

Konseling Islami Menggunakan Pendekatan Gestalt untuk Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa

Jannatun Aini¹, Dina Hajja Ristianti², Sumarto³
Institut Agama Islam Negeri IAIN Curup^{1,2,3}
jannatunaini@iaincurup.ac.id
dinahajja@iaincurup.ac.id
sumarto.pasca@iaincurup.ac.id

Abstract

The problems that students have arise from individual psychological factors (internal), and external social, family and environmental factors. Overcoming this problem is counseling with a spiritual approach as well as the use of Gestalt theory to increase student self-awareness. The problem in this research is students' low self-awareness. The aim of this research is to determine the increase in self-awareness using gestalt counseling. The method in this research is descriptive qualitative using case studies. The research subjects were three students. Data collection techniques use counseling interviews. The research results show that gestalt counseling can increase students' self-awareness. This is proven by the changes in the three subjects after implementing Islamic-based counseling using gestalt theory, namely: being aware of their physical condition, being aware of their abilities, and not depending on other people. The conclusion of this research is that gestalt counseling can increase students' self-awareness.

Keywords: Islamic Counseling, Gestalt Theory, Self-Awareness

Abstrak

Problem yang ada didiri siswa bersemer dari faktor psikis individual (internal), dan faktor eksternal sosial, keluarga dan lingkungan. Mengatasi masalah tersebut konseling dengan pendekatan spiritual juga penggunaan teori *Gestalt* untuk Meningkatkan kesadaran diri Siswa. Masalah dalam penelitian ini adalah kesadaran diri siswa yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kesadaran diri dengan menggunakan konseling gestalt. Metode dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan menggunakan studi kasus. Subjek penelitian sebanyak tiga siswa. Teknik Pengumpulan data menggunakan wawancara konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *gestalt* dapat meningkatkan kesadaran diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan ketiga subjek setelah pelaksanaan konseling berbasis islami dengan teori *gestalt* yaitu: sadar akan keadaan fisiknya, sadar akan kemampuannya, dan tidak bergantung pada orang lain. Simpulan penelitian ini adalah konseling *gestalt* dapat meningkatkan kesadaran diri siswa.

Kata Kunci : Konseling Islam, Teori Gestalt, Kesadaran Diri

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa dimana individu baru melangkah menuju kedewasaan dan sedang mempelajari mana yang benar dan apa yang tidak, belajar mengenali lawan jenis, memahami peranannya dalam kehidupan sosial. Pada saat remaja merupakan persiapan bagi para remaja untuk menghadapi masa dewasanya. Pada saat masa peralihan ini remaja mengalami perkembangan fisik, kognisi, dan soaial. Masa peralihan ini akan berdampak dalam perubahan dalam diri remaja. Perubahan terjadi dalam banyak aspek, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial. Remaja menghadapi persoalan identitas, mereka kurang tahu siapa sebenarnya diri mereka, apa yang mampu dikerjakan, dimana keterbatasan dalam dirinya, kearah mana ia berjalan, dimana tempatnya dalam masyarakat, apa tuntutan masyarakat jika ia berdiri pada suatu tempat tertentu sehingga remaja memikul tugas dan tanggungjawab yang disebut sebagai tugas-tugas perkembangan, antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik dengan pria maupun wanita (Hurlock, 2005: 209).

Remaja biasanya mulai mengalami kebingungan dengan identitas diri mereka menurut teori menyebutnya *Sturn und Drunk, Storm and Stress* yaitu semacam masa badai topan. Remaja mulai mencari tahu status sosialnya, jati dirinya, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Oleh sebab itu, pembentukan kesadaran diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap diri sendiri. Hal ini sama seperti yang di paparkan oleh (Goleman, 2003:513) ia mengatakan dari kesadaran diri yaitu : “kesadaran diri yaitumengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat,dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan dirisendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat”.

