| 4 | ± 90 menit | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pembukaan</li> <li>-Mereview materi pada pertemuan sebelumnya</li> <li>-Keterampilan komunikasi konseling (keterampilan pengamatan, mendengarkan aktif, dan keterampilan empati)</li> <li>-Pemberian posttest kelompok eksperimen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Setelah pertemuan ketiga berlangsung subjek dapat memahami materi dan mempraktekkan keterampilan dasar dalam komunikasi konseling</li> <li>-Subjek mampu</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Subjek mampu memahami materi komunikasi konseling melalui keterampilan pengamatan, mendengarkan aktif, dan empati.</li> <li>-Subjek dapat mempraktekkan keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ceramah</li> <li>Tanya jawab</li> <li>-Sharing interaktif</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Handout</li> <li>-Whiteboard</li> <li>-Boardmarker</li> <li>- LCD</li> <li>-Air minum kemasan</li> </ul> | Tim Pelaksana Modul |

|   |            |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                 |                               |                                                      |                             |
|---|------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------|
|   |            |                                                                                        | <p>memahami dan mempraktekkan keterampilan pengamatan dalam komunikasi konseling</p> <p>-Subjek mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling</p> <p>-Subjek mampu memahami dan mempraktekkan keterampilan empati dalam komunikasi konseling</p> | <p>-Subjek mampu mempraktekkan keterampilan mendengarkan aktif dalam komunikasi konseling</p> <p>-Subjek mampu mempraktekkan keterampilan empati dalam komunikasi konseling</p> |                               |                                                      |                             |
| 5 | ± 60 menit | <p>-Pembukaan</p> <p>-Pelaksanaan <i>posttest</i> kelompok kontrol</p> <p>-Penutup</p> | <p>-Setelah pertemuan kelima berakhir, peneliti mendapatkan data <i>posttest</i> kelompok kontrol</p>                                                                                                                                                                                          | <p>-Peneliti mendapat data <i>posttest</i> kelompok kontrol</p>                                                                                                                 | <p>-Tes</p> <p>-Observasi</p> | <p>-Skala efikasi diri</p> <p>-Pedoman Observasi</p> | <p>-Tim Pelaksana Modul</p> |

**TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA  
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI  
(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)**



**Oleh:**

**LALU ABDURRACHMAN WAHID**

**NIM : 1520310040**

**HANDOUT**

**Disusun sebagai Salah Satu Kelengkapan Instrumen Penelitian dalam Tesis  
Tazkiyatun Nafs Dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi  
Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan  
dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)**

**KONSENTRASI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**PRODI INTERDICIPILINARY ISLAMIC STUDY**

**UIN SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2016**

## Salam Pembuka

Penyembuhan jiwa tak ubahnya penyembuhan badan. Bedanya penyembuhan jiwa dilakukan dengan melenyapkan sifat-sifat rendah dan ahlak yang hina dari jiwa serta mengusahakan keutamaan dan ahlak mulia, sementara penyembuhan badan dilakukan dengan melenyapkan virus-virus penyakit tubuh. Sebagaimana keadaan badan tidak diciptakan sempurna tapi disempurnakan dengan olahraga dan makanan yang baik, keadaan jiwa pun diciptakan dalam keadaan tidak sempurna, tapi berpotensi menjadi sempurna. Jiwa menjadi sempurna melalui penyucian dan pelurusan ahlak dengan ilmu. Jika badan sehat, dokter hanya perlu menerapkan aturan-aturan yang bisa menjaga kesehatannya. Jika badan sakit, dokter perlu mengobatinya.

Demikian pula keadaan jiwa, jika ia suci dan bersih serta berahlak terdidik, sang konselor hanya perlu menjaganya dan menjaga sifat-sifatnya, menambahkan kekuatan padanya dan mengusahakan pengentalan sifat-sifatnya. Jika tidak sempurna dan tidak bersih, ia harus disempurnakan dan dibersihkan. Penyakit yang mengubah keseimbangan fostur yang mengakibatkan sakit hanya bisa ditawar dengan sesuatu yang menjadi lawannya, panas ditawar dengan dingin dan dingin ditawar dengan panas. Demikian pula sifat-sifat rendah yang merupakan penyakit hati mesti disembuhkan dengan lawannya. Bodoh harus disembuhkan dengan ilmu, kikir disembuhkan dengan derma, takabur disembuhkan dengan tawaduk, rakus ditawar dengan menahan diri secara paksa dari berbagai syahwat. Si sakit tubuh harus mau menelan pahit obat untuk sembuh, demikian pula si sakit hati mesti mau menahan pahit *mujahadah* (kesungguhan) dan sabar untuk mengobati hatinya.

## A. TAZKIYATUN NAFS

### 1. Pengertian Tazkiyatun Nafs

Secara etimologis kata *tazkiyah* berarti “mensucikan” atau “membersihkan”, sebagian ulama mengartikan pula “tumbuh besar” dan “makin banyak”. Sedangkan kata *nafs* memiliki makna yang bervariasi, diantaranya “nafs” diartikan sebagai “jiwa”, sesuai makna kandungan surat (al-Fajr : 27-30). Kedua “nafs” didefinisikan sebagai “nyawa” sebagaimana terdapat dalam surat (Ali-Imran : 185), adapun surat (Yusuf : 53) menggunakan arti kata “hawa nafsu”. Sedangkan beberapa tokoh memaknainya dengan “keakuan” atau “ego” sebagaimana terdapat dalam surat (Al-An’am : 164). Dalam Bahasa Arab kata “nafs” identik dengan istilah “jiwa”, sebagaimana istilah ini digunakan dalam Bahasa Indonesia. Bahasa Yunani menyebut “jiwa” dengan “psyche” serta kata “soul” dipergunakan dalam Bahasa Inggris.

Sedangkan secara etimologi, “tazkiyatun nafs” berarti berbagai amal perbuatan yang mempengaruhi jiwa seseorang secara langsung maupun tidak langsung yang bertujuan menyembuhkan diri dari berbagai “tawanan” penyakit, dengan merealisasikan berbagai ahlakul karimah. Dengan demikian, tazkiyatun nafs bukan sekedar berprinsip pada pembersihan jiwa dari segala penyakit hati semata melainkan juga pembinaan dan pengembangan jiwa positif. Sedangkan kebalikan “tazkiyatun nafs” adalah lafadz *tadsiyatun nafs* (menjatuhkan jiwa dan merendahnya), mengakibatkan terhambatnya jiwa individu berma’rifat kepada Allah SWT. sebagaimana telah Allah terangkan dalam al-Qur’an Surat al-A’raf [7] : 179.

*Artinya : Sesungguhnya telah kami jadikan untuk neraka Jahannam kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakan untuk memahami (ayat-ayat Kami) dan mereka mempunyai mata tetapi tidak dipergunakan untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), Mereka itu sesungguhnya seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka inilah orang-orang lalai.*

Pada prinsipnya tazkiyatun nafs sangat berarti bagi kelangsungan manusia. Di samping dapat membentuk pribadi yang bersih dari gangguan jiwa, kesehatan mental juga dapat mengantarkan seseorang menuju kebahagiaan dunia maupun akhirat. Lebih jauh

mengenai tazkiyatun nafs, mari kita simak pemaparan beberapa tokoh terlebih dahulu mengenai pengertian umum mengenai tazkiyatun nafs. Menurut al-Razi dalam *Tafsir al-Kabir* tazkiyatun nafs diartikan dengan *tathir* dan *tanmiyat* yang berfungsi untuk menguatkan motivasi seseorang dalam beriman dan beramal saleh. Adapun Muhammad Abduh mengartikan tazkiyatun nafs sebagai *tarbiyatun nafs* (pendidikan jiwa) melalui *tazkiyatul aql* dari aqidah yang sehat.

Zainuddin Sadar, mendefinisikan tazkiyatun nafs sebagai pembangunan karakter (watak) dan transformasi dari persoalan manusia, di mana seluruh aspek kehidupan memainkan peranan penting dalam prosesnya. Tazkiyah sebagai konsep pendidikan dan pengajaran tidak saja membatasi dirinya pada proses pengetahuan yang sadar, tetapi agaknya lebih merupakan tugas untuk member tindakan hidup taat bagi individu yang melakukannya, sedangkan mukmin adalah karya seni yang dibentuk oleh tazkiyah. Anshori mengartikan tazkiyatun nafs sebagai upaya psikologis dari “agen” moral untuk membuang kecenderungan-kecenderungan negatif dalam jiwa dalam mengatasi konflik batin antar *nafsu al-lawwamah* dengan *nafsu al-amarah*.

Dengan *tazkiyah*, manusia akan memperoleh kesadaran diri dan selanjutnya akan memperoleh pula kesabaran. Nilai-nilai itu sama dengan konsep dan cita-cita yang mengarahkan perilaku individual dan kolektif manusia dalam kehidupan mereka. Nilai-nilai Islam menyatu dengan sifat manusia dan mengakibatkan evolusi spiritual dan moralnya.

*Tazkiyah* dalam persepektif Al-Qur'an lebih dititikberatkan pada *tazkiyah an-nafs*. Menurut Ahmad Mubarak, *tazkiyah an-nafs* (penyucian jiwa) dapat dilakukan melalui perbuatan yang telah diisyaratkan oleh al-Qur'an, yaitu (1) pengeluaran infak harta benda Q.S. al-Lail [92]:18, (2) takut azab Allah dan menjalankan ibadah salat Q.S. al-Fatir [35]:18, (3) menjaga kesucian kehidupan seksual Q.S. an-Nur [24]:30, dan (4) menjaga etika pergaulan Q.S. an-Nur [24]:28. al-Qur'an juga mengisyaratkan proses *tazkiyah* bisa terjadi melalui ajakan orang lain. Ada empat ayat yang menyebutkan hal itu, yaitu Q.S. al-Baqarah [2]:129 dan 151, Q.S. Ali Imran [3]:164, dan Q.S. al-Jumu'ah [62]:2.

Dalam (Q.S. an-Nur [24]:21) disebutkan bahwa seandainya bukan karena anugerah Allah seseorang selamanya tidak bisa menyucikan jiwanya dan Allah memberikan

anugerah itu kepada orang yang dikehendaki-Nya. Dalam Q.S. an-Nisa [4]:49, ketika al-Qur'an mencela tingkah laku manusia yang merasa dirinya telah suci, juga ditegaskan bahwa Allah yang membersihkan jiwa orang-orang yang dikehendaki-Nya.

## 2. Dasar dan Tujuan Tazkiyatun Nafs

Dasar-dasar penyucian jiwa terdapat dalam beberapa ayat al-Qur'an, diantaranya dalam surat al-Baqarah [2] : 151.

*Artinya : Sebagaimana Kami telah menyempurnakan nikmat Kami kepadamu. Kami telah mengutus kepadamu Rasul di antara kamu yang membacakan ayat-ayat Kami kepada kamu dan mensucikan kamu dan mengajarkan kepadamu al-Kitab dan al-Hikmah (as-Sunnah), serta mengajarkan kepada kamu apa yang belum kamu ketahuinya.*

Kemudian Surat al-Lail [92] : 17-18. *Artinya : Dan kelak akan dijauhkan orang yang paling takwa dari neraka itu, Yang menafkahkan hartanya (di jalan Allah) untuk keperluan membersihkannya.* Selanjutnya Surat asy-Syams [91] : 8-10. *Artinya : Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, Dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.*

Adapun tujuan dari tazkiyah memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk jiwa yang mulia. Pada dasarnya tujuan tazkiyah adalah mengantarkan manusia berinteraksi terhadap sesama, berkompetisi positif, maupun dapat membangun sifat positif lainnya demi kemaslahatan manusia pada umumnya. Sedangkan tujuan tazkiyatun nafs menurut pandangan Sa'id Hawwa secara garis besar adalah bagaimana hamba dapat berkomunikasi kepada Allah SWT dan mampu menghindarkan diri dari beberapa bahaya penyakit hati. Seperti gangguan stress, emosi meninggi, sombong, kikir maupun terhindar dari pengaruh setan sekalipun. Selain ini pula tazkiyah bertujuan mewujudkan individu memiliki kepribadian tangguh bermental positif.

Adapun kajian mengenai tazkiyatun nafs menurut Sa'id Hawwa, selain adanya kesucian antar komponen, tazkiyah juga tidak melalui pendekatan *tariqah*, *bai'at*, maupun *suluk*, sebagaimana metode yang dilakukan Iman al-Ghazali, Ibnu-Qoyyim al-Jauziyah,

Ibnu Atho'illah Assakandari maupun tokoh-tokoh tasawuf lainnya. Perjalanan spiritual *muzakki* (orang yang melakukan tazkiyah) menurut Sa'id Hawwa dapat dilakukan melalui serangkaian metode *tathahhur*, *tahaquq*, maupun *takhalluq* yang dilakukan secara *step by step* dengan pendekatan langsung (*direct approach*) antara konselor dan konseli.

### 3. Komponen-komponen Sarana atau Metode Tazkiyatun Nafs

Adapun mengenai penyucian jiwa harus melalui beberapa metode tazkiyah dengan segenap eksistensi, setelah mendiagnosis jenis penyakit dan sebab-sebabnya. Imam Ghazali misalnya menyebutkan terapi fundamental untuk menyembuhkan penyakit jiwa dengan memotong substansinya (*maddah*) dan menghilangkan variasi penyebabnya, dengan bantuan lawan-lawan penyakit tersebut. Penyembuhan penyakit jiwa dapat pula dilakukan melalui terapi *ilmu* dan *amal*. Keduas terapi ini diartikan sebagai kemampuan membuang substansi dan pengaruh sifat buruk, dengan menekankan penghapusan sebab musababnya, seperti menghapus perangai kikir dapat dilakukan dengan membiasakan kebaikan beramal sedekah, dan sebagainya.

Pandangan Hamka dan Dadang Hawari menyarankan dalam melakukan penyucian jiwa dengan menjalankan syari'at Allah. yang mana syari'at tersebut harus dikerjakan di atas jalan tertentu sehingga ia tidak tersesat dari jalan yang ia tempuh. Adapun pandangan Hamdani Bakran dalam melakukan tazkiyah melalui apa yang disebut masuknya hamba kepada "otoritas Ilahiyah" dalam artian *muzakki* atau *konseli* harus membawa esensi jiwanya kepada kehadiran Allah SWT tanpa memandang dunia seisinya, sehingga jiwa konseli benar-benar kosong dari tipu daya dunia.

Menurut Khursyid Ahmad, *tazkiyah* merupakan konsep Islam mengenai karakter manusia. *Tazkiyah* adalah suatu konsep dinamis dan multidimensional yang menyangkut beberapa aspek diri. Tujuan *tazkiyah* adalah memurnikan dan membentuk diri. Ada enam komponen yang merupakan sarana *tazkiyah*, yaitu *zikir*, *ibadah*, *taubah*, *sabar*, *muhasabah*, dan *do'a*. Setiap sarana *tazkiyah* memberikan dan memiliki titik labuh pada diri seseorang dan dapat digunakan sebagai *filter* hal-hal yang akan menghancurkan diri seseorang serta dapat mendorong perkembangan dimensi diri yang memudahkan tumbuhnya kesadaran diri.

**a. *Tazkiyah melalui zikir***

Zikir berarti mengingat Allah. Pengingatan itu bisa dalam hati tanpa mengucapkan sesuatu tetapi selalu sadar akan kehadiran Allah dan bisa juga penyebutan nama Allah atau penyitiran ayat-ayat al-Qur'an. Zikir tidak harus dihubungkan dengan situasi tertentu. Zikir melampaui seluruh batasan aktivitas manusia dan menciptakan suatu iklim mental dan psikologis yang dapat melindungi manusia dari populasi lingkungannya. Nabi Muhammad Saw. telah menjelaskan perbedaan antara orang yang sering melakukan dzikir dan orang yang tidak pernah melakukan zikir sebagai seorang yang hidup dan yang mati. Apabila orang tidak dapat bernafas lagi berarti kehidupannya telah berakhir. Demikian pula, meskipun seseorang secara fisik masih hidup, apabila tidak pernah menyebut nama Allah, berarti ia dianggap telah mati.

**b. *Tazkiyah melalui ibadah***

Zikir sebenarnya sama dengan ibadah. Ibadah berarti menghambakan diri kepada Allah, yaitu merupakan sarana untuk menyucikan diri. Dasar ibadah adalah bahwa manusia merupakan ciptaan Allah SWT. *Taqarrub* kepada-Nya dengan penuh pengabdian. Itulah yang dinamakan ibadah. Ibadah merupakan lingkaran penjagaan spiritual yang menempatkan Islam disekeliling individu atau kelompok masyarakat. Itulah komponen utama subsistem spiritual bagi sistem Muslim. Unsur-unsur ibadah meliputi ibadah salat, zakat, puasa, dan haji. Ibadah dalam Islam telah dilepaskan dari ikatan para perantara antara manusia dengan penciptanya. Meskipun dalam Islam ada ulama dan "muslim professional", fungsi kependetaan tidak diakui. Orang-orang Muslim berdo'a langsung pada Allah. Ibadah dengan pengecualian haji, pelaksanaannya tidak dibatasi tempat, Islam menganggap setiap tempat cocok untuk beribadah. Setiap orang apapun kedudukannya boleh bergabung dengan seluruh umat untuk menghadapkan muka mereka ke arah Ka'bah di dalam Masjid Suci Makkah dan melakukan shalat. Nabi Muhammad Saw. Pernah bersabda bahwa seluruh bumi telah diberikan padaku dalam bentuk sebuah masjid yang suci dan bersih. Sebagaimana tampak jelas pada unsur-unsur yang beragam, Islam telah memperluas bidang ibadah. Jadi ibadah tidak terbatas pada do'a yang harus dilakukan pada kesempatan-kesempatan tertentu saja. Sebaliknya, dalam Islam, setiap tindakan yang baik yang dilakukan secara tulus sama dengan ibadah.

Jadi, makan, minum, tidur, dan bermain merupakan tindakan duniawi yang dapat memenuhi kebutuhan fisik manusia dan menimbulkan kenikmatan indrawi itu jika dilakukan dalam lingkup Islam sama dengan ibadah dan pelakunya mendapat pahala. Semua itu dikatakan sebagai ibadah karena jika seseorang berusaha memenuhi kebutuhan sebatas yang diperbolehkan dalam hukum berarti dia berusaha menahan diri dari sekedar memperturutkan kata hati dan dari hal-hal yang dilarang. Dengan demikian berarti ibadah memberikan jaminan bahwa seseorang tetap dapat menambah kesadaran dirinya sementara dia menikmati sepenuhnya kesenangan-kesenangan duniawi.

