

LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGATASI EMOSI NEGATIF SISWA TUNANETRA DI MAN MAGUWOHARJO

**Utik Mukaromah
A Said Hasan Basri**

Abstrak

Tulisan ini bermaksud menjabarkan cara atau metode yang dilakukan oleh guru BK dalam mengatasi emosi negatif siswa tunanetra dan mengetahui jenis-jenis emosi negatif siswa tunanetra di MAN Magguwoharjo. Siswa tunanetra cenderung memiliki berbagai masalah yang berhubungan dengan masalah psikologi, pribadi, sosial maupun emosi. Masalah-masalah yang sering muncul dan dihadapi dalam perkembangan emosi anak tunanetra ialah ditampilkannya gejala-gejala emosi yang tidak seimbang atau pola-pola emosi yang negatif dan berlebihan. Dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan upaya-upaya khusus untuk mencegah jangan sampai permasalahan tersebut semakin mendalam. Di sinilah peran guru BK di sekolah sangat dibutuhkan dan diharapkan mampu membina siswa tunanetra dalam mengelola emosinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis-jenis emosi negatif siswa tunanetra dan metode layanan konseling individu yang digunakan oleh guru BK di MAN Maguwoharjo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat jenis-jenis emosi negatif yang dialami oleh siswa tunanetra di MAN Maguwoharjo, yaitu emosi marah, emosi sedih, emosi takut dan emosi benci, sedangkan metode konseling individu yang digunakan adalah metode konseling direktif dan metode konseling eklektif.

Kata kunci: Konseling Individu, Emosi Negatif Siswa Tunanetra.

A. Pendahuluan

Tunanetra sering menunjukkan perilaku atau kepribadian yang negatif, seperti rendah diri, murung, putus asa dan lain-lain. Selain itu, tunanetra juga sering menunjukkan perilaku atau kepribadian yang tidak semestinya, seperti kepribadian atau perilaku stereotip, yaitu menekan-nekan matanya, menggeleng-gelengkan kepalanya, menggerak-gerakan badannya, membuat suara-suara dengan salah satu bagian tubuhnya (jari) dan bahkan ada juga perilaku atau kepribadian yang khas pada tunanetra.¹

¹Rian Ahmad Gumilar, Pendekatan Behavioral Dalam Memberikan Layanan Konseling Pada Anak Yang Mengalami Hambatan Sosial Dan Emosi, *Laporan* (Bandung: Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2013).

Dalam hal ini, guru bimbingan dan konseling diharapkan mampu membina siswa tunanetra dalam mengelola emosinya agar nantinya mereka dapat berkembang dengan penuh percaya diri dan mampu mengelola emosinya dengan baik. Bimbingan dan konseling adalah layanan bantuan untuk siswa yang diberikan oleh guru BK baik secara individu atau pribadi maupun kelompok, yang bertujuan untuk merubah perilaku siswa menjadi lebih baik, mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegah masalah tersebut agar tidak dialami oleh siswa.

Dalam bimbingan dan konseling terdapat jenis-jenis layanan bimbingan dan konseling, beberapa layanan tersebut memiliki fungsi yang berbeda-beda. Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling adalah konseling individu, yaitu layanan yang diberikan oleh guru BK kepada siswa dalam rangka mengentaskan masalah siswa yang dilakukan secara langsung atau bertatap muka. Dalam layanan konseling individu terdapat hubungan yang akrab dan dinamis antara guru BK dengan siswa, dengan hubungan tersebut siswa diarahkan agar dapat membuat keputusan, pemilihan dan rencana yang bijaksana, serta dapat berkembang dan berperan lebih baik dilingkungannya. Konseling membantu siswa agar lebih mengerti dirinya sendiri, mampu mengeksplorasi dan memimpin diri sendiri serta menyelesaikan tugas-tugas kehidupannya.²