Agama sebagai bentuk keyakinan terhadap sesuatu yang bersifat *supernatural* akan menyertai masyarakat dalam ruang dan lingkup kehidupannya, menjadi nilai-nilai bermakna dan memberi dampak bagi kehidupan sehari-hari. Agama dapat berfungsi sebagai motif intrinsik yang berguna, diantaranya untuk terapi mental dan motif ekstrinsik dalam rangka menangkis bahaya negatif arus era global (Arifin, 2000). Dapat disimpulkan dari pendapat di atas kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenali perasaan seseorang mampu untuk mengambil keputusan dengan yakin akan dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan diri yang kuat.

Peserta didik harus mampu untuk mengambil keputusan sendiri, memiliki keinginan bebas untuk menentukan nasib sendiri. Apabila keinginan mereka terarah dengan baik, diharapkan peserta didik dapat memiliki potensi pada dirinya. Pada masa remaja, perubahan sering terjadi biasanya disebabkan oleh kemajuan teknologi, pengaruh lingkungan sekitar atau peserta didik merasa tidak

menjadi diri sendiri, sehingga peserta didik tidak memiliki kesadaran diri. Sedangkan para pendidik dalam membentuk pribadi yang sempurna adalah dengan menumbuhkan kesadaran diri peserta didik yang merupakan konsep diri dari seseorang.

Peserta didik yang memiliki kesadaran diri akan memberikan perhatian pada diri sendiri, perasaannya, nilai, maksud, dan evaluasi dari orang lain. Kesadaran diri membantu peserta didik untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri dan menyadari bahwa tingkah laku dikendalikan oleh pikiran sendiri. Kesadaran diri sebagai konsep diri sangat penting artinya, karena individu dapat memandang dirinya dan dunianya, yang tidak hanya berpengaruh terhadap perilakunya, tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Setiap individu tentu memiliki kesadaran terhadap dirinya sendiri, tetapi terkadang mereka tidak mengetahui apakah kesadaran tersebut positif atau negatif.

Individu yang memiliki kesadaran diri positif akan memiliki dorongan mandiri lebih baik dan dapat mengenal serta memahami dirinya sendiri untuk dapat berperilaku efektif dalam berbagai situasi. Dalam hal ini individu dapat menerima dirinya apa adanya dan mampu melakukan introspeksi diri serta lebih mengenal dirinya. Jika individu tidak memiliki kesadaran diri untuk mengenal dirinya sendiri, maka individu tersebut tentunya tidak memiliki tanggung jawab untuk melaksanakan keputusannya. Individu yang memiliki kesadaran diri negatif tidak akan memiliki kestabilan dan keutuhan diri, serta tidak dapat mengenal dirinya dengan baik.

Menurut Laila dan Meri, (2016) mengatakan bahwa kesadaran diri memiliki beberapa bentuk diantaranya: *Self awareness* subjektif, *Self awareness* objektif, *Self awareness* simbolik, *Recall of knowledge* (mengingat pengetahuan) dan *Self knowledge* (pengetahuan diri). Kualitas kesadaran diri merupakan pengalaman sadar individu mengenai keadaan disini dan saat ini (*her & now*) yang secara efektif menyadari ingatan masa lalu dan mengantisipasi masa depan.

Metode Penelitian

Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif (dalam bentuk studi kasus). Tempat penelitian ini dilakukan di MA Ulin Nuha Lubuklinggau, Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat narasi, dan uraian. Data tersebut berupa informasi secara lisan maupun data dokumen tertulis, dideskripsikan. Verbatim, peneliti membuat narasi wawancara konseling yang dilakukan oleh peneliti dan subjek penelitian yang dianggap perlu untuk dikumpulkan datanya. Narasi wawancara konseling dibuat selama 3 pertemuan selama sesi wawancara konseling berlangsung. Dari narasi wawancara tersebut, diharapkan dapat memberikan data atau informasi mengenai subjek penelitian.