**c. *Tazkiyah melalui taubah***

Taubat berarti mengakui kesalahan dan berpaling kembali kepada Allah serta memohon ampunan-Nya. Menurut al-Qur'an umat Islam dibedakan dari kelompok masyarakat lain karena mereka tidak pernah berusaha mempertahankan kesalahan mereka. Berbuat kesalahan itu sangat manusiawi sifatnya, tetapi dalam diri setiap individu terdapat sebuah unsur, yaitu hati nurani yang selalu berusaha memperbaiki kesalahannya. Hati nurani ini berfungsi sebagai suatu sistem kontrol arus balik otomatis yang mengandung unsur koreksi yang dapat memperbaiki masukan agar bisa didapat hasil yang diinginkan. Hasil yang diinginkan itu adalah kembali pada parameter-parameter Islam dan taubat merupakan katalisator yang dapat mempercepat usaha untuk kembali. Oleh karena itu, taubat sama dengan bertindak sesuai dengan kata hati nurani.

**d. *Tazkiyah melalui sabar***

Sabar pada hakikatnya bersangkutan-paut dengan ketabahan. Menggali sabar berarti memupuk ketekunan yang merupakan bagian proses taubat karena sabar mengharuskan orang agar bertekun menapaki jalan kebaikan dan kembali kepada-Nya setiap kali kesalahan terlanjur dilakukan. Jadi, bersabar artinya meneruskan pelaksanaan sistem Muslim apapun pengorbanan yang dituntut.

**e. *Tazkiyah melalui muhasabah***

*Muhasabah* adalah kritik dan kritik diri. *Muhasabah* untuk diri sendiri dianggap lebih hebat dibandingkan dengan perjuangan bersenjata melawan musuh-musuh Islam. *Muhasabah* adalah perang melawan diri sendiri. Nabi Muhammad Saw. melukiskan

sebagai perjuangan lebih besar ketika beliau berkata sepulang dari medan perang bahwa kita kembali dari jihad yang lebih kecil untuk menuju jihad yang lebih besar. Nabi Muhammad Saw. juga berkata bahwa orang yang bijaksana adalah orang yang selalu mengkritik dirinya sendiri dan berusaha mendapatkan kebaikan di akhirat. Sebaliknya, orang yang bodoh adalah orang yang hanya menuruti kehendak dirinya sendiri dan mengharapkan kebaikan-kebaikan dari Allah.

**f. *Tazkiyah* melalui do'a**

Do'a adalah memohon petunjuk kepada Allah dalam setiap tindakan dan perbuatan. Khursyid Ahmad melukiskan do'a sebagai potret seluruh ambisi kita yang sesungguhnya merupakan pelukisan yang cukup tepat karena seluruh skala prioritas seseorang dalam kehidupannya dapat tercermin dalam doanya.

Dapat disimpulkan bahwa *tazkiyah* dengan berbagai sarananya dapat melahirkan kesadaran diri akan masa depan dalam hati setiap orang Mukmin. Kesadaran diri ini benar-benar ditunjukkan ke masa depan, karena hal itu tidak hanya mencakup hidup di dunia ini, tetapi juga kehidupan di akhirat kelak. Oleh karena itu, *tazkiyah* sebagai konsep kunci dalam kesadaran diri berbagai caranya dibuat untuk membuat manusia sadar akan hubungannya dengan Sang Pencipta dan juga segala ciptaannya dalam seluruh perwujudannya. *Tazkiyah* dimaksudkan untuk membantu setiap individu agar dapat menjalani kehidupan dalam ketakwaan kepada Allah swt. sebagai suatu penghambaan sempurna. Inilah sesungguhnya kesadaran diri dalam Islam.

Uraian di atas diperkuat dengan pendapat Sayid Mujtaba Musawi Lari, bahwa *tazkiyah an-nafs* (penyucian diri) berfungsi sebagai sarana pengembangan menuju kesempurnaan diri manusia karena sesungguhnya kesempurnaan itu terletak pada pembebasan diri manusia dari ikatan hawa nafsu yang khayali dan kesenangan jasadi sehingga manusia mampu bergerak maju di jalan kemanusiaannya dengan cara mendidik daya rasa (emosional), mampu mendisiplinkan diri, dan mengenal gagasan-gagasan yang lebih tinggi serta orientasi pemikiran yang lebih luas. Lebih lanjut ia mengatakan bahwa gagasan suatu kebaikan tertinggi berakar secara mendalam pada rohani manusia sejak masa

kanak-kanan. Cahaya nilai-nilai luhur menarik diri manusia sehingga ia jatuh cinta pada kebaikan dan nilai luhur itu dengan sukarela diraihinya atas kehendak diri sendiri.

Pertumbuhan yang diperoleh dari tubuh dan jiwa tidaklah mungkin tanpa bantuan *tazkiyatun nafs* (penyucian diri). Lebih-lebih tatanan batin selalu mempunyai aturan-aturan tersendiri. Keadaan fisiologis dan psikologis merupakan basis hakiki kepribadian manusia. Disebutkan dalam al-Qur'an, surat asy-Syams [91]:9-10, yang artinya, "*Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*".

Hubungan *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) dengan berbagai sarannya akan melahirkan kesadaran diri bagi setiap manusia yang merupakan proses yang diisyaratkan al-Qur'an dan juga didasarkan pada teori-teori kecerdasan yang dimiliki manusia, yaitu IQ, EQ, dan SQ. Hanya saja al-Qur'an telah mengisyaratkan adanya *tazkiyatun nafs*. Di samping atas ikhtiar dan usaha, manusia juga mendapat anugerah Allah swt. sehingga manusia memperoleh *tazkiyatun nafs* tersebut.

#### **4. Relevansi Tazkiyatun Nafs dengan Bimbingan dan Konseling Islam**

##### **a. Urgensi tazkiyatun nafs Sa'id hawa dengan Bimbingan dan Konseling Islam**

Tinjauan terhadap tazkiyatun nafs dari BKI memiliki nilai yang sangat berkaitan, menunjang satu sama lain dalam mewujudkan kesehatan jiwa, sebagaimana terdapat dalam beberapa aspek:

##### **1) Aspek al-ibadah**

Aspek al-ibadah ini dari segi konseling Islam dapat terbagi lagi dalam komponen yang meliputi :

##### **a) Penanaman tauhid**

Di antara ajaran aqidah yang ditekankan dalam tazkiyah adalah dua kalimat syahadat. Manusia harus meyakini dan membenarkan adanya wujud, zat, sifat-sifat dan afal-afal Allah, serta membenarkan risalah Muhammad Saw. Dengan demikian setiap orang dapat memperoleh ketennagan jiwa dan mampu mendekatkan diri kepada Allah Swt.

Apabila ditinjau dari konseling (kesehatan mental) aqidah dapat berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan kejiwaan. Dalam perawatan jiwa, terdapat hubungan yang erat antara gangguan kejiwaan dan perawatannya dengan kekuatan aqidah agama. Melalui peran agama, terdapat urgensi yang jelas pada setiap penderita merasakan ketentraman batin dengan jalan kembali kepada keyakinan agama atau mendekatkan diri kepada Allah Swt.

#### **b) Shalat**

Shalat dipandang sebagai sifat al- munji'ah (menyelamatkan), dapat pula shalat dimaknai dengan ketidak sendirian, tetapi seolah-olah dia merasakan berhadapan dengan Allah dan shalat yang khusyu' dapat menenangkan jiwa. Ditinjau dari aspek konseling shalat dapat berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan dan pembinaan. Pelaksanaan shalat yang khusyu' dengan penghayatan terhadap makna do'a dapat membentuk jiwa yang disiplin yang waspada.

#### **c) Tilawah Al-Qur'an**

Membaca Al-Qur'an dengan konsentrasi dapat menghadirkan hati, meninggalkan bisikan jiwa maupun dapat memahami sifat-sifat Allah. Sifat tilawatil qur'an yang demikian akan dapat mendorong terungkapnya segala perasaan, keluhan dan permasalahan kepada Allah.

Ditinjau dari konseling Islam tilawatil qur'an dapat berfungsi sebagai pengobatan dan pencegahan kejiwaan dengan mengetahui makna kandungan al-Qur'an, maupun menjaga adab-adab al-qur'an. Di samping itu tilawatil qur'an dapat mencegah timbulnya rasa gelisah, cemas, dan raga terhadap masalah yang ghaib.

### **2) Aspek al-adat**

#### **a. Adab interaksi sosial**

Dalam adab-adab pergaulan seseorang dituntut untuk saling mengasihi, menghormati, menghargai, menolong, membangun, menggembirakan, silaturahmi, tidak sombong, tidak saling membenci dan lain-lain.

Ditinjau dari segi kesehatan mental adab-adab diatas terdapat urgensi dalam memberikan dukungan, keyakinan, perlindungan, cinta dan rasa hormat. Dengan demikian manusia dapat terbantu dalam meulihkan gangguan kejiwaan.

### **3) Aspek al-muhlikah**

Ajaran tazkiyatun nafs (membersihkan dan mengosongkan jiwa dari sifat-sifat tercela) dan ajaran tahliyatun nafs atau mengisi jiwa dengan sifat-sifat terpuji, manusia akan memperoleh keseimbangan (al-wasat), ketenangan jiwa (nafsul mutma'inah), kebahagiaan, kesempurnaan, ketaatan dan pengendalian nafsu.

Ditinjau dari bimbingan konseling Islam, aspek al-muhlikah memiliki kegunaan yang berfungsi sebagai pengobatan terhadap moral yang rendah, memenuhi segala sifat yang positif seperti kasih sayang, pemaaf, toleran, rendah hati, sopan dan setia.

### **4) Aspek al-munjiyah**

#### **a. Taubat**

Taubat dipandang dalam tazkiyah sebagai masalah yang besar. Taubat berarti pengakuan dosa, mengungkapkan kembali perbuatan dosa dan menyesali untuk tidak mengulangi kembali. Hal ini dapat menumbuhkan sifat keselamatan, kemenangan serta kedekatan diri kepada Allah. Dari tinjauan BKI ungkapan orang yang taubat akan merasakan kepuasan batin, membentuk kepribadian yang utuh tanpa adanya gangguan jiwa

#### **b. Sabar dan ikhlas**

Sabar dalam pandangan tazkiyah memiliki kelebihan atas peningkatan derajat yang tinggi, kebaikan yang banyak seperti sifat yang baik, pengendalian hawa nafsu, mendapat petunjuk, pertolongan, rahmat, ampunan dan ketaqwaan kepada Allah Swt.

Ditinjau dari BKI sifat sabar maupun ikhlas dapat menghadirkan sikap yang obyektif, menghindarkan ketidakstabilan, timbulnya sifat kejujuran kemurnian dalam ubudiyah maupun terhindar dari segala sifat tercela.

## **b. Relevansi Aspek Tazkiyah dengan Bimbingan dan Konseling Islam**

Hubungan tazkiyatun nafs dengan Bimbingan Konseling dan Islam (BKI) antara lain dapat diketahui dari uraian tentang pengertian Bimbingan dan Konseling Islam dengan tazkiyah.

### **1. Kesamaan dalam Pengertian**

Menurut Sa'id Hawwa tazkiyatun nafs secara harfiyah memiliki tiga pengertian, yakni tathir dan al-namy atau al-islah. Tazkiyatun nafs dalam pengertian pertama berarti menumbuhkan dan memperbaiki jiwa dengan sifat-sifat terpuji. Dengan demikian, arti tazkiyah tidak hanya sebatas pada pembersihan jiwa tetapi juga meliputi pembinaan dan pengembangan jiwa.

Sedangkan Bimbingan Konseling Islam menurut Ainur Rahim Faqih diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan, senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia akhirat. Pada dasarnya hal ini merupakan perwujudan mendapatkan kesehatan mental. Menurut Zakiyah Darajat mental yang sehat adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya, lingkungannya, maupun terhadap Tuhan, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.

Dari kedua sudut pandang ilmu yang berbedatersebut, keduanya mengartikan BKI maupun tazkiyah sama-sama memberikan bimbingan kepada manusia dalam mewujudkan jiwa/mental yang sehat, hidup dalam satu kebahagiaan dengan menjadikan potensi diri yang demikiannyanya untuk berkarya, serta tumbuhnya jiwa ketakwaan kepada Allah Swt.

### **2. Gangguan kejiwaan**

Dalam kesehatan mental, gangguan kejiwaan berarti kumpulan dari keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan jasmanimaupun rohani. Menurut Zakiyah Darajat gangguan kejiwaan terbagi dua macam, yaitu neurosi (gangguan jiwa) dan psikosis (sakit jiwa). Neurosis dapat dikategorikan suatu

bentuk gangguan mental/jiwa yang ringan sedangkan psikosis gangguan jiwa yang berat. Pada penderita neurosis hanya perasaan saja yang terganggu. Oleh karena itu penderita masih dapat merasakan apa yang dihadapinya. Sedangkan penderita psikosis bukan hanya perasaan terganggu tetapi juga pikiran dan kepribadian. Kepribadian tampak tidak terpadu karena integritas hidupnya tidak berada pada alam sesungguhnya. Gejala-gejala yang ditimbulkan oleh gangguan kejiwaan dapat dilihat dari perasaan, pikiran, tingkah laku dan kesehatan badan. Dari segi perasaan gejalanya antara lain menunjukkan rasa gelisah, iri, dengki, sedih, risau, kecewa, putus as, bimbang dan marah. Dari segi pikiran gejalanya adalah lupa, dan kurang konsentrasi.

Masalah gangguan kejiwaan banyak dibicarakan dalam tazkiyatun nafs termasuk Sai'id Hawwa, sebagaimana diistilahkan al-Ghozali sebagai penyakit jiwa (amradh qulud atau aqşam an-nafs), yakni tidak adanya sikap i'tidal (keseimbangan) dalam berakhlak. Orang yang sakit jiwanya adalah buruk akhlaknya seperti syirik, kufur, dengki (hasud), sombong dan mengikuti hawa nafsu. Sebaliknya berjiwa sehat adalah tumbuhnya keseimbangan dalam berakhlak. Kejelekan akhlak dipandang dari konseling maupun tazkiyah sebagai penyebab keguncangan kejiwaan, karena sifatnya yang dapat menimbulkan guncangan batin dan ketidaktentraman jiwa atau dalam istilah tazkiyah membawa kepada kebinasaan (al-muhlikah). Dengan demikian tazkiyah dengan BKI memandang bahwa sifat-sifat tercela itu merupakan kejahatan yang dapat merusak kebahagiaan dan kesempurnaan jiwa manusia.

### **3. Kesamaan dalam aspek**

Aspek tazkiyatun nafs yang meliputi tathahhur, tahaqqud, serta takhalluq dengan istilah lain al-ibadah, al-adat, al-munjiyah dan al-muhlikah, serta al-akhlaq memiliki relevansi yang jelas terhadap Bimbingan Konseling Islam (BKI). Adapun kesehatan mental sendiri erat kaitannya dengan pensucian (tathahhur) jiwa dari segala penyakit dan cacat, merealisasikan (tahaqqud) nilai-nilai ubudiyah yang mempengaruhi psikis seseorang baik secara langsung, maupun tidak langsung dengan terbentuknya maqomat (tingkatan) dalam jiwanya, serta

mampu mengimplementasikan sifat asma'ul husna dan sifat mulia Rasulullah sebagai akhlaq (takhalluq).

Pandangan Sa'id Hawwa dalam aspek tathahhur adalah pemenuhan nilai pencerahan yang difungsikan dapat membersihkan berbagai penyakit hati melalui tauhid maupun amal positif dan menjauhkan dari sifat tercelaseperti syirik, kufur, dengki, sombong dan mengikuti hawa nafsu. Peniadaan sifat ini dimaksudkan untuk menghilangkan syak (keraguan) seseorang dalam menjalankan ubudiyah, sehingga terbukanya kesadaran tinggi dalam berinteraksi dengan dirinya, lingkungan maupun kesadaran terhadap Tuhannya.

Dalam aspek tahaqquq nampak sifat-sifat terpuji sebagai bagian dalam mendapatkan al-fauz (keberuntungan) ataupun sifat al-munjiyat (menyelamatkan), seperti menjalankan ubudiyah, ikhlas, khauf, raja', sabar, serta dawamu taubat. Sifat-sifat terpuji ini dapat membawa manusia kepada kepuasan batiniyah sebagai insan yang dapat menjalankan aktivitas tanpa disertai dengan kesombongan dan sikap riya'. Munculnya sifat mulia dari tahaqquq (pengecekan) terhadap aktivitas ubudiyah, yakni menjalankan syari'at Allah dengan menerima keberadaan hidayah sebagaimaa misi yang dibawa yang dibawa para Rasul, menandakan selalu terkontrolnya jiwa seseorang dalam bertindak. Aspek takhalluq sebagai bagian dari berakhlak kepada Allah dan Rasul-Nya, menjadikan kemuliaan sifat tawaddhu', keterbukaan, jujur, hilangnya sifat "keakuan", maupun tumbuhnya kepribadian yang selalu siap dan bersih, baik jiwa maupun raga.

Aspek tathahhur, tahaqquq serta takhalluq banyak pula dibahas dalam Bimbingan Konseling Islam (BKI) menganggap aspek tazkiyah memiliki hubungan terhadap aspek fundamental konseling seperti, (1) keterpaduan (integritas diri), yakni keseimbangan antara id, ego. Super ego-nya. Orang yang memiliki visi hidup adalah orang yang memperoleh makna dan tujuan hidup. Sedangkan orang yang mampu mengatasi gangguan psikologis berarti ia telah mampu dalam memenuhi kebutuhannya, (2) perwujudan (aktualisasi) diri, sebagai motivasi dan semangat hidup, dengan menggunakan mental positif untuk beraktivitas. (3) mampu menerima orang lain, melakukan aktivitas sosial, menyesuaikan lingkungan serta tempat tinggal, (4) pengawasan diri dari segala

rayuan nafsu dan dorongan negatif. (5) motif agama, cita-cita dan falsafah hidup, dalam membantu memecahkan problem hidup manusia.