Dalam penelitian Umi Aisyah menjelaskan bahwa pelaksanaan strategi layanan bimbingan dan konseling untuk siswa tunanetra di MTs Yaketunis Yogyakarta berjalan dengan baik, salah satu layanan yang diberikan adalah layanan konseling individu, layanan konseling individu dilakukan oleh guru BK untuk menyelesaikan berbagai permasalahan yang dialami oleh siswa tunanetra, dalam penelitian ini juga menjelaskan bahwa salah satu tujuan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling individu adalah membantu siswa tunanetra dalam memecahkan berbagai masalah pribadi-sosial yang meliputi pengembangan konsep diri positif dan pengembangan keterampilan sosial.³

MAN Maguwoharjo adalah salah satu sekolah inklusi yang ada di Yogyakarta, saat ini terdapat beberapa siswa berkebutuhan khusus sekolah di MAN Maguwoharjo diantaranya enam siswa tunanetra dan dua siswa tunadaksa, dari keenam siswa tunanetra ini ada

²Mochamad Nursalim, *Bimbingan dan Konseling Pribadi dan Sosial*, (Yogyakarta: Ladang Kata, tt), hlm. 54-55.

³Umi aisyah, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Siswa Tunanetra MTs Yaketunis Yogyakarta*, *Tesis* (Yogyakarta: Pasca Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014).

beberapa siswa yang mempunyai emosi negatif. Dalam penelitian ini fokus penelitiannya adalah layanan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK dalam mengatasi emosi negatif siswa tunanetra, akibat emosionalnya tersebut mereka tidak mempunyai banyak teman di sekolah, prestasi belajar menurun dan cenderung menyendiri.

Pada hasil observasi awal, dari enam siswa tunanetra yang ada di MAN Maguwoharjo, dua diantaranya memiliki emosi negatif, dua siswa ini suka menyendiri, prestasi belajar menurun, dan kurang bersosialisasi dengan teman-temannya, bahkan ada pula yang sering berantem dengan temannya karena kurang bisa mengendalikan emosinya.

B. Pengertian Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh pembimbing (konselor) terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli. Konseling perorangan berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan konseli (siswa) yang membahas berbagai masalah yang dialami konseli.⁴ Layanan konseling individu adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh konselor atau guru BK dalam rangka membantu konseli atau siswa yang memerlukan bantuan dalam menyelesaikan masalah, layanan konseling individu dilakukan secara langsung atau tatap muka. Dalam hal ini layanan konseling individu dilakukan oleh guru BK MAN Maguwoharjo dalam mengatasi emosi negatif siswa tunanetra.

C. Metode Layanan Konseling Individu

Layanan konseling individu mempunyai beberapa metode yang bisa digunakan untuk menyelesaikan masalah yang dilakukan oleh konselor terhadap konseli. Dalam metode konseling individu, setidaknya ada tiga cara konseling yang biasa dilakukan, yaitu:⁵

a. Konseling Direktif (*Directive Counseling*)

Konseling yang menggunakan metode ini, dalam prosesnya yang aktif atau paling berperan adalah konselor. Dalam praktiknya konselor berusaha mengarahkan konseli

⁴Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), hlm.157-158.

⁵*Ibid.*, hlm. 297-301.

sesuai dengan masalahnya. Selain itu konselor juga memberikan saran, anjuran dan nasihat kepada konseli.

b. *Konseling Nondirektif (Non-Directive Counseling)*

Dalam praktik konseling nondirektif, konselor hanya menampung pembicaraan. Konseli bebas berbicara sedangkan konselor menampung dan mengarahkan. Metode ini tentu sulit diterapkan untuk siswa yang berkepribadian tertutup, karena siswa yang berkepribadian tertutup biasanya pendiam dan sulit untuk diajak berbicara. Cara ini juga belum bisa diterapkan secara efektif untuk murid Sekolah Dasar dan dalam keadaan tertentu siswa SMP. Metode ini bisa diterapkan secara efektif untuk siswa tingkatan SMA dan mahasiswa di Perguruan Tinggi.