Untuk melihat peningkatan kesadaran diri pada ketiga subjek dapat dilihat dari hasil wawancara konseling yang diperoleh dianalisis dengan mereduksi data dan membuang data yang tidak perlu dengan menggunakan koding.

Tabel 1. Koding Data Penelitian

No	Kode	Keterangan
1	SKD	Sadar Keberadaan Diri
2	SKK	Sadar Kelebihan dan Kekurangan
3	SEDA	Sadar Emosi yang Dirasakan dan Alasan
4	SKPP	Sadar Kaitannya Perasaan dengan Pikiran
5	SJPMK	Sadar Jika Perasaan dapat Mempengaruhi Kinerja
6	KMPT	Kesadaran yang Menjadi Pedoman untuk Target
7	BMMMOL	Berusaha Memecahkan Masalah tanpa Mengharapkan Bantuan Orang Lain
8	ATJB	Adanya Tanggung Jawab untuk Belajar
9	MMK	Mampu Mengambil Keputusan
10	BTPK	Berani Tampil dengan Penuh Keyakinan
11	BMP	Berani Menyuarakan Pandangan
12	TMK	Tegas Membuat Keputusan
13	SBD	Sadar Bakat yang Dimiliki
14	MBP	Mampu Berfikir Positif

Setelah peneliti menggolongkan data kemudian melakukan penyajian data untuk melihat rendahnya kesadaran diri yang dialami ketiga subjek penelitian. Berdasarkan data yang telah diperoleh melalui hasil wawancara konseling, ketiga subjek mengalami peningkatan kesadaran diri.

Hasil dan Pembahasan

Dalam menyelesaikan masalah, sebagian orang membutuhkan tempat berkonsultasi, atau layanan perbantuan yang disebut bimbingan dan konseling (selanjutnya disingkat konseling). Perkembangan teori-teori konseling telah lama ada, mewarnai strategi dan model layanan. Setidaknya berkembang empat teori besar dalam konseling yang cukup mewarnai layanan, yaitu Psikodinamika, behaviorisme, humanisme dan multikultural (Sue dan Sue, 2003). Saat ini dalam layanan konseling semakin dipentingkan kerohanian untuk kesejahteraan dan kesehatan konseli, sehingga, telah berkembang kekuatan konseling, yaitu konseling spiritual atau konseling spiritual teistik (Hayat, 2007).

Menurut Burke dkk (dalam Gladding, 2012), kerohanian dan agama adalah aspek yang signifikan dalam hidup manusia. Saat ini spiritualitas diakui sebagai sebuah faktor penanganan yang penting, yang dapat memengaruhi hubungan, proses atau hasil konseling. Carl Jung, Victor Frankl, Abraham

Maslow dan Rollo May (dalam Gladding, 2012) telah menekankan pentingnya spiritualitas dalam konseling. Spiritualitas merupakan sebuah paham yang kompleks dan multi dimensi, setidaknya mencakup konsep transendensi, aktualisasi diri, tujuan dan maksud hidup, keutuhan, keseimbangan, kesakralan, altruisme dan kesadaran akan kuasa yang lebih tinggi.

Pada penelitian ini konseling islam disandingkan dengan pendekatan *Gelstat*. Pelaksanaan penelitian dengan konseling *gestalt* dalam meningkatkan kesadaran diri siswa dilaksanakan di MA Ulin Nuha Kota Lubuklinggau. Selanjutnya penentuan subjek penelitian dengan melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling dan melaksanakan observasi pada siswa kelas X dan XI. Hasil dari observasi yang dilakukan kepada siswa, dengan jumlah sebanyak 57 siswa diperoleh 3 siswa yang memiliki kesadaran diri yang rendah yaitu JA, FS, dan SH. Ketiga siswa inilah yang akan dijadikan subjek dalam penelitian.