Selain relevansi dalam aspek fundamental, terdapat pula relevansi aspek al-ibadah dengan prinsip perwujudan potensi diri, dan komponen mu'amalah tampak relevansinya dengan penyesuaian diri, komponen al-muhlikat (sifat-sifat yang membinasakan) tampak relevansinya dengan gangguan kejiwaan serta komponen al-munjiyat (sifat-sifat terpuji) tampak relevansinya dengan pengobatan kejiwaan.

Pada prinsipnya pendekatan konseling juga selalu mengutamakan perubahan tingkah laku klien dari maladjustment menjadi welladjustment. Perilaku maladjustment merupakan perbuatan yang tidak sesuai dalam fitrah diri manusia, secara psikologis tingkah laku klien tersebut dapat mengarah atau berperilaku patologis. Sedangkan welladjustment adalah tingkah laku yang sehat dan tidak ada indikasi mengalami hambatan atau kesulitan mental. Dapat disederhanakan, baik tazkiyah maupun konseling keduanya bertujuan menghilangkan penyakit jiwa, guna seseorang memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan hati.

Zakiyah Darajat, dalam pandangannya menyimpulkan relevansi yang jelas antara tazkiyah dengan kesehatan mental. Keduanya mengartikan maksud yang sama memandang sifat-sifat tercela sebagai hal yang mengganggu kesehatan mental atau kesucian jiwa. Meskipun keduanya tidak menghukum kelakuan itu baik atau buruk, namun sifat tercela menjadikan individu sulit lari dari keseimbangan pikiran maupun perilaku. Tentunya dari sinilah, dengan berlandaskan keimanan dan ketakwaan merupakan obat yang dapat membantu mewujudkan keharmonisan hubungan kepada Allah Swt.

#### **4. Persamaan metode**

Ada tiga langkah yang ditempuh manusia dalam mencapai kesehatan jiwa/tazkiyah, meliputi pencegahan, (preventif), pengobatan (kuratif), dan pembinaan (konstruktif).

Langkah pencegahan dalam kesehatan mental adalah melalui metode yang digunakan menghadapi masalah. Dengan demikian manusia menjaga dirinya dari orang lain dari kemungkinan munculnya guncangan. Langkah pembinaan meliputi

cara seseorang menghilangkan masalah, seperti melalui tertawa, bahagia, fantasi dan sebagainya.

Langkah untuk mencapai kesehatan mental ditempuh pula oleh tazkiyatun nafs dalam mencapai tujuannya. Jelas dari arti tazkiyah itu sendiri sebagai obat, sedangkan langkah pencegahan terdapat pada aspek tathahhur, adapun langkah pembinaan dalam tazkiyah terdapat dalam aspek tahaqquq.

## **5. Metodologi Tazkiyatun Nafs**

Pendekatan merupakan salah satu kerangka acuan dalam menentukan arah bimbingan suatu masalah. Dari berbagai literatur menyebutkan banyak sekali Bimbingan Konseling sebagai salah satu solusi yang dikaji khususnya dari perspektif psikologi, sehingga penyusun lebih memfokuskan penelitian ini menggunakan pendekatan sufistik. Pendekatan sufistik adalah pendekatan yang dimaksudkan untuk mengkaji aspek-aspek ruhaniah melalui nilai-nilai yang terkandung sesuai tuntunan tasawuf (akhlak), tunduk dan mengakui sepenuhnya pada Allah Swt sebagai Tuhan dan memposisikan manusia sebagai makhluk. Adapun metode pendekatannya meliputi:

### **a. Metode mujahadah dan riyadhah**

Metode mujahadah dan riyadhah bertujuan untuk memperbaiki dan memurnikan tauhid jiwa klien. Mujahadah sendiri diartikan sebagai kesungguhan perjuangan melawan hawa nafsu dibawah norma-norma syari'at dan akal, seperti kebiasaan makan berlebihan tanpa memandang kesehatan lambung. Adapun mujahadah yang dilakukan dengan menahan sekuat kemampuan makan secara wajar. Selain mujahadah perlu melakukan riyadhah yakni dengan berpuasa guna menahan nafsu negatif yang berlebihan. Riyadhah dilakukan sebagai pembenahan diri dengan membiasakan atau melatih suatu perbuatan yang baik. Dalam *follow up* nya terapi diatas dengan menjauhi kebiasaan maksiat atau tempat-tempat tertentu untuk kembali menjalankannya, disertai menjalankan rutinitas amaliyah yang apabila klien benar-benar lelah meninggalkan kebiasaan seperti menjalankan shalat, zakat, infak, dan

sebagainya serta menghiasi hidup dengan dzikir dan tafakkur sebagaimana proses takhalli menuju tahalli.

**b. Metode Maudhah Khasanah (nasehat)**

Sedangkan metode mauidhah khasanah (kesehatan) adalah bagaimana konselor lebih banyak mendengar. Mengawali dengan memberikan pertanyaan terbuka yang harus dijawab klien secara jujur. Jawaban tersebut dimaksudkan sebagai bentuk identifikasi masalah dalam menemukan problem klien secara tidak langsung. Konselor dalam praktik konseling tersebut dengan memberikan nasihat sesuai tuntunan al-Qur'an hadits diakhiri do'a sebagai penutup proses konseling.

## B. KETERAMPILAN DASAR KONSELING

1. Attending (melayani atau membuka hubungan) merupakan bagaimana cara seorang konselor dalam membuka proses konseling dengan konseli, yang meliputi sikap tubuh dan ekspresi wajah konselor seperti kepala, ekspresi wajah, posisi tubuh, tangan, dan saat mendengarkan aktif.
2. Empati yaitu kemampuan konselor untuk dapat merasakan dan menempatkan dirinya pada posisi konseli. Hal ini akan terlihat jelas pada ekspresi wajah dan bahasa tubuh konselor.
3. Refleksi yaitu upaya konselor untuk memperoleh informasi lebih mendalam tentang apa yang dirasakan oleh konseli dengan cara memantulkan kembali perasaan, pikiran dan pengalamannya.
4. Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli.
5. Menangkap pesan utama (*Paraphrasing*) adalah kemampuan konselor untuk menangkap pesan utama yang disampaikan oleh konseli kemudian konselor menyampaikan kembali inti dari pernyataan konseli secara lebih sederhana.
6. Bertanya untuk membuka percakapan (*open question*). Pertanyaan terbuka ini sangat diperlukan untuk memancing pertanyaan-pertanyaan baru dari konseli

dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan terbuka seperti: **apakah, bagaimana, adakah, bolehkah, atau dapatkah.**

7. Bertanya tertutup (*closed questions*) yaitu bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dijawab dengan singkat oleh konseli seperti “ya” atau “tidak”.
8. Dorongan minimal yaitu upaya seorang konselor agar konselinya selalu terlibat dalam percakapan dan membuka dirinya. Dorongan ini berupa kata-kata singkat seperti oh....ya....trus....lalu....dan.... tujuannya adalah membuat konseli semakin semangat untuk menyampaikan masalahnya dan mengarahkan pembicaraan agar mencapai sasaran tujuan konseling.
9. Interpretasi adalah melakukan penafsiran terhadap apa yang disampaikan oleh konseli dengan merujuk pada teori-teori konseling dan menyesuaikannya dengan masalah konseli.
10. Mengarahkan (*directing*) adalah kemampuan mengarahkan konseli agar dapat mengajaknya untuk berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling.
11. Menyimpulkan sementara (*summarizing*) fungsinya adalah untuk memberikan gambaran kilas balik atau hal-hal yang telah dibicarakan sehingga konseli dapat menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap, meningkatkan kualitas proses konseling, serta mempertajam dan memperluas fokus konseling.
12. Memimpin (*leading*) dalam hal ini seorang konselor diharapkan memiliki keterampilan untuk memimpin percakapan agar tidak menyimpang dari permasalahan sehingga tujuan konseling yang utama dapat tercapai.
13. Konfrontasi adalah keterampilan yang menantang konseli untuk melihat adanya diskrepansi atau inkonsistensi antara pernyataan dan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan, dan sebagainya.
14. Menjernihkan yaitu untuk memperjelas apa yang sebenarnya yang ingin disampaikan oleh konseli. Konselor harus melakukannya dengan bahasa dan alasan yang rasional sehingga mudah dipahami oleh konseli.
15. Memudahkan adalah keterampilan membuka komunikasi agar konseli mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas sehingga wawancara konseling dapat berjalan dengan efektif.

16. Diam dalam proses konseling juga merupakan teknik, alasannya adalah konselor menunggu konseli berfikir, bentuk protes karena konseli berbicara dengan berbelit-belit atau menunjang perilaku attending dan empati sehingga konseli merasa bebas untuk berbicara.
17. Mengambil inisiatif yaitu konselor mengambil inisiatif apabila konseli kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang partisipatif.
18. Memberi nasehat. Dalam hal ini pemberian nasehat sebaiknya dilakukan jika konseli memintanya. Walaupun demikian, konselor harus tetap mempertimbangkannya apakah pantas diberi nasehat atau tidak.
19. Memberikan informasi. Dalam hal ini jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur ia katakan tidak mengetahui hal tersebut, namun jika konselor mengetahui suatu informasi yang diminta konseli, konselor tidak ada salahnya menyampaikan hal tersebut.
20. Merencanakan adalah membicarakan kepada konseli hal-hal apa yang akan menjadi program atau aksi nyata dari hasil konseling. Tujuannya adalah menjadikan konseli produktif setelah mengikuti proses konseling.
21. Menyimpulkan yaitu konselor menyimpulkan hasil dari pembicaraan secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan konseli sebelum dan setelah mengikuti proses konseling.

## C. KETERAMPILAN PENGAMATAN DAN MENDENGARKAN AKTIF DALAM KOMUNIKASI KONSELING

### 1. Urgensi Pengamatan dan Mendengarkan Secara Aktif

Keterampilan pengamatan dan mendengarkan secara aktif merupakan keterampilan yang seyogyanya dimiliki konselor untuk dapat berkomunikasi secara efektif dan efisien. Kedua keterampilan ini membantu konselor dalam membentuk gambaran konseli secara menyeluruh, termasuk menggambarkan kepribadian, latar belakang, dan *internal frame of reference* (cara berfikir, gugusan perasaan, padanagn pribadi, dsb) yang dimiliki konseli. Konselor sebisa mungkin menggunakan pengetahuan tersebut untuk membangun kedekatan dengan konseli, bukan malah membuat jarak yang menghambat proses konseling, konselor mengamati dan mendengarkan secara intensif, tetapi tidak menilai. Interpretasi yang berlebihan, prasangka, stereotype, dan terlalu cepat mengambil kesimpulan sebisa mungkin dihindari. Dengan demikian, informasi yang diperoleh melalui keterampilan ini digunakan sebaik-baiknya pada proses penyelenggaraan layanan dalam rangka membantu konseli.

Keterampilan mendengarkan merupakan kompetensi yang wajib dimiliki konselor dan menjadi syarat dasar untuk menjalin komunikasi konseling yang efektif. Melalui keterampilan ini, konselor diharapkan dapat mendengarkan dengan baik cerita konseli sekaligus dapat bertutur dengan baik dan efektif. Mendengar secara aktif didesain untuk membantu konselor menyatu secara empatik dengan konseli, membantu konseli mengetahui bahwa konselor memperhatikannya secara cermat, dan mendorong konseli melanjutkan apa yang diceritakan. Melalui mendengar secara aktif, konselor dapat mengecek pemahamannya terhadap cerita konseli, menunjukkan permainan terhadap konseli, dan merangsang konselor untuk menggali dan memahami perasaan dan pemikiran konseli secara mendalam. Perhatian konselor yang ditunjukkan melalui proses mendengarkan secara aktif merangsang konseli untuk berani mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara spontan. Hal ini dapat berfungsi sebagai langkah terapeutik/ *talking cure* karena pada kasus-kasus tertentu konseli merasa lebih lega setelah mengungkapkan permasalahannya dan didengarkan dengan baik.

## 2. Teknik dalam Pengamatan dan Mendengarkan Secara Aktif

pengamatan yang perlu dilakukan dalam komunikasi konseling adalah terkait dengan tanda-tanda verbal dan nonverbal yang ditunjukkan konseli. Konselor hendaknya mengamati (1) penampilan umum (2) penggunaan bahasa (3) *paralanguage phenomena*, (4) sikap, (5) *gesture*, dan (6) mimik muka konseli. Ketika mengamati konseli, konselor menyerap sebanyak-banyaknya informasi tanpa mengajukan pertanyaan apapun. Penelaahan secara mendalam terhadap informasi tanpa mengajukan pertanyaan apapun. Penelaahan secara mendalam terhadap informasi verbal dan nonverbal memudahkan konselor memahami struktur pemikiran konseli dalam memandang dirinya, permasalahannya, dan dunia sekitarnya. Sikap dan perilaku konseli yang semula di nilai bertentangan dengan pandangan konselor menjadi lebih dapat dipahami. Pengetahuan ini mampu membentuk kedekatan emosional antara memaklumi konseli beserta seluruh kelebihan dan kelemahannya. Komunikasi terjadi secara searah dimana konseli menyampaikan informasi, sementara konselor berfokus untuk menangkap informasi. Semakin konselor mendominasi pembicaraan, semakin buruk pengamatan yang dilakukan.

Berbeda dengan pengamatan yang dilakukan secara searah, mendengarkan secara aktif merupakan komunikasi secara dua arah dimana konselor mendengarkan dengan penuh perhatian sekaligus memberi tanggapan untuk mendorong konseli lebih jauh mengekspresikan pikiran dan perasaannya.

Keterampilan verbal yang berkaitan dengan keterampilan mendengarkan secara aktif dalam konteks komunikasi konseling adalah (1) menyapa konseli dan ajakan untuk memulai berbicara. (2) penggunaan respon minimal. (3) permintaan singkat untuk melanjutkan, (4) refleksi pikiran dan perasaan, serta (5) klarifikasi isi pikiran dan perasaan. Menyapa konseli dan permintaan berbicara diperlukan terutama ketika pertama kali bertemu konseli yang pada umumnya diliputi kebingungan dan keraguan mengenai apa yang akan dilakukannya. Menyapa konseli sebelum konseli menyapa konselor menimbulkan kesan hangat dan diterima dan menepis keraguan konseli untuk bercerita kepada konselor. Apabila konseli sudah mulai bercerita, konselor dapat

menggunakan respon minimal untuk mempertahankan kelancaran komunikasi. Respon minimal seperti, “ yaa,,ya..” saya mengerti.” “oh ya,” “oh, begitu” membuat konseli merasa memiliki pasangan berbicara dan dan tidak merasa melakukan monolog , ketika konseli tiba-tiba tersendat dan tidak dapat melanjutkan cerita ketika meliputi perasaan yang sangat dalam, konselor dapat membantu konseli memperoleh ketangguhan hatinya kembali menggunakan permintaan singkat untuk melanjutkan seperti “terus?”. “lalu?”. “teruskan”. “tidak apa-apa, lanjutkan”. Dsb. Selain itu, perlu bagi konselor untuk melakukan pemantulan pikiran dan perasaan konseli dengan cara merefleksikan pernyataan konseli atau mengklarifikasinya. Kedua teknik tersebut dapat dilakukan dengan cara memparafrasekan atau dengan cara menyatakan kembali/ *restatement* dilakukan dengan mengulang pertanyaan konseli. Refleksi pikiran atau gagasan menyangkut komponen pengalaman dan reflektif dalam pesan konseli. Sedangkan refleksi perasaan menyangkut komponen afektif dalam pesan konseli.

Terdapat beberapa teknik nonverbal yang dapat digunakan konselor ketika melakukan proses mengamati dan mendengarkan konseli secara aktif, yaitu melalui postur dan posisi tubuh, ekspresi wajah, kontak mata, paralanguage, gerakan tangan , dan sentuhan. Keenam hal tersebut ketika diapdukan secara alami akan membentuk suatu koordinasi yang utuh dan kongruen sehingga pesan yang di sampaikan menjadi jelas dan mudah ditangkap.

Postur dan posisi tubuh konselor dapat memberi kesan tertentu pada konseli, demikian pula sebaliknya. Posisi tubuh yang meringkuk dan membungkuk memiliki kesan yang berbeda dengan posisi tubuh yang terbuka dan santai. Untuk membangun kenyamanan, konselor dapat mengatur kedekatan fisiknya dengan konseli. Jarak antara konselor dengan konseli diusahakan tidak selalu jauh sehingga memberi kesan kurang akrab, tetapi juga jangan terlalu dekat sehingga membuat tidak nyaman.

Ekspresi wajah mencerminkan kilasan-kilasan emosi yang sedang berlangsung dalam benak konselor maupun konseli. Konselor mengamati perubahan-perubahan ekspresi konseli dengan seksama, sekaligus menunjukkan ekspresi wajah yang menyiratkan penerimaan konselor terhadap konseli.

Konselor perlu kontak mata dengan konseli sesuai dengan budaya dan kenyamanan konseli. Tidak terlalu menyelidik, tidak terlalu tak acuh. Komunikasi yang lancar dapat di usahakan dengan menyalurkan paralanguage konselor dengan paralanguage konseli. Konselor menjaga agar artikulasi dan volume suaranya memungkinkan konseli untuk menangkap ucapannya dengan jelas. Konselor juga seyogyanya menyesuaikan intonasi kecepatan berbicara, dan volume suaranya dengan konseli. Penyetelan paralanguage ini dapat digunakan untuk mempengaruhi emosi konseli, yaitu dengan cara masuk ke dalam suasana konseli, menyetakannya, kemudian konselor mengubahnya secara perlahan sehingga konseli terinduksi tanpa sadar.

Gerak isyarat dan sentuhan konselor seyogyanya terkontrol dan profesional sehingga tidak mengganggu jalannya komunikasi. Perubahan gerak diusahakan terjadi secara alami dan tidak tergesa-gesa agar tidak mengganggu konsentrasi konseli. Begitu pula sentuhan. Konselor membatasi membangun kedekatan melalui sentuhan, terutama ketika konselor dan konseli berlainan jenis, sentuhan pada waktu yang tidak tepat justru membuat mengganggu kenyamanan konseli.