c. *Konseling Eklektif (Eclective Counseling)*

Siswa di sekolah memiliki tipe-tipe kepribadian yang tidak sama. Oleh sebab itu, tidak mungkin diterapkan metode konseling direktif saja atau nondirektif saja. Agar konseling berhasil secara efektif dan efisien, tentu harus melihat siswa yang dibantu atau dibimbing dan melihat masalah yang dihadapi siswa dan melihat situasi konseling. Apabila terhadap siswa tertentu tidak bisa diterapkan metode direktif maka mungkin bisa diterapkan metode nondirektif, atau penggabungan metode tersebut yang disebut dengan metode eklektif. Penerapan metode dalam konseling ini adalah dalam keadaan tertentu konselor menasehati dan mengarahkan konseli (siswa) sesuai dengan masalahnya, dan dalam keadaan yang lain konselor memberikan kebebasan kepada konseli untuk berbicara sedangkan konselor mengarahkan saja.

D. Jenis-Jenis Emosi Dasar Manusia

Emosi sebagai suatu kondisi kesadaran yang kompleks, di dalam emosi terdapat berbagai jenis emosi, ada yang positif dan negatif. Emosi positif dan emosi negatif diantaranya sebagai berikut :

a. *Emosi Senang*

Emosi senang atau bahagia umumnya diidentifikasi sebagai segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidupnya. Perasaan senang yang meliputi cinta, puas,

gembira, dan bahagia adalah kondisi-kondisi yang senantiasa didambakan oleh manusia.⁶ Emosi senang diperlihatkan oleh air muka yang berseri-seri yang dapat diamati oleh orang lain yang melihatnya.

b. Emosi Marah

Marah adalah emosi yang paling populer dalam percakapan sehari-hari. Banyak perilaku yang menyertai emosi marah, mulai dari tindakan diam atau menarik diri, hingga tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam nyawa orang lain. Pemicunya juga sangat beragam, dari hal-hal yang sangat remeh hingga yang memberatkan.⁷ Pada umumnya emosi marah pada manusia dikenali melalui perubahan raut muka, nada suara yang berat, anggota badan bergetar, atau sedia menyerang.

c. Emosi Sedih

Selain diliputi perasaan senang dan marah, manusia juga dirundung kesedihan. Banyak hal yang bisa membuat orang bersedih, kegagalan, kesulitan, kecelakaan, kematian dan sebagainya. Dalam Al-Quran diperjelas model-model ekspresi emosi sedih yang diperankan oleh manusia. Pertama, ekspresi emosi sedih dengan cucuran air mata yang memancarkan perasaan yang dialaminya. Kedua, tangis yang dibuat-buat untuk membuat kesan kesedihan (sandiwara). Ketiga, ekspresi sedih dalam bentuk perilaku menarik diri disertai mata yang berkaca-kaca.⁸

d. Emosi Takut

Emosi takut dalam penuturan Al-Quran memiliki skala yang cukup luas, tidak terbatas pada ketakutan di dunia, semisal ketakutan pada kelaparan, kehilangan jiwa dan harta, bencana alam, kematian dan sebagainya, tapi juga ketakutan pada kesengsaraan di akhirat. Hal ini menjadi pembeda yang tegas antara orang beriman yang percaya dengan kehidupan di akhirat dengan yang tidak.⁹

e. Emosi Benci

Emosi kebencian dan ketidak senangan manusia sebagaimana tergambar dalam Al-Quran, umumnya mengarah pada kebencian terhadap kebenaran yang datang dari Allah

⁶*Ibid.*, hlm. 137.

⁷*Ibid.*, hlm. 162.

⁸*Ibid.*, hlm. 179-181.

⁹*Ibid.*, hlm. 192.

berupa wahyu itu sendiri. Hal ini menunjukkan betapa pendekatan Al-Quran cenderung menggunakan pendekatan *reward* atau ganjaran dari pada *punishment* atau hukuman.¹⁰

f. Emosi Heran dan Kaget

Emosi heran dan kaget berada pada garis kontinum yang sama, heran berawal dari terjadinya sesuatu di luar apa yang dibayangkan, sedangkan kaget bermula dari sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba. Intensitas emosi pada kaget lebih dalam dibanding emosi pada peristiwa heran. Akibatnya fisiologis pada emosi kaget juga lebih tinggi, seperti denyut jantung yang lebih cepat, pernapasan yang berat, dan sebagainya. Di dalam Al-Quran ekspresi heran dan kaget muncul dalam sejumlah ayat sebagai fenomena yang sering menggelayuti kehidupan manusia. Bahasa yang sering dipakai Al-Quran adalah 'takjub' yang sudah dikonversikan ke dalam bahasa Indonesia.¹¹

E. Hasil dan Pembahasan

Dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi selama di lapangan didapatkan beberapa informasi mengenai jenis-jenis emosi negatif siswa tunanetra dan metode ataupun cara yang digunakan guru BK dalam mengatasi emosi negatif siswa tunanetra di MAN Maguwoharjo.