Gambaran permasalahan ketiga subjek dapat diamati sebagai berikut:

- JA adalah sosok pribadi yang kurang percaya diri. Masalah yang di hadapi JA adalah merasa tidak percaya diri ketika dihadapi dengan banyak orang. JA memiliki pengalaman buruk saat menjadi pemimpin upacara, ia gugup dan salah memberikan aba-aba sehingga ia ditertawakan oleh peserta upacara. Sejak saat itu JA takut jika harus menjadi pemimpin upacara atau sekedar maju di depan umum. Berdasarkan data diatas, dapat dilihat JA termasuk anak yang memiliki kesadaran diri yang rendah padahal ia memiliki kemampuan untuk menjadi seorang pemimpin atau berbicara di depan umum.
- FS adalah seorang siswa yang memiliki berat badan 70 kg yang membuatnya sulit untuk melakukan banyak aktivitas di sekolah. Karena hal ini juga membuat FS tidak terlalu aktif di sekolah terlebih untuk kegiatan yang berhubungan dengan fisik. FS pernah memiliki pengalaman yang kurang mengenakan soal keadaan fisiknya. Saat pengambilan nilai olahraga, ia ditertawakan oleh teman-teman sekelasnya karena ia tidak cepat dalam berlari. Sejak saat itu FS merasa fisiknya menjadi penghalang dirinya untuk berkembang padahal disesi wawancara FS termasuk anak yang pandai dan bercakap berbahasa inggris. Berdasarkan data di atas, FS termasuk anak yang memiliki kesadaran diri yang rendah.
- SH adalah sosok pribadi yang ceria namun pemalu. SH merasa memiliki potensi dalam bidang seni yaitu bernyanyi dan bermain musik. Masalah yang dihadapi oleh SH adalah tidak mampu mengambil keputusan sendiri dan selalu bergantung pada orang lain. SH sering kali meminta pendapat kepada orang lain mulai dari hal kecil sampai menyelesaikan masalah yang besarpun ia tidak bisa menyelesaikan sendiri. Seperti memilih warna baju, ia cenderung meminta saran kepada temannya warna yang cocok untuk dipakai olehnya. Berdasarkan data di atas, dapat dilihat SH termasuk anak yang memiliki

kesadaran diri yang rendah.

Maka peneliti akan memberikan layanan konseling individual dengan pendekatan konseling *gestalt* kepada tiga orang siswa sebagai subjek penelitian.

Adapun tahapan dalam konseling *gestalt*, adalah

- 1) Tahap membangun hubungan yaitu menciptakan situasi hangat dan permisif, meyakinkan konseli bahwa ia mampu memecahkan masalahnya dengan kemampuan dirinya dan dapat menceritakan permasalahannya serta menegosiasikan kontrak (perjanjian waktu).
- 2) Tahap mendefinisikan masalah yaitu memperjelas dan mendefinisikan masalah, konseli mampu mengungkapkan perasaannya secara bebas dan terbuka dan konselor menerima perasaan positif dan negatif yang diungkapkan konseli menggunakan teknik permainan dialog serta menentukan sikap yang akan diambil konseli atas penyelesaian masalah kesadaran diri yang rendah.
- 3) Tahap keputusan untuk berbuat yaitu tahap ini konseli sudah mengetahui tindakan yang akan dilakukan, saat ini konseli mulai menurunkan kecemasan yang dialami dan mulai mengaktualisasikan sikap dan tindakan yang ingin diambil untuk pemecahan masalahnya.

Hasil penelitian dalam mengikuti kegiatan konseling. Subjek yang pertama yaitu JA. JA memiliki masalah kesadaran diri yang rendah, hal ini diketahui dari hasil observasi dan wawancara konseling, JA memiliki masalah kesadaran diri yaitu: tidak beranimaju kedepan kelas ketika diminta untuk menjelaskan pelajaran atau ditunjuk untuk menjadi pemimpin saat upacara. Kemudian dilakukan konseling *gestalt* sebanyak tiga kali pertemuan didalam konseling itu juga disampaikan nilai keislaman bahwa setiap manusia itu memiliki kelebihan, terjadi peningkatan kesadaran diri pada subjek JA.