## D. KETERAMPILAN EMPATI DALAM KOMUNIKASI KONSELING

### 1. Definisi dan Konteks Kemampuan Empati dalam BK

Empati secara etimologi berasal dari bahasa Yunani *empathie* yang merupakan bentukan dari *en* + *pathos*, yaitu suatu perasaan yang mendalam dan kuat terhadap penderitaan. Istilah tersebut diadaptasi Herman Lotze dan Robert Vischer ke dalam bahasa Jerman *einfulung* yang diterjemahkan dalam bahasa Inggris oleh Edward B. Titchener menjadi *empathy*. Secara istilah, empati didefinisikan melalui berbagai pernyataan yang berbeda namun saling memiliki keterkaitan substansial. Keragaman pendefinisian ini disebabkan oleh adanya perbedaan bagian yang ditekankan. Beberapa definisi menekankan empati pada sudut gerak fisiknya, yang lain menekankan pada bagian perasaannya, sementara lainnya menilik dari segi kesinkronan individu dengan pasangan interaksinya.

Kemampuan empati diawali dari peniruan gerak fisik, seperti definisi yang dilontarkan Titchener dalam kutipan Goleman bahwa empati berasal dari peniruan secara fisik atas beban orang lain yang kemudian menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri seseorang. Fenomena ini disebut mimikri motorik, yaitu cikal bakal empati yang biasanya terjadi pada bayi yang akan surut ketika bayi sudah menyadari bahwa kepedihan orang lain berbeda dengan kepedihannya sendiri dan bayi sudah pandai mencari penghiburan sendiri. Contoh peristiwa mimikri motorik misalnya seorang anak yang melihat ibunya menangis ikut menghapus mata sendirinya meskipun anak tersebut tidak menangis. Anak tersebut belum dapat membedakan bahwa kesedihan yang dialami ibunya terpisah dari dirinya sendiri. Pada contoh kasus lain, seorang anak ikut memegang jarinya yang tidak terluka ketika melihat temannya terluka jarinya dan mengeluarkan darah. Peniruan gerakan fisik yang ditunjukkan anak tersebut merupakan cikal bakal empati dalam taraf yang sangat sederhana.

Pada taraf yang lebih kompleks, peniruan gerak fisik juga terjadi pada orang dewasa. Konselor akan melakukan peniruan gerak fisik ketika berempati kepada konseli. Ketika konseli bercerita dengan berapi-api dan penuh semangat, maka konselor yang berempati akan mencondongkan atau menghadapkan badan kepadanya. Hal ini diikuti

dengan adanya perasaan yang muncul, yaitu turut antusias dan bersemangat mendengar cerita konseli.

Empati juga dapat diartikan sebagai keadaan sikap keaktifan otot atau perasaan yang kita alami ketika menghadapi benda-benda atau manusia serta merasa bersatu dengan mereka dan pada waktu yang samamengadakan respon yang menyertai mereka. Gerak fisik atau perasaan ini pada akhirnya membuat orang merasa bersatu dengan pasangannya dan akhirnya menimbulkan respon yang menyertai. Ketika menyaksikan konseli yang sedang menangis dengan teramat sedih, seringkali tenggorokan konselor ikut merasa tercekak. Perasaan sedih konseli menjalar kedalam diri konselor. Apabila tidak dapat mengatasi perasaannya, konselor mungkin turut menangis bersama konseli, bersama-sama, mereka merasakan kesedihan konseli. Selanjutnya hal ini mendorong konselor untuk menggenggam tangan konseli atau untuk memberikan tisyu kepadanya. Definisi tersebut secara eksplisit membuka konteks empati yang dapat dipicu oleh benda-benda, bukan hanya ketika menghadapi manusia. Hal ini dapat ditunjukkan melalui fenomena pembaca yang begitu menghayati tokoh cerita hingga menerjunkan dirinya seolah-olah sebagai tokoh tersebut. Ketika tokoh cerita mengalami kesedihan, pembaca turut menangis.

Beberapa pengertian lain menitikberatkan empati pada adanya penyetaraan atau kesinkronan seseorang dengan pasangan interaksinya. Rogers mendefinisikannya secara global dengan pernyataan *“as feeling as if one were the other person”*. Senada dengan itu, Rollo May mendefinisikannya sebagai suatu kepribadian yang ikut merasa berpikir kedalam kepribadian lain sehingga tercapai suatu keadaan teridentifikasi. Kedua pernyataan tersebut sama-sama mengindikasikan adanya kesonkronan dalam aspek tertentu. Perbedaannya dalah Rogers menekankan kesinkronan dalam aspek perasaan, meskipun perasaan secara erat terkait dengan aspek lainnya, sementara Rollo May menekankan dari segi pemikiran yang bermuara pada teridentifikasinya pribadi pasangan interaksi secara menyeluruh. Kesinkronan yang lebih spesifik diutarakan oleh Ramadhani bahwa mepati adalah pemahaman kita tentang orang lainberdasarkan sudut pandang, kebutuhan-kebutuhan, dan pengalaman-pengalaman orang tersebut. Term yang mampu membawahi perasaan, pikiran, kebutuhan-kebutuhan dan pengalaman-

pengalaman tersebut nampaknya dikemukakan sama dengan pernyataan bahwa empati adalah “ kapasitas untuk mempersepsikan kerangka acuan internal orang lain dengan tepat seolah-olah dia adalah pribadi orang lain”. Kerangka acuan internal ini meliputi pemikiran, perasaan, dunia, persepsi, nilai-nilai, makna pribadi, dan sebagainya. Orang yang berempati artinya mampu memahami orang lain menggunakan kerangka acuan internal orang lain tersebut. Sama-sama tidak sengaja memakan daging babi misalnya, akan menimbulkan reaksi psikologis yang berlainan ketika hal itu dilakukan oleh seorang muslim, seorang beragama nasrani, seorang vegetarian, atau seorang penganut Budha yang taat dan berpantang memakan hewan. Konselor yang berempati dengan baik dapat melihat situasi tersebut menurut kerangka acuan internal masing-masing.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, kemampuan empati merupakan kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan konseli dan mampu berpikir melalui gaya berpikir konseli. Hal ini jelas berbeda dengan merasa dan berpikir “tentang” konseli dimana konselor merefleksikan perasaan dan menggunakan pengetahuan objektif mengenai segala sesuatu terkait konseli dari sudut pandang konselor itu sendiri.

Konselor yang berempati memiliki pemahaman yang mendalam dan mampu mengambil bagian dalam dunia subjektif konseli namun tetap tidak kehilangan keterpisahannya. Konselor memiliki kerangka acuan internalnya sendiri, tetapi juga memahami kerangka acuan internal konseli. Dalam proses konseling, konselor yang berempati mampu memahami dan memasukkan kriteria acuan internal konseli ke dalam diri konselor sehingga dapat memandang konseli maupun permasalahannya melalui sudut pandang konseli itu sendiri. Namun begitu, konselor tetap harus menyadari keterpisahannya.

## **2. Urgensi Kemampuan Empati dalam Konseling**

Bimbingan dan konseling islam sebagai upaya membantu konseli yang satunya untuk mengajak kepada kebaikan dan meningkatkannya ketakwaan kepada allah seyogyanya dijalankan dengan prinsip Q.S . An Nahl (16:125). Menyuruh dengan cara yang baik dan sesuai dengan masing-masing karakteristik konseli hanya dapat dilakukan ketika konselor dapat memahami konseli baik menurut kacamata sendiri maupun

menurut sudut pandang konseli. Pemahaman yang akurat membawa konselor menuju pemilihan pendekatan dan teknik konseling yang tepat.

Kroth serta Geldard dan Geldard memasukkan empati sebagai salah satu faktor yang berpengaruh pada efektivitas konseling. Keberhasilan konseling menurutnya hanya tercapai ketika konseli mengalami permasalahan psikologis bertemu dengan konselor yang adekuat dan kongruen yang berempati kepadanya sehingga timbullah hubungan dua arah yang selaras. Semakin besar empati, semakin efektif proses konseling karena melalui empati tingkat tinggi, konselor mampu memperluas kesadaran konseli dari yang semula samar-samar menjadi jelas dan semula yang tidak tau menjadi menyadari kebenarannya. Ketika konselor tidak mengetahui dan memahami posisi dan kondisi konseli, kecil kemungkinan untuk menjernihkan pandangan konseli mengenai hal tersebut. Hal ini merupakan kesalahan yang cukup fatal karena kesadaran diri adalah titik tolak dan bekal konseli untuk dapat menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.

Rogers mengembangkan pendekatan *client centered*-nya berdasarkan empati. Menurut jalan paling baik untuk memahami tingkah laku adalah melalui *internal frame of reference* orang itu sendiri. *Eksternal frame of reference*, misalnya hasil tes, hasil observasi, dan tingkah laku ekspresif, kurang akurat untuk mengidentifikasi konseli tanpa didukung pemahaman mengenai *internal frame of reference*. Misalnya konseli yang memperoleh nilai rendah pada suatu ulangan matematika secara kasat mata mengindikasikan adanya kesulitan memahami bahasan tersebut. Namun setelah dipahami melalui *internal frame of reference* konseli, konseli bercita-cita menjadi seorang penari terkenal sehingga menurutnya penguasaan matematika tidak penting baginya. Konselor selanjutnya memilih intervensi yang tepat sesuai dengan data asesmen dan informasi yang diperoleh terkait kasus tersebut.

Selain mengalami perasaan dan pemikiran konseli, konselor perlu memahami latar belakang konseli. Area pertama yang perlu dipahami konselor terkait konseli adalah kedudukan individu dalam sekolahnya, dalam rumahnya, dan dalam komunitasnya. Tiap sekolah memiliki perbedaan prioritas. Ada yang memprioritaskan

prestasi seni, prestasi agama, prestasi akademik, dsb. Konselor memahami konseli berdasarkan latar belakang sekolah masing-masing. Demikian pula ketika dirumah konselor memahami pola hubungan yang berlaku pada masing-masing keluarga. Pola hubungan konseli dankomunitasnya juga kaya akan informasi yang berharga. Siapa sajakah rekannya, seperti apakah mereka, dan bagaimana karakteristik komunitas konseli merupakan secuil pertanyaan yang seyogyanya mampu terjawab. Berbekal pengetahuan tersebut, konselor dapat mengamati konseli dari berbagai perspektif, menerimanya dan memahami keputusan-keputusannya.

Proses konseling adakalanya diwarnai konflik antara konselor dan konseli, misalnya dalam hal perbedaan nilai yang prinsipal atau kasus transferensi negatif. Perselisihan mungkin terjadi meskipun konselor telah melangkah dengan hati-hati. Empati, menurut De Vito, menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan mengelola konflik, termasuk dalam konteks hubungan konselor-konseli. Konselor yang minim empati akan lebih rentan bersikap defensif. Sikap ini cenderung menimbulkan reaksi permusuhan, penarikan diri, atau penghindaran konseli kepada konselor sehingga efektivitas konseling terhambat. Empati memungkinkan konselor memahami berbagai perspektif dalam memandang persoalan konseli dan merespon secara bijaksana untuk kebaikan bersama. Konselor mampu menghargai *internal frame of reference* konseli dan menyejajarkannya dengan *internal frame of reference*-nya sendiri. Hal ini akan menghindarkan konselor dari memaksakan nilai-nilai atau falsafah hidupnya pada konseli, suatu hal yang dilarang dalam bimbingan dan konseling dalam rangka memenuhi etika konseling.

Urgensi empati dalam konseling secara umum membuat kemampuan berempati menjadi salah satu syarat yang harus dimiliki calon konselor. Calon konselor seyogyanya mampu berempati kepada konseli dalam setiap situasi dan kondisi, termasuk dalam keadaan yang paling tidak disukainya. Kemampuan empati yang masih minim perlu ditingkatkan, sementara yang telah tinggi empatinya perlu dipertahankan. Pada poin ini *spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT)* dan keterampilan komunikasi konseling digunakan untuk meningkatkan dan mengelolanya.

### 3. Cara Mengkomunikasikan Empati secara Verbal

- a. Ungkapkan kembali kepada pasien mengenai perasaan yang menurut Anda sedang dialaminya. Ini membantu dalam memeriksa ketepatan pendapat Anda dan juga dalam menunjukkan bahwa Anda berusaha memahaminya. Misalnya: "Berat ya Bu harus melalui ini semua"
- b. Buatlah pernyataan bersifat pengecekan dan bukan mengajukan pertanyaan. Jadi jangan mengatakan: "Apakah ibu benar-benar sedih memikirkan anak ibu yang sedang sakit sekarang?" melainkan, "sepertinya ibu sangat bingung ya dengan kondisi putra ibu" atau "saya mendengar nada kecewa dalam suara ibu ketika ibu membicarakan pelayanan para perawat rumah sakit"
- c. Pekalah terhadap pernyataan yang tidak sesuai dengan perilaku *non verbal* pasien, misalnya "Ibu mengatakan bahwa tidak ada permasalahan apa-apa antara ibu dengan kehidupan rumah tangga ibu, tetapi nada suara ibu tidak meyakinkan. Ibu tampaknya sedang bingung." Hal ini membantu menciptakan komunikasi yang lebih terbuka dan jujur
- d. Lakukan pengungkapan diri yang berkaitan dengan peristiwa dan perasaan orang itu untuk mengkomunikasikan pengertian dan pemahaman terhadap apa yang sedang dialami pasien. Anda bisa mengatakan "Saya dapat merasakan apa yang Anda rasakan"
- e. Lakukan dialog, jangan monolog. Komunikasi adalah proses dua arah
- f. Pandanglah pembicara sebagai pihak yang setara. Sebaiknya tidak memotong pembicaraan pembicara. Hal ini dapat menandakan bahwa apa yang Anda sampaikan lebih penting.
- g. Jangan mendengarkan sepotong-sepotong yang akan memungkinkan Anda menyerang pembicara atau menemukan kesalahan dalam pernyataan pembicara

Selain dengan komunikasi *verbal*, empati juga bisa dikomunikasikan secara *non verbal*. Cara pengkomunikasiannya adalah dengan gerakan tangan atau tubuh serta ekspresi wajah, misalnya dengan wajah sedih saat mendengar pengalaman menyedihkan konseli. Hal tersebut bertujuan untuk menyatakan bahwa Anda ada bersama konseli secara sosial-psikologis.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi : Tinjauan Psikologis*, Yogyakarta: Kanisius, 1995.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bkran. *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004.
- Al-Ghazali, *Ihya Uluu Muddin*, Juz 1. Beirut: Dar al-Fikr, 1980.
- Asy'arie, Musa. *Dialektika Agama untuk Pembebasan Spiritual*, Yogyakarta: LESFI, 2002.
- Darajat, Zakiyah. *Kesehatan Mental Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, Jakarta: IAIN, 1984.
- Darajat, Zakiyah. *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1883.
- Enjang A. S., *Komunikasi Konseling*, Bandung: Penerbit Nuansa, 2009.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Terj. Alex Tri Pantjono Widodo, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosional*, Terj. Hermaya, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009.
- Hawwa, Sa'id. *Induk Pensucian Jiwa*, Singapore: Pustaka Nasional Pte Ltd, 2002.
- Jaelani A.F, *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Amzah, 2000.
- Jones, Arthur J. *Principles of Guidance*, New York: McGraw-Hill Book Company, 1970.
- Kathryn Geldard & David Geldard, *Keterampilan Praktik Konseling : Pendekatan Integratif*, terj. Eva Hamdiah. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Kathryn Geldard, David Geldard, *Konseling Remaja Pendekatan Produktif Untuk Anak Muda*, edisi ke-3, terj. Eka Adinugraha. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2013.
- Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Maksudin, *Pendidikan Nilai Komprehensif : Teori dan Praktek*, Yogyakarta: UNY Press, 2009.

- Mashudi, Farid. *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: IRCiSoD, 2012.
- Maslow, Abraham. *Motivasi and Personality*, Terj. Nurul Iman. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo, 1984.
- Mubarok, Achmad. *Jiwa dalam al-Qur'an : Solusi Kritis Keruhanian Manusia Modern*, Jakarta: Paramadina, 2000.
- Ramadhani, Savitri. *The Art of Positive Communicating : Mengasah Potensi dan Kepribadian Positif pada Anak melalui Komunikasi Positif*, ed. ke-1. Yogyakarta: Bookmarks, tt.
- Sardar, Zainuddin. *Masa Depan Peradaban Muslim*, Surabaya: Bina Ilmu, 1985.
- Sardar, Ziauddin. *The Future of Muslim Civilisation (Rekayasa Masa Depan Peradaban Muslim)*, terj. Rahmani Astuti. Bandung: Mizan, 1993.
- Sayid Mujtaba Musawi Lari, *Etika dan Pertumbuhan Spiritual*, terj. Muhammad Hasyim Assagaf. Jakarta: Lentera Basritama, 2001.
- Semiun, Yustinus. *Kesehatan Mental*, Yogyakarta: Kanisius, 2010.
- Solihin, *Terapi Sufistik*, Bandung: Pustaka Setia, 2004.
- Stephen W. Littlejohn & Karen A. Foss, *Theories of Human Communication*, rd. ke-8. Canada: Wadsworth, 2005.
- Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs*, terj. Maman Abdurrahman Assegaf. Jakarta: Zaman, 2012.