1. Jenis-Jenis Emosi Negatif Siswa Tunanetra di MAN Maguwoharjo

a. Emosi marah

Banyak perilaku yang menyertai emosi marah, mulai dari tindakan diam atau menarik diri, hingga tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam nyawa orang lain. Pemicunya juga sangat beragam, mulai dari hal-hal yang sangat remeh hingga yang memberatkan. Emosi marah biasanya lebih mudah timbul dibanding dengan emosi yang lainnya. Penyebab timbulnya emosi marah umumnya terjadi apabila mereka direndahkan, dipermalukan, dihina, dipojokkan dihadapan teman-temannya. Kadang-kadang pada usia remaja seperti ini mereka melakukan tindakan kekerasan dalam melampiaskan emosi marahnya.

Dalam hal ini emosi marah sangat terlihat pada siswa S yang agresif dan mudah tersinggung, mudah marah dan kurang bisa mengendalikan emosinya. Siswa S sering

¹⁰*Ibid.*, hlm. 207.

¹¹*Ibid.*, hlm. 214.

berantem akibat dibuat marah oleh teman-temannya. Siswa S sudah mencoba untuk tidak menanggapi kejahilan teman-temannya yang membuatnya marah, tetapi sampai saat ini siswa S lebih sering untuk tidak bisa menahan emosinya, siswa S sangat mudah terpancing dengan kejahilan dan kenakalan teman-temannya, karena sikap S yang mudah marah ini. Akibatnya siswa S tidak memiliki banyak teman dan prestasi belajar menurun.

b. Emosi Sedih

Dalam Al-Quran diperjelas model-model ekspresi emosi sedih yang diperankan oleh manusia. Pertama, ekspresi emosi sedih dengan cucuran air mata yang memancarkan perasaan yang dialaminya. Kedua, tangis yang dibuat-buat untuk membuat kesan kesedihan (sandiwara). Ketiga, ekspresi sedih dalam bentuk perilaku menarik diri disertai mata yang berkaca-kaca. Kesedihan siswa A akan perceraian orang tuannya membuatnya jadi murung dan jengkel ketika mengingatnya, siswa A tidak menginginkan perceraian itu terjadi namun keinginan tidak sesuai kenyataan, walaupun demikian seiring bertambahnya umur, siswa A sudah mulai bisa menerima perceraian tersebut, sebisa mungkin siswa A akan mengalihkan pikiran yang membuatnya marah.

c. Emosi Takut

Jenis emosi lain yang sering muncul pada diri remaja adalah emosi takut, ketakutan tersebut menyangkut dengan ujian yang akan diikuti, turunnya prestasi belajar, kondisi keluarga yang kurang harmonis, memikirkan kondisi fisik yang tidak diharapkan. Remaja berada pada periode yang banyak mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan khususnya yang menyangkut dengan penyesuaian diri terhadap tuntutan lingkungan, dalam hal ini lingkungan sekolah. Hal ini yang dirasakan oleh siswa A ketika awal masuk sekolah di MAN Maguwoharjo ini, siswa A merasa takut dan minder untuk berhubungan dengan teman-teman karena perbedaannya tersebut, tapi seiring berjalannya waktu siswa A sudah bisa nyaman dengan teman-temannya terutama dengan teman sekelasnya. Selain masalah dengan penyesuaian diri, perceraian orang tua membuatnya menjadi malas belajar sehingga prestasi belajar siswa A menurun, dan tingkat emosinya kurang stabil apabila siswa A sedang kesepian dan teringat akan perceraian orang tuanya.

d. Emosi Benci

Emosi kebencian dan ketidaksenangan manusia sebagaimana tergambar dalam Al-Quran, umumnya mengarah pada kebencian terhadap kebenaran yang datang dari Allah berupa wahyu itu sendiri.