Subjek yang kedua yaitu FS. FS memiliki kesadaran diri yang rendah, hal ini diketahui dari hasil observasi dan wawancara konseling, FS memiliki masalah yaitu : memiliki berat 70 kg sehingga dia sulit untuk melakukan banyak aktivitas. Dengan berat badanya, FS merasa minder karena sering di ejekin oleh teman-temannya. Kemudian setelah dilakukan konseling *Gestalt* sebanyak tiga kali pertemuan dan ditanampak juga nilai-nilai Islam bahwa Allah menciptakan manusia sedemikian rupa pasti ada maksudnya yakinlah kalau setiap diri memiliki kelebihan. Terjadi peningkatan kesadaran diri pada subjek FS.

Subjek yang ketiga yaitu SH. SH memiliki kesadaran diri yang rendah, hal ini diketahui dari hasil observasi dan wawancara konseling, SH memiliki masalah kesadaran diri yaitu : sulit mengambil keputusan sendiri dan bergantung dengan orang lain, dan belum bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa ada sosok yang mendampingi. Kemudian setelah dilakukan konseling *gestalt* sebanyak tiga kali pertemuan dan menyampaikan nilai islam bahwa manusia itu adalah khalifah

atau pemimpin terutama untuk dirinya sendiri. Terjadi peningkatan kesadaran diri pada subjek SH.

Berdasarkan penjelasan di atas, ketiga subjek mengalami kesadaran diri rendah. Hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara konseling setelah dilakukan konseling *gestalt* selama tiga kali pertemuan. Berikut penjelasan peningkatan indikator tentang kesadaran diri dari ketiga subjek sebelum dan sesudah mengikuti proses konseling *gestalt* yang terlihat berdasarkan hasil wawancara konseling. (dapat dilihat pada table 2).

Tabel 2. Hasil Peningkatan Kesadaran Diri Setiap Indikator

Nama	Deskriptor	Sebelum	Sesudah
JA	Berani tampil dengan penuh keyakinan	Tidak mau menjadi ketua ketua kelompok.	Belajar maju ke depan kelas
	berani menyuarakan pandangan	Jarang berinteraksi dengan teman-temannya	Mulai berinteraksi dan mengobrol dengan teman.
	Tegas membuat keputusan	Tidak Mau menjadi pemimpin upacara	Berlatih menjadi petugas upacara
FS	Sadar akan keberadaan dirinya	Malu dengan keadaan fisik.	Bisa menerima keadaan fisik.
	Sadar akan kelebihan dan kekurangan pada dirinya	Jarang berinteraksi dengan teman dan diam saja	Memperdalam belajar bahasa Inggris dan mulai berinteraksi
SH	Sadar akan bakat yang dimiliki	Mengerjakan tugas harus bersama teman.	Berusaha memperbaiki nilai sendiri
	Mampu untuk berfikir positif terhadap diri sendiri	Selalu cerita masalah apapun kepada teman	Tidak semua masalah diceritakan kepada teman.

Dari data yang telah diperoleh peneliti yaitu subjek yang pada awalnya memiliki kesadaran diri yang rendah mengalami perubahan setelah dilakukan konseling islam dengan pendekatan *gestalt* teknik permainan dialog, ketiga subjek mengalami sedikit peningkatan kesadaran diri yaitu sadar akan keadaan fisiknya, sadar akan kemampuannya, dan tidak bergantung pada orang lain. Oleh sebab itu, dapat dikatakan penggunaan konseling *gestalt* teknik permainan dialog dapat meningkatkan kesadaran diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan kesadaran diri siswa. Subyek dalam penelitian ini mengalami peningkatan kesadaran diri setelah diberikan layanan konseling individu dengan konseling *gestalt* teknik permainan dialog sebanyak 3 pertemuan pada masing-masing subjek.