### HASIL *PRETEST* KELOMPOK EKSPERIMEN

| Resp | Item Pernyataan                 |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |
|------|---------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|---|
|      | Aspek <i>Level</i> Efikasi Diri |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | Aspek <i>Generality</i> Efikasi Diri |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | Aspek <i>Strength</i> Efikasi Diri |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |
|      | 1                               | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20                                   | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38                                 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 |   |   |
| 1    | 4                               | 3 | 3 | 3 | 2 | 5 | 4 | 4 | 3 | 1  | 1  | 2  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4                                    | 5  | 5  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 4  | 1  | 3  | 5  | 5  | 4  | 3  | 2  | 1                                  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  |    |   |   |
| 2    | 4                               | 5 | 5 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 4  | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4                                    | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4                                  | 4  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 2  | 2  |    |   |   |
| 3    | 4                               | 5 | 4 | 3 | 2 | 4 | 5 | 3 | 3 | 4  | 5  | 3  | 3  | 1  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4                                    | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2                                  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 2  | 5  | 5  | 2  | 2  |   |   |
| 4    | 3                               | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 5  | 5  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3                                    | 4  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3                                  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 2  |    |   |   |
| 5    | 5                               | 5 | 5 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 3 | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                                    | 5  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4                                  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  |   |   |
| 6    | 4                               | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4                                    | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4                                  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  |    |   |   |
| 7    | 4                               | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4                                    | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4                                  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  |   |   |
| 8    | 2                               | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3                                    | 2  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 1  | 2  | 3  | 4  | 4                                  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  |   |   |
| 9    | 5                               | 5 | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 5  | 4                                    | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3                                  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 5  | 5  | 4  |    |   |   |
| 10   | 4                               | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5  | 2  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4                                    | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                                  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 2  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  |   |   |
| 11   | 4                               | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5                                    | 5  | 2  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3                                  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  |   |   |
| 12   | 4                               | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 3  | 5  | 5  | 3                                    | 4  | 3  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 5  | 3                                  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  |   |   |
| 13   | 3                               | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3                                    | 3  | 3  | 1  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4                                  | 2  | 2  | 3  | 3  | 1  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |   |   |
| 14   | 5                               | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2                                    | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                                  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  |   |   |
| 15   | 5                               | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3                                    | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 2  | 2                                  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2 |   |
| 16   | 3                               | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 1  | 4                                    | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3                                  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 5  | 5  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 2  | 1  |   |   |
| 17   | 3                               | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 5 | 5  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3                                    | 3  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4                                  | 5  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  |   |   |
| 18   | 4                               | 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 5 | 3 | 2 | 5  | 5  | 4  | 3  | 2  | 3  | 5  | 3  | 2  | 2  | 3                                    | 2  | 5  | 5  | 1  | 2  | 3  | 3  | 2  | 5  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 5  | 2  | 2  | 3                                  | 4  | 3  | 2  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  | 3  | 2  | 4  | 4  | 5  | 2  | 3  |   |   |
| 19   | 2                               | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2                                    | 4  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 3                                  | 4  | 3  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  |    |   |   |
| 20   | 3                               | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 4                                    | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 2  | 3                                  | 1  | 1  | 1  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 2 | 3 |
| 21   | 5                               | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 2  | 1  | 4  | 4                                    | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 3  | 2  | 2  | 3  | 1  | 1                                  | 1  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  |   |   |
| 22   | 2                               | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2                                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 1  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4                                  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 1  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 1  | 1  |    |   |   |
| 23   | 4                               | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3  | 5  | 3  | 1  | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 3  | 4                                    | 3  | 1  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 5  | 3  | 1  | 5  | 3                                  | 5  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 5  | 1  | 5  | 2  | 3  | 3  | 5  | 1  | 1  |    |   |   |
| 24   | 4                               | 4 | 4 | 3 | 2 | 5 | 3 | 4 | 2 | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4                                    | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 5  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4                                  | 5  | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  |   |   |
| 25   | 2                               | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 2  | 3  | 2  | 3                                    | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 5  | 4                                  | 3  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  |   |   |
| 26   | 4                               | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                                    | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3                                  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  |   |   |
| 27   | 4                               | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 5 | 2 | 3 | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4                                    | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 3  | 5  | 4  | 5  | 4                                  | 4  | 5  | 3  | 5  | 4  | 3  | 5  | 3  | 4  | 4  | 2  | 1  | 5  | 5  | 5  | 1  | 1  |   |   |
| 28   | 4                               | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4                                    | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3                                  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |   |
| 29   | 5                               | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4                                    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2                                  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 1  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 2 |   |
| 30   | 4                               | 5 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5  | 5  | 2  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 3                                    | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 5  | 5  | 4  | 4                                  | 2  | 2  | 2  | 5  | 3  | 5  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 5  | 3  | 5  | 2  | 2  | 2  |   |   |
| 31   | 5                               | 5 | 5 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 1  | 3  | 5  | 3  | 5  | 4  | 3  | 4                                    | 4  | 4  | 2  | 3  | 5  | 4  | 5  | 1  | 2  | 1  | 5  | 3  | 4  | 5  | 5  | 2  | 3  | 2                                  | 4  | 5  | 2  | 1  | 5  | 4  | 5  | 3  | 4  | 4  | 1  | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 1  |   |   |
| 32   | 5                               | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4                                    | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                                  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 1  | 1  | 4  | 5  | 4  | 5  | 2  | 2  |   |   |
| 33   | 4                               | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3                                    | 4  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 2  | 2  | 4                                  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 2  | 3  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  |   |   |
| 34   |                                 |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |
| 35   |                                 |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |
| 36   |                                 |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                                    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |

### HASIL *POSTTEST* KELOMPOK EKSPERIMEN

[illegible]

### HASIL *PRETEST* KELOMPOK KONTROL

| Resp | Item Pernyataan           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
|------|---------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|---|---|--|
|      | Aspek Level/ Efikasi Diri |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | Aspek Generality Efikasi Diri |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | Aspek Strength Efikasi Diri |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
|      | 1                         | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20                            | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39                          | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 |   |   |   |  |
| 1    | 2                         | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 5 | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2                             | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2                           | 2  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 4  |   |   |   |  |
| 2    | 5                         | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 2  | 2                             | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3                           | 3  | 2  | 2  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  |   |   |   |  |
| 3    | 2                         | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5  | 5  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3                             | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 5  | 4  | 3                           | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  |    |   |   |   |  |
| 4    | 3                         | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2  | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3                             | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 2                           | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  |    |    |   |   |   |  |
| 5    | 4                         | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4                             | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 5  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2                           | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  |    |    |   |   |   |  |
| 6    | 3                         | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5                             | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3                           | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 2  |   |   |   |  |
| 7    | 5                         | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5                             | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 2  | 5  | 5                           | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 1  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |    |    |    |   |   |   |  |
| 8    | 3                         | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 5  | 4  | 3  | 3                             | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2                           | 5  | 4  | 5  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 5  | 2  | 2  | 3  |    |    |   |   |   |  |
| 9    | 5                         | 5 | 5 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 2 | 4  | 4  | 4  | 2  | 1  | 5  | 5  | 5  | 2  | 1  | 5                             | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 5  | 5  | 5  | 3  | 2  | 4  | 4  | 1  | 2  | 4  | 5                           | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 5  | 2  | 3  |    |    |    |   |   |   |  |
| 10   | 5                         | 5 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 5  | 4  | 5  | 2  | 3  | 4  | 5  | 3  | 2  | 1  | 4                             | 5  | 3  | 1  | 4  | 3  | 3  | 2  | 5  | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 2  | 5  | 4                           | 4  | 2  | 5  | 5  | 5  | 3  | 5  | 1  | 5  | 2  | 4  | 5  | 4  | 1  | 1  |    |   |   |   |  |
| 11   | 5                         | 5 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4                             | 5  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4                           | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 1  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 1  | 3  |   |   |   |  |
| 12   | 4                         | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4                             | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4                           | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  |    |   |   |   |  |
| 13   | 3                         | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4                             | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5                           | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 5  | 5  | 4  | 1  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 1  | 2 |   |   |  |
| 14   | 3                         | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 3  | 3  | 4  | 5  | 4                             | 3  | 5  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 2  | 4  | 5  | 4                           | 2  | 2  | 5  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 1  | 2  | 1  | 2  | 2  |   |   |   |  |
| 15   | 5                         | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4                             | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 2  | 2  |   |   |   |  |
| 16   | 4                         | 4 | 4 | 3 | 1 | 5 | 3 | 3 | 1 | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 1  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3                             | 3  | 3  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 5  | 1  | 3  | 5  | 3  | 1  | 3  | 1  | 3  | 5  | 3  | 1                           | 5  | 5  | 5  | 1  | 3  | 5  | 5  | 1  | 5  | 5  | 3  | 3  | 1  | 5  | 3  | 3  | 2 |   |   |  |
| 17   | 5                         | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5                             | 5  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 3  | 2  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 5  |   |   |   |  |
| 18   | 3                         | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4                             | 4  | 3  | 3  | 3  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4                           | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 2  | 1  |   |   |   |  |
| 19   | 4                         | 4 | 3 | 3 | 2 | 5 | 4 | 2 | 2 | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4                             | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3                           | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  |   |   |   |  |
| 20   | 4                         | 4 | 2 | 2 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                             | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 5                           | 4  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 2  |    |    |   |   |   |  |
| 21   | 3                         | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 5  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 1  | 4  | 3  | 3                             | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 5  | 4  | 3  | 2                           | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 3  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 1  | 3 |   |   |  |
| 22   | 4                         | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 2 | 2 | 4  | 4  | 5  | 3  | 2  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4                             | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 5  | 5  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 3  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2 |   |   |  |
| 23   | 3                         | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                             | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  |    |    |   |   |   |  |
| 24   | 4                         | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4                             | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  |   |   |   |  |
| 25   | 4                         | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4                             | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5                           | 3  | 3  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 1  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  |    |   |   |   |  |
| 26   | 4                         | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5                             | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5                           | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 1  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  |   |   |   |  |
| 27   | 4                         | 4 | 5 | 1 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                             | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4 |   |   |  |
| 28   | 4                         | 5 | 5 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4                             | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4                           | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  |    |   |   |   |  |
| 29   | 5                         | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4                             | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4                           | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 2  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5 | 4 | 3 |  |
| 30   | 4                         | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4                             | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3                           | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 3  |   |   |   |  |
| 31   | 3                         | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3                             | 3  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 4                           | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  |   |   |   |  |
| 32   |                           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
| 33   |                           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
| 34   |                           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
| 35   |                           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |
| 36   |                           |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |   |   |   |  |

### HASIL *POSTTEST* KELOMPOK KONTROL

[illegible]

#### Hasil Tabulasi Uji Coba Skala Efikasi Diri Calon Konselor Islami

[illegible]

**LAMPIRAN 08****HASIL OBSERVASI KONSELING BERPASANGAN**

| Resp | Item Pertanyaan |   |   |   |   |   |   |   |   |    | Jumlah |
|------|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
|      | 1               | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |        |
| 1    | 4               | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5  | 41     |
| 2    | 5               | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4  | 42     |
| 3    | 4               | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5  | 42     |
| 4    | 3               | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3  | 39     |
| 5    | 4               | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4  | 41     |
| 6    | 3               | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3  | 33     |
| 7    | 3               | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4  | 39     |
| 8    | 4               | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4  | 40     |
| 9    | 5               | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4  | 39     |
| 10   | 4               | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 3 | 3  | 37     |
| 11   | 4               | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3  | 36     |
| 12   | 4               | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5  | 41     |
| 13   | 3               | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5  | 37     |
| 14   | 4               | 4 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 3 | 3  | 38     |
| 15   | 4               | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4  | 42     |
| 16   | 4               | 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4  | 41     |
| 17   | 4               | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4  | 40     |
| 18   | 3               | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4  | 38     |
| 19   | 4               | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | 3  | 40     |
| 20   | 4               | 4 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5  | 40     |
| 21   | 4               | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5  | 39     |
| 22   | 5               | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5  | 43     |
| 23   | 3               | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4  | 41     |
| 24   | 4               | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4  | 41     |
| 25   | 3               | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3  | 35     |

**LAMPIRAN 09**
**TABEL NILAI-NILAI  $r$  PRODUCT MOMENT**

| N  | Taraf Signif |       | N  | Taraf Signif |       | N    | Taraf Signif |       |
|----|--------------|-------|----|--------------|-------|------|--------------|-------|
|    | 5%           | 1%    |    | 5%           | 1%    |      | 5%           | 1%    |
| 3  | 0.997        | 0.999 | 27 | 0.381        | 0.487 | 55   | 0.266        | 0.345 |
| 4  | 0.950        | 0.990 | 28 | 0.374        | 0.478 | 60   | 0.254        | 0.330 |
| 5  | 0.878        | 0.959 | 29 | 0.367        | 0.470 | 65   | 0.244        | 0.317 |
| 6  | 0.811        | 0.917 | 30 | 0.361        | 0.463 | 70   | 0.235        | 0.306 |
| 7  | 0.754        | 0.874 | 31 | 0.355        | 0.456 | 75   | 0.227        | 0.296 |
| 8  | 0.707        | 0.834 | 32 | 0.349        | 0.449 | 80   | 0.220        | 0.286 |
| 9  | 0.666        | 0.798 | 33 | 0.344        | 0.442 | 85   | 0.213        | 0.278 |
| 10 | 0.632        | 0.765 | 34 | 0.339        | 0.436 | 90   | 0.207        | 0.270 |
| 11 | 0.602        | 0.735 | 35 | 0.334        | 0.430 | 95   | 0.202        | 0.263 |
| 12 | 0.576        | 0.708 | 36 | 0.329        | 0.424 | 100  | 0.195        | 0.256 |
| 13 | 0.553        | 0.684 | 37 | 0.325        | 0.418 | 125  | 0.176        | 0.230 |
| 14 | 0.532        | 0.661 | 38 | 0.320        | 0.413 | 150  | 0.159        | 0.210 |
| 15 | 0.514        | 0.641 | 39 | 0.316        | 0.408 | 175  | 0.148        | 0.194 |
| 16 | 0.497        | 0.623 | 40 | 0.312        | 0.403 | 200  | 0.138        | 0.181 |
| 17 | 0.482        | 0.606 | 41 | 0.308        | 0.398 | 300  | 0.113        | 0.148 |
| 18 | 0.468        | 0.590 | 42 | 0.304        | 0.393 | 400  | 0.098        | 0.128 |
| 19 | 0.456        | 0.575 | 43 | 0.301        | 0.389 | 500  | 0.088        | 0.115 |
| 20 | 0.444        | 0.561 | 44 | 0.297        | 0.384 | 600  | 0.080        | 0.105 |
| 21 | 0.433        | 0.549 | 45 | 0.294        | 0.380 | 700  | 0.074        | 0.097 |
| 22 | 0.423        | 0.537 | 46 | 0.291        | 0.376 | 800  | 0.070        | 0.091 |
| 23 | 0.413        | 0.526 | 47 | 0.288        | 0.372 | 900  | 0.065        | 0.086 |
| 24 | 0.404        | 0.515 | 48 | 0.284        | 0.368 | 1000 | 0.062        | 0.081 |
| 25 | 0.396        | 0.505 | 49 | 0.281        | 0.364 |      |              |       |
| 26 | 0.388        | 0.496 | 50 | 0.279        | 0.361 |      |              |       |

**LAMPIRAN 10**
**Output SPSS Hasil Uji Normalitas Data**

| Tests of Normality             |                                 |    |                   |              |    |      |
|--------------------------------|---------------------------------|----|-------------------|--------------|----|------|
|                                | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |                   | Shapiro-Wilk |    |      |
|                                | Statistic                       | Df | Sig.              | Statistic    | df | Sig. |
| pretest_level_eksperimen       | .123                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .955         | 24 | .348 |
| pretest_level_kontrol          | .127                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .946         | 24 | .219 |
| pretest_generality_eksperimen  | .118                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .972         | 24 | .722 |
| pretest_generality_kontrol     | .107                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .968         | 24 | .607 |
| pretest_strength_eksperimen    | .141                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .944         | 24 | .195 |
| pretest_strength_kontrol       | .087                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .981         | 24 | .915 |
| total_pretest_eksperimen       | .168                            | 24 | .077              | .903         | 24 | .025 |
| total_pretest_kontrol          | .115                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .966         | 24 | .562 |
| posttest_level_eksperimen      | .128                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .942         | 24 | .181 |
| posttest_level_kontrol         | .136                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .957         | 24 | .389 |
| posttest_generality_eksperimen | .084                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .983         | 24 | .938 |
| posttest_generality_kontrol    | .134                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .958         | 24 | .399 |
| posttest_strength_eksperimen   | .172                            | 24 | .066              | .950         | 24 | .266 |
| posttest_strength_kontrol      | .142                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .966         | 24 | .563 |
| total_posttest_eksperimen      | .138                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .961         | 24 | .454 |
| total_posttest_kontrol         | .093                            | 24 | .200 <sup>*</sup> | .971         | 24 | .696 |

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**LAMPIRAN 11**
**Output SPSS Hasil Uji Homogenitas Varian**

| Test of Homogeneity of Variances |                  |     |     |      |
|----------------------------------|------------------|-----|-----|------|
|                                  | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| pretest level                    | .364             | 1   | 47  | .549 |
| pretest generality               | .561             | 1   | 47  | .458 |
| pretest strength                 | 2.420            | 1   | 47  | .127 |
| total pretest                    | .005             | 1   | 47  | .945 |
| posttest level                   | .640             | 1   | 47  | .428 |
| posttest generality              | 2.392            | 1   | 47  | .129 |
| posttest strength                | 2.808            | 1   | 47  | .100 |
| total posttest                   | 3.316            | 1   | 47  | .075 |

**LAMPIRAN 12**
**Output SPSS Hasil Uji Statistik Deskriptif Kelompok Eksperimen**

| Statistics             |         |                  |                       |                     |                  |                   |                        |                      |                   |
|------------------------|---------|------------------|-----------------------|---------------------|------------------|-------------------|------------------------|----------------------|-------------------|
|                        |         | pretest<br>level | pretest<br>generality | pretest<br>strength | total<br>pretest | posttest<br>level | posttest<br>generality | posttest<br>strength | total<br>posttest |
| N                      | Valid   | 25               | 25                    | 25                  | 25               | 25                | 25                     | 25                   | 25                |
|                        | Missing | 0                | 0                     | 0                   | 0                | 0                 | 0                      | 0                    | 0                 |
| Mean                   |         | 66.32            | 61.04                 | 60.04               | 187.40           | 72.56             | 68.16                  | 66.00                | 206.72            |
| Std. Error of Mean     |         | 1.867            | 1.625                 | 1.964               | 4.653            | 1.780             | 2.154                  | 1.487                | 4.853             |
| Median                 |         | 65.00            | 63.00                 | 58.00               | 184.00           | 72.00             | 69.00                  | 68.00                | 207.00            |
| Mode                   |         | 76               | 63                    | 70                  | 170              | 63 <sup>a</sup>   | 51 <sup>a</sup>        | 70                   | 207               |
| Std. Deviation         |         | 9.335            | 8.126                 | 9.821               | 23.263           | 8.898             | 10.769                 | 7.433                | 24.265            |
| Variance               |         | 87.143           | 66.040                | 96.457              | 541.167          | 79.173            | 115.973                | 55.250               | 588.793           |
| Skewness               |         | .330             | -.181                 | -.260               | .548             | .049              | -.360                  | -.349                | -.240             |
| Std. Error of Skewness |         | .464             | .464                  | .464                | .464             | .464              | .464                   | .464                 | .464              |
| Kurtosis               |         | -.847            | -.018                 | -.994               | -.956            | -1.351            | -.281                  | -.910                | -.661             |
| Std. Error of Kurtosis |         | .902             | .902                  | .902                | .902             | .902              | .902                   | .902                 | .902              |
| Range                  |         | 34               | 34                    | 33                  | 77               | 29                | 42                     | 26                   | 83                |
| Minimum                |         | 51               | 44                    | 42                  | 158              | 57                | 44                     | 52                   | 161               |
| Maximum                |         | 85               | 78                    | 75                  | 235              | 86                | 86                     | 78                   | 244               |
| Sum                    |         | 1658             | 1526                  | 1501                | 4685             | 1814              | 1704                   | 1650                 | 5168              |
| Percentiles            | 25      | 59.50            | 54.00                 | 54.00               | 170.00           | 64.50             | 60.50                  | 59.00                | 186.00            |
|                        | 50      | 65.00            | 63.00                 | 58.00               | 184.00           | 72.00             | 69.00                  | 68.00                | 207.00            |
|                        | 75      | 76.00            | 67.00                 | 70.00               | 212.00           | 81.50             | 76.50                  | 71.00                | 225.50            |

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**LAMPIRAN 13**
**Output SPSS Hasil Uji Statistik Deskriptif Kelompok Kontrol**

|                        |         | Statistics       |                       |                     |                  |                   |                        |                      |                   |
|------------------------|---------|------------------|-----------------------|---------------------|------------------|-------------------|------------------------|----------------------|-------------------|
|                        |         | pretest<br>level | pretest<br>generality | pretest<br>strength | total<br>pretest | posttest<br>level | posttest<br>generality | posttest<br>strength | total<br>posttest |
| N                      | Valid   | 24               | 24                    | 24                  | 24               | 24                | 24                     | 24                   | 24                |
|                        | Missing | 0                | 0                     | 0                   | 0                | 0                 | 0                      | 0                    | 0                 |
| Mean                   |         | 69.54            | 63.00                 | 61.75               | 194.29           | 62.25             | 61.29                  | 61.75                | 185.29            |
| Std. Error of Mean     |         | 2.042            | 1.960                 | 1.550               | 4.852            | 1.652             | 1.658                  | 1.177                | 3.084             |
| Median                 |         | 69.00            | 63.00                 | 61.50               | 191.50           | 62.00             | 62.50                  | 62.00                | 187.00            |
| Mode                   |         | 60               | 66                    | 66                  | 176 <sup>a</sup> | 69                | 63                     | 58 <sup>a</sup>      | 183 <sup>a</sup>  |
| Std. Deviation         |         | 10.004           | 9.601                 | 7.594               | 23.772           | 8.093             | 8.121                  | 5.765                | 15.107            |
| Variance               |         | 100.085          | 92.174                | 57.674              | 565.085          | 65.500            | 65.955                 | 33.239               | 228.216           |
| Skewness               |         | .098             | -.415                 | .253                | .401             | .069              | -.694                  | .270                 | -.159             |
| Std. Error of Skewness |         | .472             | .472                  | .472                | .472             | .472              | .472                   | .472                 | .472              |
| Kurtosis               |         | -1.146           | 1.276                 | -.244               | -.719            | -.868             | .792                   | .307                 | -.783             |
| Std. Error of Kurtosis |         | .918             | .918                  | .918                | .918             | .918              | .918                   | .918                 | .918              |
| Range                  |         | 35               | 46                    | 30                  | 89               | 30                | 35                     | 24                   | 54                |
| Minimum                |         | 51               | 37                    | 49                  | 156              | 49                | 41                     | 52                   | 159               |
| Maximum                |         | 86               | 83                    | 79                  | 245              | 79                | 76                     | 76                   | 213               |
| Sum                    |         | 1669             | 1512                  | 1482                | 4663             | 1494              | 1471                   | 1482                 | 4447              |
| Percentiles            | 25      | 60.25            | 56.25                 | 55.50               | 176.00           | 54.25             | 58.00                  | 58.00                | 174.25            |
|                        | 50      | 69.00            | 63.00                 | 61.50               | 191.50           | 62.00             | 62.50                  | 62.00                | 187.00            |
|                        | 75      | 79.25            | 70.00                 | 66.00               | 212.00           | 69.00             | 68.00                  | 65.75                | 196.75            |

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**LAMPIRAN 14**
**Output SPSS Hasil Uji *Paired Sample t Test* Kelompok Eksperimen**
**Paired Samples Statistics**

|        |                    | Mean   | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|--------------------|--------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | level sebelum      | 66.32  | 25 | 9.335          | 1.867           |
|        | level sesudah      | 72.56  | 25 | 8.898          | 1.780           |
| Pair 2 | generality sebelum | 61.04  | 25 | 8.126          | 1.625           |
|        | generality sesudah | 68.16  | 25 | 10.769         | 2.154           |
| Pair 3 | strength sebelum   | 60.04  | 25 | 9.821          | 1.964           |
|        | strength sesudah   | 66.00  | 25 | 7.433          | 1.487           |
| Pair 4 | total sebelum      | 187.40 | 25 | 23.263         | 4.653           |
|        | total sesudah      | 206.72 | 25 | 24.265         | 4.853           |

**Paired Samples Correlations**

|        |                                         | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-----------------------------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | level sebelum & level sesudah           | 25 | .600        | .002 |
|        |                                         |    |             |      |
| Pair 2 | generality sebelum & generality sesudah | 25 | .272        | .188 |
|        |                                         |    |             |      |
| Pair 3 | strength sebelum & strength sesudah     | 25 | .726        | .000 |
|        |                                         |    |             |      |
| Pair 4 | total sebelum & total sesudah           | 25 | .699        | .000 |
|        |                                         |    |             |      |

**Paired Samples Test**

|        |                                            | Paired Samples Test |                     |                    |                                                 |         | t      | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|--------------------------------------------|---------------------|---------------------|--------------------|-------------------------------------------------|---------|--------|----|-----------------|
|        |                                            | Paired Differences  |                     |                    |                                                 |         |        |    |                 |
|        |                                            | Mean                | Std. Devia-<br>tion | Std. Error<br>Mean | 95% Confidence<br>Interval of the<br>Difference |         |        |    |                 |
|        |                                            |                     |                     |                    | Lower                                           | Upper   |        |    |                 |
| Pair 1 | level sebelum - level<br>sesudah           | -6.240              | 8.166               | 1.633              | -9.611                                          | -2.869  | -3.821 | 24 | .001            |
| Pair 2 | generality sebelum -<br>generality sesudah | -7.120              | 11.591              | 2.318              | -11.905                                         | -2.335  | -3.071 | 24 | .005            |
| Pair 3 | strength sebelum -<br>strength sesudah     | -5.960              | 6.761               | 1.352              | -8.751                                          | -3.169  | -4.408 | 24 | .000            |
| Pair 4 | total sebelum - total<br>sesudah           | -19.320             | 18.447              | 3.689              | -26.935                                         | -11.705 | -5.236 | 24 | .000            |

## LAMPIRAN 15

### Output SPSS Hasil Uji *Paired Sample t Test* Kelompok Kontrol

## Paired Samples Statistics

|        |                    | Mean   | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|--------------------|--------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | level sebelum      | 69.54  | 24 | 10.004         | 2.042           |
|        | level sesudah      | 62.25  | 24 | 8.093          | 1.652           |
| Pair 2 | generality sebelum | 63.00  | 24 | 9.601          | 1.960           |
|        | generality sesudah | 61.29  | 24 | 8.121          | 1.658           |
| Pair 3 | strength sebelum   | 61.75  | 24 | 7.594          | 1.550           |
|        | strength sesudah   | 61.75  | 24 | 5.765          | 1.177           |
| Pair 4 | total sebelum      | 194.29 | 24 | 23.772         | 4.852           |
|        | total sesudah      | 185.29 | 24 | 15.107         | 3.084           |

### Paired Samples Correlations

|        |                                         | N  | Correlation | Sig. |
|--------|-----------------------------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | level sebelum & level sesudah           | 24 | .242        | .254 |
| Pair 2 | generality sebelum & generality sesudah | 24 | .604        | .002 |
| Pair 3 | strength sebelum & strength sesudah     | 24 | .868        | .000 |
| Pair 4 | total sebelum & total sesudah           | 24 | .714        | .000 |

### Paired Samples Test

|        |                                         | Paired Differences |                |                 |                                           |        | t     | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|-----------------------------------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------------|--------|-------|----|-----------------|
|        |                                         | Mean               | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |        |       |    |                 |
|        |                                         |                    |                |                 |                                           |        |       |    |                 |
|        |                                         |                    |                |                 | Lower                                     | Upper  |       |    |                 |
| Pair 1 | level sebelum - level sesudah           | 7.292              | 11.242         | 2.295           | 2.544                                     | 12.039 | 3.177 | 23 | .004            |
| Pair 2 | generality sebelum - generality sesudah | 1.708              | 7.992          | 1.631           | -1.666                                    | 5.083  | 1.047 | 23 | .306            |
| Pair 3 | strength sebelum - strength sesudah     | .000               | 3.856          | .787            | -1.628                                    | 1.628  | .000  | 23 | 1.000           |
| Pair 4 | total sebelum - total sesudah           | 9.000              | 16.741         | 3.417           | 1.931                                     | 16.069 | 2.634 | 23 | .015            |

**LAMPIRAN 16**
**Output SPSS Hasil Uji Independent Sample t Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol**
**Group Statistics**

|                     | kelompok penelitian | N  | Mean   | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|---------------------|---------------------|----|--------|----------------|-----------------|
| Pretest_Level       | kelompok eksperimen | 25 | 66.32  | 9.335          | 1.867           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 69.54  | 10.004         | 2.042           |
| Pretest_Generality  | kelompok eksperimen | 25 | 61.04  | 8.126          | 1.625           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 63.00  | 9.601          | 1.960           |
| Pretest_Strength    | kelompok eksperimen | 25 | 60.04  | 9.821          | 1.964           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 61.75  | 7.594          | 1.550           |
| Total_Pretest       | kelompok eksperimen | 25 | 187.40 | 23.263         | 4.653           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 194.29 | 23.772         | 4.852           |
| Posttest_Level      | kelompok eksperimen | 25 | 72.56  | 8.898          | 1.780           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 62.25  | 8.093          | 1.652           |
| Posttest_Generality | kelompok eksperimen | 25 | 68.16  | 10.769         | 2.154           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 61.29  | 8.121          | 1.658           |
| Posttest_Strength   | kelompok eksperimen | 25 | 66.00  | 7.433          | 1.487           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 61.75  | 5.765          | 1.177           |
| Total_Posttest      | kelompok eksperimen | 25 | 206.72 | 24.265         | 4.853           |
|                     | kelompok kontrol    | 24 | 185.29 | 15.107         | 3.084           |

**Independent Samples Test**

|                     |   | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |                                           |        |
|---------------------|---|-----------------------------------------|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|-------------------------------------------|--------|
|                     |   | F                                       | Sig. | T                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |        |
|                     |   |                                         |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper  |
| Pretest_Level       | 1 | .364                                    | .549 | -1.166                       | 47     | .249            | -3.222          | 2.763                 | -8.780                                    | 2.337  |
|                     | 2 |                                         |      | -1.164                       | 46.431 | .250            | -3.222          | 2.767                 | -8.790                                    | 2.346  |
| Pretest_Generality  | 1 | .561                                    | .458 | -.772                        | 47     | .444            | -1.960          | 2.537                 | -7.064                                    | 3.144  |
|                     | 2 |                                         |      | -.770                        | 45.082 | .445            | -1.960          | 2.546                 | -7.088                                    | 3.168  |
| Pretest_Strength    | 1 | 2.420                                   | .127 | -.680                        | 47     | .500            | -1.710          | 2.515                 | -6.770                                    | 3.350  |
|                     | 2 |                                         |      | -.683                        | 44.993 | .498            | -1.710          | 2.502                 | -6.750                                    | 3.330  |
| Total_Pretest       | 1 | .005                                    | .945 | -1.026                       | 47     | .310            | -6.892          | 6.719                 | -20.409                                   | 6.626  |
|                     | 2 |                                         |      | -1.025                       | 46.812 | .311            | -6.892          | 6.722                 | -20.417                                   | 6.634  |
| Posttest_Level      | 1 | .640                                    | .428 | 4.238                        | 47     | .000            | 10.310          | 2.433                 | 5.415                                     | 15.205 |
|                     | 2 |                                         |      | 4.246                        | 46.868 | .000            | 10.310          | 2.428                 | 5.425                                     | 15.195 |
| Posttest_Generality | 1 | 2.392                                   | .129 | 2.513                        | 47     | .015            | 6.868           | 2.734                 | 1.369                                     | 12.367 |
|                     | 2 |                                         |      | 2.527                        | 44.545 | .015            | 6.868           | 2.718                 | 1.393                                     | 12.344 |
| Posttest_Strength   | 1 | 2.808                                   | .100 | 2.230                        | 47     | .031            | 4.250           | 1.906                 | .416                                      | 8.084  |
|                     | 2 |                                         |      | 2.242                        | 45.046 | .030            | 4.250           | 1.896                 | .431                                      | 8.069  |
| Total_Posttest      | 1 | 3.316                                   | .075 | 3.693                        | 47     | .001            | 21.428          | 5.803                 | 9.754                                     | 33.102 |
|                     | 2 |                                         |      | 3.727                        | 40.417 | .001            | 21.428          | 5.750                 | 9.811                                     | 33.045 |

1 = Equal variances assumed

2 = Equal variances not assumed

**LAMPIRAN 17**
**Output SPSS Statistik Deskriptif : Hasil Observasi Praktek Konseling Berpasangan**

| Statistics |         |                |               |
|------------|---------|----------------|---------------|
|            |         | kelompok nilai | data kelompok |
| N          | Valid   | 25             | 25            |
|            | Missing | 0              | 0             |
| Mean       |         | 39.40          | 3.88          |
| Median     |         | 40.00          | 4.00          |
| Mode       |         | 41             | 4             |
| Minimum    |         | 33             | 3             |
| Maximum    |         | 43             | 4             |
| Sum        |         | 985            | 97            |

| kelompok nilai |           |         |               |                    |
|----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|                | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| 33             | 1         | 4.0     | 4.0           | 4.0                |
| 35             | 1         | 4.0     | 4.0           | 8.0                |
| 36             | 1         | 4.0     | 4.0           | 12.0               |
| 37             | 2         | 8.0     | 8.0           | 20.0               |
| 38             | 2         | 8.0     | 8.0           | 28.0               |
| Valid 39       | 4         | 16.0    | 16.0          | 44.0               |
| 40             | 4         | 16.0    | 16.0          | 60.0               |
| 41             | 6         | 24.0    | 24.0          | 84.0               |
| 42             | 3         | 12.0    | 12.0          | 96.0               |
| 43             | 1         | 4.0     | 4.0           | 100.0              |
| Total          | 25        | 100.0   | 100.0         |                    |

| data kelompok hasil observasi konseling berpasangan |           |         |               |                    |
|-----------------------------------------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|                                                     | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| 28-36                                               | 3         | 12.0    | 12.0          | 12.0               |
| Valid 37-45                                         | 22        | 88.0    | 88.0          | 100.0              |
| Total                                               | 25        | 100.0   | 100.0         |                    |

**LAMPIRAN 18**

**SKALA EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI**

Nama :

NIM :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Mohon beri tanda centang (√) pada kolom yang “**Sangat Sesuai (SS)**”, “**Sesuai (S)**”, “**Ragu-ragu (R)**”, “**Tidak Sesuai (TS)**”, atau “**Sangat Tidak Sesuai (STS)**” dengan keadaan yang sebenar-benarnya Anda alami saat ini. Hasil jawaban Anda dirahasiakan sepenuhnya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Pertanyaannya sebagai berikut :

| NO | ITEM PERNYATAAN                                                                                            | ALTERNATIF JAWABAN |   |   |    |     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---|---|----|-----|
|    |                                                                                                            | SS                 | S | R | TS | STS |
| 1  | Saya yakin bahwa saya dapat membantu konseli mengembangkan potensi yang dimilikinya.                       |                    |   |   |    |     |
| 2  | Saya yakin bahwa saya adalah pendengar yang baik untuk konseli saya nantinya.                              |                    |   |   |    |     |
| 3  | Saya yakin bahwa saya menangkap komunikasi verbal yang disampaikan konseli.                                |                    |   |   |    |     |
| 4  | Saya tidak yakin bahwa saya mampu mengamati dan mengungkap makna non verbal konseli saat proses konseling. |                    |   |   |    |     |
| 5  | Saya tidak yakin bahwa saya adalah calon konselor yang memiliki empati yang tinggi terhadap konseli.       |                    |   |   |    |     |
| 6  | Saya yakin bahwa saya sangat cepat akrab dengan konseli dalam proses konseling.                            |                    |   |   |    |     |
| 7  | Saya yakin bahwa saya dapat menyelesaikan permasalahan belajar konseli.                                    |                    |   |   |    |     |