Kesadaran diri siswa dapat ditingkatkan dengan kegiatan konseling *gestalt* karena dalam konseling *gestalt* bertujuan untuk memperoleh kesadaran. Kesadaran itu meliputi pengetahuan tentang lingkungan, pengetahuan tentang pribadi seseorang, menerima seseorang, dan mampu menjalin hubungan. Menurut Corey (2013) “tujuan utama konseling Gestalt adalah membantu klien agar berani menghadapi berbagai macam tantangan maupun kenyataan yang harus dihadapi. Melalui konseling *gestalt* klien memiliki kesanggupan untuk mengarahkan dirinya dan melakukan perubahan pribadi yang konstruktif. Disini konselor mengajak klien untuk mencari sendiri jawaban atas permasalahan yang konseli hadapi. Sehingga konseli akan menyusun persepsi-persepsi baru untuk bersedia menjadi sebuah proses.

Presepsi-presepsi lama yang dimiliki klien yang membuatnya memiliki kesadaran diri rendah dapat diubah dengan membentuk presepsi-presepsi baru untuk sadar akan diri sendiri. Dengan demikian, siswa akan termotivasi untuk mengaktualisasikan presepsi baru yang telah dibentuknya yaitu keinginan-keinginan yang akan dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran dirinya. Menurut Goleman (2003) *self awareness* adalah: “Mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Hal ini sejalan dengan pendapat Agoes Dariyo (2016) Pada prinsipnya, kesadaran diri terkait erat dengan pemahaman dan penerimaan diri. Dengan kesadaran diri, seseorang berupaya untuk mengetahui seluruh aspek hidup yang berhubungan dengan kelebihan maupun kekurangan dalam dirinya.

Setelah melaksanakan konseling JA menunjukkan perubahan kepercayaan dirinya meningkat ditandai dengan mau menjadi ketua kelompok, mengutarakan pendapatnya didalam kelompok, membacakan hasil presentasi di depan kelas, dan menjadi petugas upacara. FS menunjukkan perubahan meningkatnya kesadaran pada kondisi fisiknya sendiri ditandai dengan mulai mengajak ngobrol teman-temannya, mulai bergabung dan bermain dengan teman-temannya, membicarakan masalah ini dengan pacarnya, mau ikut serta kegiatan kelas dan mengembangkan bakatnya di bidang bahasa Inggris. SH menunjukkan perubahan dengan berkurangnya sikap ketergantungan dengan orang lain ditandai dengan tidak meminta saran dan mengambil keputusan sendiri agar nantinya tidak ada penyesalan serta mempersiapkan masuk kuliah.

Melalui dialog yang kontradiktif ini, menurut pandangan Gestalt pada akhirnya klien akan mengarahkan dirinya pada suatu posisi di mana ia berani mengambil resiko. Penerapan permainan dialog ini dapat dilaksanakan dengan menggunakan teknik “kursi kosong”. Namun, dalam pelaksanaan tersebut terdapat kelemahan dan kekuatan selama proses konseling ini berlangsung. Kelemahan

proses konseling *gestalt* teknik permainan dialog yang dilakukan peneliti yaitu peneliti sulit untuk mengajak konseli berperan aktif sehingga pada saat mengklarifikasi dan memberikan dorongan minimal untuk menggali masalah konseli, hal ini kurang tersampaikan dengan baik oleh konseli. Sehingga konseli hanya menjawab dengan singkat dan peneliti kurang mendapatkan informasi tentang masalah konseli.