|    |                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 8  | Saya yakin bahwa saya dapat menjadikan konseli orang yang bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.                                      |  |  |  |  |  |
| 9  | Saya tidak yakin bahwa saya dapat membantu konseli menyelesaikan permasalahan sosialnya dengan teman, orang tua, dan orang lain secara umum. |  |  |  |  |  |
| 10 | Saya tidak yakin bahwa saya dapat membantu konseli mengaktualisasikan dirinya menuju kesuksesan karir.                                       |  |  |  |  |  |
| 11 | Saya yakin bahwa saya memiliki keinginan yang kuat menjadi seorang konselor islami.                                                          |  |  |  |  |  |
| 12 | Saya yakin bahwa saya memiliki komitmen yang tinggi dalam menolong konseli.                                                                  |  |  |  |  |  |
| 13 | Saya yakin sangat mengetahui tugas pokok dan fungsi saya sebagai calon konselor.                                                             |  |  |  |  |  |
| 14 | Saya tidak yakin bahwa saya sudah memiliki kemampuan sebagai calon konselor islami.                                                          |  |  |  |  |  |
| 15 | Saya tidak yakin bahwa saya dapat mengaplikasikan terapi islam dalam proses konseling.                                                       |  |  |  |  |  |
| 16 | Saya yakin bahwa saya dapat menjadi contoh yang baik bagi konseli saya.                                                                      |  |  |  |  |  |
| 17 | Saya yakin bahwa saya orang yang jujur.                                                                                                      |  |  |  |  |  |
| 18 | Saya yakin bahwa saya dapat dipercaya, baik dari segi ungkapan dan perbuatan.                                                                |  |  |  |  |  |
| 19 | Saya tidak yakin bahwa saya dapat menjaga rahasia konseli dengan baik.                                                                       |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                                                                           |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 20 | Saya tidak yakin bahwa saya sangat sukarela dan ikhlas dalam membantu konseli.                                                                            |  |  |  |  |  |
| 21 | Saya yakin bahwa saya dapat menemukan permasalahan utama konseli dalam proses konseling.                                                                  |  |  |  |  |  |
| 22 | Saya yakin bahwa saya dapat mencari faktor penyebab permasalahan konseli dalam proses konseling.                                                          |  |  |  |  |  |
| 23 | Saya yakin dapat menemukan beberapa alternatif untuk menyelesaikan permasalahan konseli dalam proses konseling.                                           |  |  |  |  |  |
| 24 | Saya merasa tidak yakin dapat memberikan terapi untuk menyelesaikan permasalahan konseli secara tuntas.                                                   |  |  |  |  |  |
| 25 | Saya merasa tidak yakin bahwa dapat memberikan alih tangan kasus ke pihak yang tepat apabila saya tidak mampu menyelesaikan masalah konseli seorang diri. |  |  |  |  |  |
| 26 | Saya yakin bahwa sudah menguasai teori dan pendekatan dalam ilmu BKI.                                                                                     |  |  |  |  |  |
| 27 | Saya yakin bahwa saya sudah dapat mengaplikasikan teori BK umum dalam praktek konseling.                                                                  |  |  |  |  |  |
| 28 | Saya yakin bahwa saya dapat mengaplikasikan terapi islam dalam praktek konseling.                                                                         |  |  |  |  |  |
| 29 | Saya merasa tidak yakin bahwa sudah menguasai lAndasan-lAndasan dalam ilmu BK.                                                                            |  |  |  |  |  |
| 30 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya sudah dapat menerapkan ilmu BK yang saya miliki di sekolah dan masyarakat.                                             |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                                       |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 31 | Saya yakin bahwa saya sangat menghargai waktu.                                                                        |  |  |  |  |  |
| 32 | Saya yakin bahwa saya adalah orang yang disiplin.                                                                     |  |  |  |  |  |
| 33 | Saya yakin bahwa saya sudah berpenampilan rapi dan menarik.                                                           |  |  |  |  |  |
| 34 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya dapat menganalisis dan menyusun dan program BK di sekolah.                         |  |  |  |  |  |
| 35 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya dapat melaksanakan dengan baik program BK di sekolah.                              |  |  |  |  |  |
| 36 | Saya yakin bahwa perilaku saya sudah mencerminkan konselor islami yang baik.                                          |  |  |  |  |  |
| 37 | Saya yakin bahwa kemampuan komunikasi interpersonal saya sudah baik.                                                  |  |  |  |  |  |
| 38 | Saya yakin bahwa saya selalu menghargai pendapat orang lain.                                                          |  |  |  |  |  |
| 39 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya selalu ramah dan murah senyum terhadap orang lain.                                 |  |  |  |  |  |
| 40 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya selalu menunjukkan emosi yang stabil didepan orang lain.                           |  |  |  |  |  |
| 41 | Saya merasa bahwa mampu untuk terus membantu konseli keluar dari masalahnya walaupun banyak kendala yang akan datang. |  |  |  |  |  |
| 42 | Saya merasa mammpu mengatasi grogi ketika proses konseling                                                            |  |  |  |  |  |
| 43 | Saya merasa malu ketika bertemu dengan konseli.                                                                       |  |  |  |  |  |
| 44 | Saya merasa kurang yakin dengan kemampuan konseling yang saya miliki saat ini.                                        |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                                             |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 45 | Saya merasa cemas dan deg-degan saat melakukan proses konseling.                                                            |  |  |  |  |  |
| 46 | Saya selalu berfikir positif bahwa dapat melakukan praktek konseling dengan baik.                                           |  |  |  |  |  |
| 47 | Saya selalu dapat berfikir kreatif untuk menyelesaikan masalah konseli saat prosekonseling.                                 |  |  |  |  |  |
| 48 | Saya selalu berfikir bahwa saya dapat membangun hubungan baik dengan semua orang termasuk konseli.                          |  |  |  |  |  |
| 49 | Saya pesimis dengan kemampuan saya dalam membantu konseli keluar dari masalahnya                                            |  |  |  |  |  |
| 50 | Saya tidak memiliki minat untuk menjadi seorang konselor islami.                                                            |  |  |  |  |  |
| 51 | Saya merasa bahwa tindakan saya memilih jurusan BKI adalah tepat.                                                           |  |  |  |  |  |
| 52 | Saya merasa bahwa saya dapat mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan konseli dalam proses konseling. |  |  |  |  |  |
| 53 | Saya merasa selalu takut dan ragu-ragu saat mengambil tindakan yang terbaik untuk konseli dalam proses konseling.           |  |  |  |  |  |
| 54 | Saya merasa kurang memiliki inisiatif untuk mengelurkan konseli dari permasalahannya.                                       |  |  |  |  |  |
| 55 | Saya merasa teknik konseling yang saya gunakan kurang tepat untuk menyelesaikan masalah konseli dalam proses konseling.     |  |  |  |  |  |
| 56 | Saya merasa bahwa saya sudah menjalankan Solat dengan konsisten.                                                            |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                |  |  |  |  |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 57 | Saya merasa bahwa sangat sering berzikir dan beristigfar kepada Allah.                         |  |  |  |  |  |
| 58 | Saya yakin bahwa saya selalu berdo'a meminta pertolongan dari Allah.                           |  |  |  |  |  |
| 59 | Saya merasa masih kurang konsisten dalam belajar mengenai teori dan pendekatan dalam ilmu BKI. |  |  |  |  |  |
| 60 | Saya merasa masih belum dapat mengaplikasikan terapi islam dalam praktek konseling.            |  |  |  |  |  |

Mataram, .....

Tertanda,

---

(Nama Terang dan Tanda Tangan)

**LAMPIRAN 19**
**SKALA EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI**

Nama :

NIM :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Mohon beri tanda centang (√) pada kolom yang “**Sangat Sesuai (SS)**”, “**Sesuai (S)**”, “**Ragu-ragu (R)**”, “**Tidak Sesuai (TS)**”, atau “**Sangat Tidak Sesuai (STS)**” dengan keadaan yang sebenar-benarnya Anda alami saat ini. Hasil jawaban Anda dirahasiakan sepenuhnya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Pertanyaannya sebagai berikut :

| NO | ITEM PERNYATAAN                                                                                                                              | ALTERNATIF JAWABAN |    |   |   |    |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|---|---|----|
|    |                                                                                                                                              | STS                | TS | R | S | SS |
| 1  | Saya yakin bahwa saya dapat membantu konseli mengembangkan potensi yang dimilikinya.                                                         |                    |    |   |   |    |
| 2  | Saya yakin bahwa saya adalah pendengar yang baik untuk konseli saya nantinya.                                                                |                    |    |   |   |    |
| 3  | Saya yakin bahwa saya menangkap komunikasi verbal yang disampaikan konseli.                                                                  |                    |    |   |   |    |
| 4  | Saya tidak yakin bahwa saya mampu mengamati dan mengungkap makna non verbal konseli saat proses konseling.                                   |                    |    |   |   |    |
| 5  | Saya tidak yakin bahwa saya adalah calon konselor yang memiliki empati yang tinggi terhadap konseli.                                         |                    |    |   |   |    |
| 6  | Saya yakin bahwa saya dapat menyelesaikan permasalahan belajar konseli.                                                                      |                    |    |   |   |    |
| 7  | Saya yakin bahwa saya dapat menjadikan konseli orang yang bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.                                      |                    |    |   |   |    |
| 8  | Saya tidak yakin bahwa saya dapat membantu konseli menyelesaikan permasalahan sosialnya dengan teman, orang tua, dan orang lain secara umum. |                    |    |   |   |    |
| 9  | Saya tidak yakin bahwa saya dapat membantu konseli mengaktualisasikan dirinya menuju kesuksesan karir.                                       |                    |    |   |   |    |

|    |                                                                                                                                                           |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 10 | Saya yakin bahwa saya memiliki keinginan yang kuat menjadi seorang konselor islami.                                                                       |  |  |  |  |  |
| 11 | Saya yakin bahwa saya memiliki komitmen yang tinggi dalam menolong konseli.                                                                               |  |  |  |  |  |
| 12 | Saya yakin sangat mengetahui tugas pokok dan fungsi saya sebagai calon konselor.                                                                          |  |  |  |  |  |
| 13 | Saya tidak yakin bahwa saya sudah memiliki kemampuan sebagai calon konselor islami.                                                                       |  |  |  |  |  |
| 14 | Saya tidak yakin bahwa saya dapat mengaplikasikan terapi islam dalam proses konseling.                                                                    |  |  |  |  |  |
| 15 | Saya yakin bahwa saya dapat menjadi contoh yang baik bagi konseli saya.                                                                                   |  |  |  |  |  |
| 16 | Saya yakin bahwa saya orang yang jujur.                                                                                                                   |  |  |  |  |  |
| 17 | Saya yakin bahwa saya dapat dipercaya, baik dari segi ungkapan dan perbuatan.                                                                             |  |  |  |  |  |
| 18 | Saya tidak yakin bahwa saya dapat menjaga rahasia konseli dengan baik.                                                                                    |  |  |  |  |  |
| 19 | Saya tidak yakin bahwa saya sangat sukarela dan ikhlas dalam membantu konseli.                                                                            |  |  |  |  |  |
| 20 | Saya yakin bahwa saya dapat mencari faktor penyebab permasalahan konseli dalam proses konseling.                                                          |  |  |  |  |  |
| 21 | Saya yakin dapat menemukan beberapa alternatif untuk menyelesaikan permasalahan konseli dalam proses konseling.                                           |  |  |  |  |  |
| 22 | Saya merasa tidak yakin dapat memberikan terapi untuk menyelesaikan permasalahan konseli secara tuntas.                                                   |  |  |  |  |  |
| 23 | Saya merasa tidak yakin bahwa dapat memberikan alih tangan kasus ke pihak yang tepat apabila saya tidak mampu menyelesaikan masalah konseli seorang diri. |  |  |  |  |  |
| 24 | Saya yakin bahwa sudah menguasai teori dan pendekatan dalam ilmu BKI.                                                                                     |  |  |  |  |  |
| 25 | Saya yakin bahwa saya sudah dapat mengaplikasikan teori BK umum dalam praktek konseling.                                                                  |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                                       |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 26 | Saya yakin bahwa saya dapat mengaplikasikan terapi islam dalam praktek konseling.                                     |  |  |  |  |  |
| 27 | Saya merasa tidak yakin bahwa sudah menguasai lAndasan-lAndasan dalam ilmu BK.                                        |  |  |  |  |  |
| 28 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya sudah dapat menerapkan ilmu BK yang saya miliki di sekolah dan masyarakat.         |  |  |  |  |  |
| 29 | Saya yakin bahwa saya sangat menghargai waktu.                                                                        |  |  |  |  |  |
| 30 | Saya yakin bahwa saya adalah orang yang disiplin.                                                                     |  |  |  |  |  |
| 31 | Saya yakin bahwa saya sudah berpenampilan rapi dan menarik.                                                           |  |  |  |  |  |
| 32 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya dapat menganalisis dan menyusun dan program BK di sekolah.                         |  |  |  |  |  |
| 33 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya dapat melaksanakan dengan baik program BK di sekolah.                              |  |  |  |  |  |
| 34 | Saya yakin bahwa perilaku saya sudah mencerminkan konselor islami yang baik.                                          |  |  |  |  |  |
| 35 | Saya yakin bahwa saya selalu menghargai pendapat orang lain.                                                          |  |  |  |  |  |
| 36 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya selalu ramah dan murah senyum terhadap orang lain.                                 |  |  |  |  |  |
| 37 | Saya merasa tidak yakin bahwa saya selalu menunjukkan emosi yang stabil didepan orang lain.                           |  |  |  |  |  |
| 38 | Saya merasa bahwa mampu untuk terus membantu konseli keluar dari masalahnya walaupun banyak kendala yang akan datang. |  |  |  |  |  |
| 39 | Saya merasa mammpu mengatasi grogi ketika proses konseling                                                            |  |  |  |  |  |
| 40 | Saya merasa malu ketika bertemu dengan konseli.                                                                       |  |  |  |  |  |
| 41 | Saya merasa kurang yakin dengan kemampuan konseling yang saya miliki saat ini.                                        |  |  |  |  |  |
| 42 | Saya merasa cemas dan deg-degan saat melakukan proses konseling.                                                      |  |  |  |  |  |
| 43 | Saya selalu berfikir positif bahwa dapat melakukan praktek konseling dengan baik.                                     |  |  |  |  |  |

|    |                                                                                                                             |  |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 44 | Saya selalu dapat berfikir kreatif untuk menyelesaikan masalah konseli saat prosekonseling.                                 |  |  |  |  |  |
| 45 | Saya selalu berfikir bahwa saya dapat membangun hubungan baik dengan semua orang termasuk konseli.                          |  |  |  |  |  |
| 46 | Saya merasa bahwa tindakan saya memilih jurusan BKI adalah tepat.                                                           |  |  |  |  |  |
| 47 | Saya merasa bahwa saya dapat mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan konseli dalam proses konseling. |  |  |  |  |  |
| 48 | Saya merasa selalu takut dan ragu-ragu saat mengambil tindakan yang terbaik untuk konseli dalam proses konseling.           |  |  |  |  |  |
| 49 | Saya merasa kurang memiliki inisiatif untuk mengelurkan konseli dari permasalahannya.                                       |  |  |  |  |  |
| 50 | Saya merasa teknik konseling yang saya gunakan kurang tepat untuk menyelesaikan masalah konseli dalam proses konseling.     |  |  |  |  |  |
| 51 | Saya merasa bahwa saya sudah menjalankan Solat dengan konsisten.                                                            |  |  |  |  |  |
| 52 | Saya merasa bahwa sangat sering berzikir dan beristigfar kepada Allah.                                                      |  |  |  |  |  |
| 53 | Saya yakin bahwa saya selalu berdo'a meminta pertolongan dari Allah.                                                        |  |  |  |  |  |
| 54 | Saya merasa masih kurang konsisten dalam belajar mengenai teori dan pendekatan dalam ilmu BKI.                              |  |  |  |  |  |
| 55 | Saya merasa masih belum dapat mengaplikasikan terapi islam dalam praktek konseling.                                         |  |  |  |  |  |

## LAMPIRAN 20

**PEDOMAN OBSERVASI**

**Nama Partisipan** : .....

**Kode / NIM** : .....

Mohon berkenan memberi tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan respon yang ditunjukkan partisipan selama proses simulasi praktek konseling berlangsung.

| No | Tindakan Atau Sikap yang Ditunjukkan Saat Praktek Konseling                                                                                                                                                             | Skala Penilaian |      |       |        |               |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------|-------|--------|---------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                         | Sangat Baik     | Baik | Cukup | Kurang | Sangat Kurang |
| 1  | Partisipan menggunakan tutur kata yang baik dan bahasa yang setara dengan lawan bicaranya.                                                                                                                              |                 |      |       |        |               |
| 2  | Partisipan berbicara sesuai dengan topik atau isi pembicaraan lawan bicaranya.                                                                                                                                          |                 |      |       |        |               |
| 3  | Partisipan menggunakan tinggi rendah nada dan keras lemahnya suara yang selaras dengan suara lawan bicaranya.                                                                                                           |                 |      |       |        |               |
| 4  | Partisipan menunjukkan ekspresi wajah yang selaras dengan yang ditunjukkan oleh lawan bicaranya (misalnya tidak cemberut ketika lawan bicaranya sedang gembira, dan tidak tertawa ketika lawan bicaranya sedang sedih). |                 |      |       |        |               |
| 5  | Partisipan menunjukkan sikap badan yang selaras dengan sikap badan lawan bicara (misalnya tidak duduk berleha-leha ketika lawan bicaranya duduk dengan tegang).                                                         |                 |      |       |        |               |
| 6  | Partisipan menunjukkan gerak-gerik tangan atau isyarat yang sesuai dengan gerakan lawan bicaranya.                                                                                                                      |                 |      |       |        |               |
| 7  | Partisipan menunjukkan sikap memperhatikan lawan bicaranya.                                                                                                                                                             |                 |      |       |        |               |
| 8  | Partisipan menunjukkan sikap mendengarkan dengan penuh ketertarikan terhadap lawan bicaranya.                                                                                                                           |                 |      |       |        |               |
| 9  | Partisipan menunjukkan empati yang mendalam terhadap lawan bicaranya.                                                                                                                                                   |                 |      |       |        |               |
| 10 | Partisipan dapat menciptakan suasana yang hangat dan akrab dengan lawan bicaranya.                                                                                                                                      |                 |      |       |        |               |

Mataram,....Desember 2017

Observer,

\_\_\_\_\_

**LAMPIRAN 21**

**DRAF WAWANCARA**

**A. Pedoman Wawancara Pendahuluan**

*Interviewee* (Nama dan NIM) : .....

*Interviewer* : Peneliti dan TIM pelaksana modul

Pelaksanaan Wawancara : Setelah intervensi dilakukan

Sifat : Wawancara semistruktur

Rancangan Pertanyaan :

1. Bagaimana pendapat Anda mengenai pengerjaan skala pertama (*pretest*) dan skala kedua (*posttest*) ?
2. Kesulitan apakah yang Anda rasakan dalam proses menjadi calon konselor islami ?
3. Bagaimana menurut Anda mengenai materi yang diajarkan di kampus, apakah sudah sesuai dengan kompetensi yang dituntut sebagai seorang konselor islami ?
4. Menurut Anda, bagaimanakah cara untuk bisa menjadi konselor islami yang hebat ?
5. Siapakah Anda untuk menjadi konselor islami, sudah yakinkah Anda dengan kemampuan yang dimiliki sekarang untuk menjadi konselor islami ?

**B. Pedoman Wawancara Setelah Pelatihan**

1. Apakah Anda dapat mengikuti materi tazkiyatun nafs dan pelatihan komunikasi konseling dengan baik ?
2. Bagian mana yang paling Anda sukai dari pelatihan selama 2 hari ini ?
3. Bagaimana perasaan dan kesan Anda selama mengikuti pelatihan selama 2 hari ini ?
4. Adakah manfaat yang Anda peroleh melalui pelatihan ini ?
5. Menurut Anda, apa kritik dan saran yang perlu dilakukan sebagai perbaikan pelatihan dikemudian hari ?

## LAMPIRAN 22

## CHECKLIST PELAKSANAAN PENELITIAN

| No                                              | Rencana Penelitian                                                                                         | Praktek Lapangan |                  | Keterangan                |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|---------------------------|
|                                                 |                                                                                                            | Terlaksana       | Tidak Terlaksana |                           |
| Langkah Penelitian                              |                                                                                                            |                  |                  |                           |
| 1                                               | Pelaksanaan uji coba skala efikasi diri kepada partisipan populasi di luar sampel                          | √                | -                | 5 dan 6 / 12/2016         |
| 1                                               | Pelaksanaan <i>pretest</i> kelompok eksperimen                                                             | √                | -                | 13/12/2016                |
| 2                                               | Pelaksanaan <i>pretest</i> kelompok kontrol                                                                | √                | -                | 13/12/2016                |
| 3                                               | Pembukaan dan penjelasan mengenai kegiatan pelatihan                                                       | √                | -                | 13/12/2016                |
| 4                                               | Pengantar pelatihan tazkiyatun nafs dan komunikasi konseling                                               | √                | -                | 16/12/2016                |
| 5                                               | Penyampaian materi Tazkiyatun Nafs dan cara mengaplikasikan sarana tazkiyatun nafs dalam praktek konseling | √                | -                | 16/12/2016                |
| 6                                               | Mengenal dan mendalami keterampilan dasar dalam konseling                                                  | √                | -                | 17/12/2016 + Dipraktekkan |
| 7                                               | komunikasi konseling (keterampilan pengamatan, mendengarkan aktif, dan empati dalam komunikasi konseling)  | √                | -                | 20/12/2016 + Dipraktekkan |
| 8                                               | <i>Posttest</i> kelompok eksperimen                                                                        | √                | -                | 20/12/2016                |
| 9                                               | <i>Posttest</i> kelompok kontrol                                                                           | √                | -                | 22/12/2016                |
| Penyebaran dan Pengisian Kelengkapan Penelitian |                                                                                                            |                  |                  |                           |
| 1                                               | Penyebaran instrumen skala efikasi diri sebagai <i>pretest</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol    | √                | -                | 13/12/2016                |
| 2                                               | Penyebaran instrumen skala efikasi diri sebagai <i>posttest</i> kelompok eksperimen                        | √                | -                | 20/12/2016                |
| 3                                               | Penyebaran instrumen skala kemampuan efikasi diri sebagai <i>posttest</i> kelompok kontrol                 | √                | -                | 22/12/2016                |
| 4                                               | Pengisian pedoman observasi praktek konseling berpasangan                                                  | √                | -                | 17 dan 20 / 12/2016       |
| 5                                               | Pelaksanaan wawancara                                                                                      | √                | -                | 20/12/2016                |

Mataram, 30 Desember 2016  
Tertanda Peneliti,

**Lalu Abdurrahman Wahid**

**LAMPIRAN 23****PEDOMAN PENGKODEAN PENELITIAN**

| NO | KODE | NAMA                   | KETERANGAN          |
|----|------|------------------------|---------------------|
| 1  | E01  | Bq. Susni Idawati      | Kelompok Eksperimen |
| 2  | E02  | Bq. Isna kurniasih     | Kelompok Eksperimen |
| 3  | E03  | Rosdiana               | Kelompok Eksperimen |
| 4  | E04  | Lila Laelatul Hila     | Kelompok Eksperimen |
| 5  | E05  | Nining Anggriani       | Kelompok Eksperimen |
| 6  | E06  | Marhaban. M            | Kelompok Eksperimen |
| 7  | E07  | Qomariah               | Kelompok Eksperimen |
| 8  | E08  | Khotimatuzzahrah       | Kelompok Eksperimen |
| 9  | E09  | Hana Ayuning Tyas      | Kelompok Eksperimen |
| 10 | E10  | Huratul Aini           | Kelompok Eksperimen |
| 11 | E11  | Fhatur Rachman Ola     | Kelompok Eksperimen |
| 12 | E12  | Mila Zawani            | Kelompok Eksperimen |
| 13 | E13  | Husnul Hidayah         | Kelompok Eksperimen |
| 14 | E14  | Nurlaily Kariyani      | Kelompok Eksperimen |
| 15 | E15  | Abdi Arfin             | Kelompok Eksperimen |
| 16 | E16  | Musawirin              | Kelompok Eksperimen |
| 17 | E17  | Awardiman              | Kelompok Eksperimen |
| 18 | E18  | Rudi Darmawan          | Kelompok Eksperimen |
| 19 | E19  | Wulan Sari             | Kelompok Eksperimen |
| 20 | E20  | M. Muzani              | Kelompok Eksperimen |
| 21 | E21  | Bq. Asysyarifatul Aini | Kelompok Eksperimen |
| 22 | E22  | Bq. Laelatul Hasanah   | Kelompok Eksperimen |
| 23 | E23  | Anggi Anggraini        | Kelompok Eksperimen |
| 24 | E24  | M. Yani                | Kelompok Eksperimen |

|    |     |                              |                     |
|----|-----|------------------------------|---------------------|
| 25 | E25 | Haris Munandar               | Kelompok Eksperimen |
| 26 | E26 | Lu' Luul Jannatunnaim        | Kelompok Eksperimen |
| 27 | E27 | Alfia Umami Amalia           | Kelompok Eksperimen |
| 28 | E28 | Hidayatul Amni               | Kelompok Eksperimen |
| 29 | E29 | Julianti                     | Kelompok Eksperimen |
| 30 | E30 | Baiq. Emi Andriani           | Kelompok Eksperimen |
| 31 | E31 | Lukmanul hakim               | Kelompok Eksperimen |
| 32 | E32 | Budi santoso                 | Kelompok Eksperimen |
| 33 | E33 | Dian Safitri Indah Fajriyani | Kelompok Eksperimen |
| 34 | E34 | Lalu Rafsanjani              | Kelompok Eksperimen |
| 35 | E35 | Abdul Kadir Jaelani          | Kelompok Eksperimen |
| 36 | E36 | Yusri                        | Kelompok Eksperimen |
| 37 | K01 | Siti Hardiyanti              | Kelompok Kontrol    |
| 38 | K02 | Safitri                      | Kelompok Kontrol    |
| 39 | K03 | Ulul Azmi                    | Kelompok Kontrol    |
| 40 | K04 | Abdul Haris                  | Kelompok Kontrol    |
| 41 | K05 | Muhammad Zaini               | Kelompok Kontrol    |
| 42 | K06 | Muhilal                      | Kelompok Kontrol    |
| 43 | K07 | Tri Yuliana                  | Kelompok Kontrol    |
| 44 | K08 | Opan Jayadi                  | Kelompok Kontrol    |
| 45 | K09 | Badriah Nifa                 | Kelompok Kontrol    |
| 46 | K10 | Nenzi Hawa Khuldiawati       | Kelompok Kontrol    |
| 47 | K11 | Rohaniah                     | Kelompok Kontrol    |
| 48 | K12 | Ahmad Rijalusolihin          | Kelompok Kontrol    |
| 49 | K13 | Khulaifi Khaerudin           | Kelompok Kontrol    |
| 50 | K14 | Husna Ro'aini                | Kelompok Kontrol    |
| 51 | K15 | Misrian Suriani              | Kelompok Kontrol    |

|    |     |                         |                     |
|----|-----|-------------------------|---------------------|
| 52 | K16 | Trilan Wulandari        | Kelompok Kontrol    |
| 53 | K17 | Eli Afriana             | Kelompok Kontrol    |
| 54 | K18 | Lina Fitiani            | Kelompok Kontrol    |
| 55 | K19 | Baiq. Siti Sarah        | Kelompok Kontrol    |
| 56 | K20 | Edo Armando Sanjaya     | Kelompok Kontrol    |
| 57 | K21 | Ismawan Akbar           | Kelompok Kontrol    |
| 58 | K22 | Nia Andriani            | Kelompok Kontrol    |
| 59 | K23 | Rina Andriani           | Kelompok Kontrol    |
| 60 | K24 | Supiartina              | Kelompok Kontrol    |
| 61 | K25 | Zaeda Ahyani            | Kelompok Kontrol    |
| 62 | K26 | Lilik Maharani          | Kelompok Kontrol    |
| 63 | K27 | Rahnip                  | Kelompok Kontrol    |
| 64 | K28 | Ika Rosiana             | Kelompok Kontrol    |
| 65 | K29 | Nurwiniangsih           | Kelompok Kontrol    |
| 66 | K30 | Parhadi Efendi          | Kelompok Kontrol    |
| 67 | K31 | Laela                   | Kelompok Kontrol    |
| 68 | K32 | Supratman               | Kelompok Kontrol    |
| 69 | K33 | Dodi Martin Pratama     | Kelompok Kontrol    |
| 70 | K34 | Alimudin                | Kelompok Kontrol    |
| 71 | K35 | Muhammad Bahri          | Kelompok Kontrol    |
| 72 | K36 | Dara Annissa            | Kelompok Kontrol    |
| 73 | T01 | Lalu Abdurrachman Wahid | Tim Pelaksana Modul |
| 74 | T02 | Etty Setiawati          | Tim Pelaksana Modul |
| 75 | T03 | Adharisman              | Tim Pelaksana Modul |
| 76 | T04 | Saleh Hambali           | Tim Pelaksana Modul |
| 77 | T05 | Tajalli                 | Tim Pelaksana Modul |

**BIODATA TIM PELAKSANA MODUL**

Nama : **Lalu Abdurrachman Wahid, S.Kom. I**  
 TTL : Bateat, 08 Maret 1993  
 Fakultas : Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
 Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies  
 Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam  
 Kode : **T01**



Nama : **Ety Setiawati, S. Kom. I**  
 TTL : Moja, 15 Oktober 1992  
 Fakultas : Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
 Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies  
 Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam  
 Kode : **T02**



Nama : **Adharisman, S.Kom. I**  
 TTL : Ketapang, 21 Mei 1994  
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
 Jurusan : S1 Bimbingan dan Konseling Islam  
 Perguruan Tinggi : IAIN Mataram  
 Kode : **T03**



Nama : **Saleh Hambali, S.Kom. I**  
 TTL : Bolor Gejek, 17 Juni 1993  
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
 Jurusan : S1 Bimbingan dan Konseling Islam  
 Perguruan Tinggi : IAIN Mataram  
 Kode : **T04**



Nama : **Tajalli, S.Kom. I**  
 TTL : Kelebeh, 18 September 1991  
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
 Jurusan : S1 Bimbingan dan Konseling Islam  
 Perguruan Tinggi : IAIN Mataram  
 Kode : **T05**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
**PASCASARJANA**

Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta, 55281 Telp. (0274) 519709, Faks. (0274) 557978  
email: pps@uin-suka.ac.id, website: <http://pps.uin-suka.ac.id>.

Nomor : B- 4032/Un.02/DPPs/TU.00/11/2016  
Lampiran: : -  
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

30 November 2016

Kepada Yth.

**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram**  
di

Tempat

*Assalamu 'alaikum wr. wb.*

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir Tesis Magister (S2) bagi mahasiswa Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, bersama ini kami mengharap bantuan Bapak/ Ibu/ Saudara untuk memberikan izin penelitian kepada mahasiswa berikut:

Nama : **Lalu Abdurrachman Wahid**  
NIM : 1520310040  
Program : Magister (S2)  
Prodi./Konsentrasi : IIS/ Bimbingan dan Konseling Islam  
Semester : III (Tiga)  
Tahun Akademik : 2016/2017

Untuk melakukan penelitian Tesis yang berjudul:

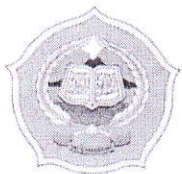
**TAZKIYATUN NAFS DAN PELATIHAN KOMUNIKASI KONSELING GUNA  
MENINGKATKAN EFIKASI DIRI CALON KONSELOR ISLAMI  
(Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas  
Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)**

Di bawah bimbingan dosen pembimbing Tesis : **Dr. Sekar Ayu Aryani, MA**

Demikian atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, disampaikan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum wr. wb.*





**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) MATARAM**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jln. Pendidikan No. 35 Tlp. (0370) 623819 Fax. 623819 Mataram NTB

**SURAT IZIN PENELITIAN**

No : 732 / In. 07/PP.00.9/FDK/12/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **Dr. Faizah, MA.**  
NIP : 197307161999032003  
Jabatan : Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram

Dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : **Lalu Abdurrachman Wahid**  
NIM : 1520310040  
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Dosen Pembimbing : Dr. Sekar Ayu Aryani, MA.  
Judul Penelitian : **"Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)"**

Untuk melakukan penelitian guna mendapatkan data-data sebagai bahan penulisan TESIS program Magister (S2) dengan ketentuan:

1. Berlaku selama 30 hari sejak izin penelitian ini diterbitkan;
2. Tidak mengganggu kelancaran proses perkuliahan di lembaga.

Demikian surat ini diterbitkan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

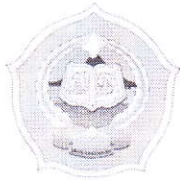
Mataram, 8 Desember 2016

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



**Dr. Faizah, MA.**

NIP: 197307161999032003



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) MATARAM**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jln. Pendidikan No. 35 Tlp. (0370) 623819 Fax. 623819 Mataram NTB

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

No : **789** / In. 07/PP.00.9/FDK/12/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **Dr. Faizah, MA.**  
NIP : 197307161999032003  
Jabatan : Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram

Menerangkan dengan sebenar-benarnya bahwa:

Nama : **Lalu Abdurrachman Wahid**  
NIM : 1520310040  
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Dosen Pembimbing : Dr. Sekar Ayu Aryani, MA.  
Judul Penelitian Tesis : **"Tazkiyatun Nafs dan Pelatihan Komunikasi Konseling Guna Meningkatkan Efikasi Diri Calon Konselor Islami (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram)"**

Adalah benar-benar telah melaksanakan penelitian eksperimen pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram terhitung sejak 05 Desember 2016 s/d 28 Desember 2016 dalam rangka pengambilan data sebagai bahan penyusunan Tesis Magister (S2).

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mataram, 28 Desember 2016

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



**Dr. Faizah, MA.**

NIP: 197307161999032003

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **A. Identitas Diri**

Nama : Lalu Abdurrachman Wahid

Tempat/tgl. Lahir : Bateat, 8 Maret 1993

Alamat : Dusun Bateat, Desa Mangkung, Kec. Praya Barat, Kab. Lombok  
Tengah, Provinsi. NTB, 83511

Nama Ayah : Lalu Purnan Hidayat

Nama Ibu : Baiq Maemunah

E-mail : [lalu.abdurrachman@yahoo.com](mailto:lalu.abdurrachman@yahoo.com)

HP : XL : 081907934055 / TELKOMSEL : 085238585394

### **B. Riwayat Pendidikan**

1. SD : SDN 1 Mangkung, lulus tahun 2005
2. SMP : MTs. Nurul Yaqin Praya, lulus tahun 2008
3. SMA : MAN 1 Praya, lulus tahun 2011
4. S1 : IAIN Mataram, lulus tahun 2015
5. S2 : UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, lulus tahun 2017

### **C. Riwayat Pekerjaan :**

1. Pusat Kajian Perilaku dan Jasa Layanan Psikologi Nusa Tenggara for Nusantara.
2. Relawan di Lembaga Perlindungan Anak Kota Mataram.
3. Relawan di Lembaga Perlindungan Anak Provinsi Nusa Tenggara Barat.

#### **D. Prestasi atau Penghargaan**

1. Juara Umum 4 Nilai Ujian Nasional di SDN 1 Mangkung Tahun 2005
2. Juara Umum 2 Nilai Ujian Nasional di MTs Nurul Yaqin Praya Tahun 2008
3. Juara Umum 2 Nilai Ujian Nasional di MAN 1 Praya tahun 2011
4. Juara 1 Lomba Karya Tulis Ilmiah se-Fakultas Dakwah Tahun 2012
5. Juara 1 Lomba Karya Tulis Ilmiah se-Fakultas Dakwah Tahun 2013
6. Juara 1 Lomba Karya Tulis Ilmiah FORSENI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2014
7. Juara 2 Lomba Debat Ilmiah FORSENI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2014
8. Juara 3 Lomba Karya Tulis Ilmiah FORSENI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2015
9. Juara 1 Lomba Debat Ilmiah FORSENI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2015
10. Juara 1 Lomba Praktek Konseling FORSENI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2015
11. Penghargaan Sebagai Nominasi Terpilih Mahasiswa Paling Berprestasi Jurusan BKI dalam menyambut HUT Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram yang ke-17 Tahun 2015.
12. Penghargaan Sebagai Wisudawan Terbaik se-Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2015.
13. Penghargaan Sebagai Wisudawan Terbaik se-Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Mataram Tahun 2015.
14. Penghargaan Sebagai Wisudawan Terbaik Utama se-IAIN Mataram Tahun 2015.

**E. Pengalaman Organisasi**

1. Kader LPM Ro'yuna UKM IAIN Mataram
2. Kader LDMI UKM IAIN Mataram
3. Ketua Umum NTN Comunnity Tahun 2013-2014

**F. Minat Keilmuan:** Pendidikan, Manajemen Pendidikan, Manajemen Keuangan, Psikologi, Psikologi Islam, Bimbingan dan Konseling, Bimbingan dan Konseling Islam.

**G. Karya Ilmiah**

1. PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL DALAM KONSELING . Jurnal al-tazkiyah jurusan BKI IAIN Mataram. Diterbitkan tahun 2016.
2. Konseling Sebaya Bagi Remaja (Tinjauan Teoritis Dalam Mengatasi Problematika Remaja Perspektif Bimbingan dan Konseling). Jurnal al-tazkiyah jurusan BKI IAIN Mataram. Diterbitkan tahun 2013.

Yogyakarta, 23 Januari 2017

Tertanda,

**Lalu Abdurrachman Wahid**