Kekuatan proses konseling *gestalt* teknik permainan dialog yang dilakukan peneliti yaitu pada saat konseli memberikan tanggapan-tanggapan atas argumennya sendiri, dengan begitu konseli terbuka dengan masalahnya. Sehingga peneliti mendapatkan informasi yang lebih banyak mengenai masalah konseli. Jadi, dapat disimpulkan penggunaan konseling *gestalt* dapat meningkatkan *selfawarenes* siswa dan pelaksanaannya juga sudah sesuai dengan tahap-tahap konseling *gestalt*.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat peningkatan kesadaran diri pada siswa, setelah dilakukan konseling islam dengan pendekatan *gestalt* teknik permainan dialog. Pelaksanaan konseling *gestalt* teknik permainan dialog dapat dikatakan berhasil. Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara konseling dan observasi, adanya perubahan pada ketiga subjek setelah pelaksanaan konseling *gestalt* teknik permainan dialog, yaitu sadar akan keadaan fisiknya, sadar akan kemampuannya, dan tidak bergantung pada orang lain. Sehingga, penggunaan konseling *gestalt* teknik permainan dapat meningkatkan kesadaran diri siswa.

Kepada subjek penelitian agar bisa lebih meningkatkan dan mempertahankan kesadaran diri yang telah terbentuk di dalam diri siswa masing-masing. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat membantu masalah siswa dengan melihat kekhasan dari masalah siswa tersebut dan melakukan konseling *gestalt* teknik permainan sesuai dengan yang dibutuhkan siswa.

Daftar Pustaka

- Corey, G. 2013. *Teori & Praktek Kon- seling & Psikoterapi*. Bandung:PT. Refika Aditama.
- Dariyo, A. 2016. *Peran Self Awareness dan Ego Support terhadap Ke- puasan Hidup Remaja Tionghoa*. Jakarta: Universitas Taru- managara Jakarta. Volume: 2 Nomor 1. Diambil dari <https://journal.unika.ac.id.254274>. Diakses pada tanggal 10 mei 2024.
- Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dana Bakti Prima Yasa, 1997
- Goleman, D. 2003. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Pres- tasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hurlock, E. 2005. *Psikologi Perkem- bangan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka. Volume 2 Nomor 1. Diambil dari [https://www.ejurnal.com/2017/03/hubungan-antara-du-kungan sosial.html](https://www.ejurnal.com/2017/03/hubungan-antara-du-kungan_sosial.html). Diakses pada tanggal 10 mei 2024.
- Larasari, G. 2014. *Kenakalan Remaja Akibat Kelompok Per-temanan Siswa*. Jakarta: Universitas Pendidikan Indonesia. Volume: 1 nomor 2. http://repository.upi.edu/-17347/5/S_SM_0906583_chapter3.pdf. Diakses pada tanggal 10 mei 2024.
- Mappiare, andi. *Kamus Istilah Konseling & Terapi*, Jakarta, Raja grafindo Persada, 2006
- Mubarok, Achmad, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta:Bina Rena Pariwara,2000
- Muhamed S. Baqutayan, An Innovative Islamic Counseling, International Journal of Humanities and Social Science, Vo.1 no 21, December 2011, h.180-182
- Nyoman, I. 2014. *PenerapanKonseling Gestalt dalam TeknikReframing untuk MeningkatkanKesadaran Diri dalam Belajar*.Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja. Vol Volume: 2 Nomor 1. Diambil dari [https://media.neliti.com/media/publications/249692.denganteknik abcetes.pdf](https://media.neliti.com/media/publications/249692.denganteknikabcetes.pdf). Diakses pada tanggal 10 mei 2024.
- Widiyanto, R. 2015. *Mendesripsikan atau MenggambarkanPeristiwa, Perilaku atau Keadaan Tertentu Secara Rinci dan Mendalam Tentang Guru Kelas SebagaiPelaksanaanBimbingan Konseling dalam Penanganan Peserta Didik Slow LearningKelas V-A di SD N Gadingwatu, Menganti Gresik*. Jawa Timur: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Volume: 1 Nomor 1 <http://wwwdigilib.uinsby.ac.id/2605/6/Bab%203.pdf>. Diakses pada tanggal 10 mei 2024.