Emosi benci dirasakan oleh siswa S, yang benci terhadap teman-temannya yang sering membuatnya marah dan tersinggung sehingga sering dipanggil ke ruang BK karena berantem. Selain itu emosi benci juga dirasakan oleh siswa A yang benci terhadap perceraian orang tua yang telah membuatnya menjadi susah mengontrol emosi dan prestasi belajar menurun.

2. Metode Layanan Konseling Individu dalam Mengatasi Emosi negatif Siswa Tunanetra di MAN Maguwoharjo

Dalam penelitian ini ada dua siswa tunanetra yang menjadi subyek penelitian yaitu siswa A dan siswa S dan masing-masing siswa ini mempunyai perbedaan, jadi dalam penanganannya menggunakan layanan konseling individupun juga berbeda.

Dua siswa tunanetra ini masing-masing diampu oleh guru bimbingan dan konseling yang berbeda, yang bertanggung jawab atas siswa A adalah Bapak Ruba'i, sedangkan yang bertanggung jawab terhadap siswa S adalah Ibu Dani, dan masing-masing guru BK mempunyai cara yang berbeda-beda dalam melakukan proses layanan khususnya layanan konseling individu.

Layanan konseling individu yang digunakan oleh Bu dani terhadap siswa S yaitu dengan menggunakan metode eklektif, yaitu dalam keadaan tertentu konselor menasehati dan mengarahkan konseli (siswa) sesuai dengan masalahnya, dan dalam keadaan yang lain konselor memberikan kebebasan kepada konseli atau siswa untuk berbicara sedangkan konselor mengarahkan saja.

Pemberian layanan konseling individu yang diberikan untuk siswa S dan siswa A sangat berbeda, perbedaan ini terlihat dari karakteristik siswa A yang jauh lebih mudah untuk diatur dibandingkan siswa S. Pada mulanya Pak Ruba'i memanggil siswa A ke ruang bimbingan dan konseling karena penurunan nilai mata pelajaran dan sikapnya yang pendiam, namun ternyata penyebabnya adalah perceraian orang tuannya, perceraian tersebut membuat siswa A menjadi malas belajar sehingga mengalami penurunan dalam nilai mata pelajarannya.

Siswa A adalah siswa yang pendiam dan susah untuk terbuka, sehingga dalam proses konseling Pak Ruba'i yang harus aktif bertanya terhadap siswa A, dengan kondisi siswa A yang pendiam seperti itu, maka metode layanan konseling individu yang digunakan oleh Pak Ruba'i adalah metode direktif, yaitu konseling yang menggunakan metode ini, dalam prosesnya yang aktif atau paling berperan adalah konselor atau dalam hal ini Pak Ruba'i. Dalam praktiknya konselor berusaha mengarahkan siswa sesuai dengan masalahnya. Selain itu konselor juga memberikan saran, anjuran dan nasihat kepada konseli.

Dengan menggunakan metode direktif, Pak Ruba'i memberikan beberapa pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup untuk menggali informasi dari siswa A. Pada kesempatan ini guru BK memberikan beberapa arahan dan nasihat terkait dengan pengendalian emosi yang dialaminya, salah satunya yaitu dengan mengalihkan ke hal yang positif atau bisa melakukan kegiatan yang A sukai.

F. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Jenis-jenis emosi negatif siswa tunanetra di MAN Maguwoharjo yaitu emosi marah, emosi sedih, emosi takut dan emosi benci,
2. Metode layanan konseling individu yang digunakan oleh guru BK yaitu menyesuaikan masalah dan karakteristik siswa, dalam penelitian ini penyelesaian masalah terkait dengan emosi negatif siswa tunanetra yaitu menggunakan metode direktif dan eklektif.

G. Daftar Referensi

- Nursalim, Mochamad, *Bimbingan dan Konseling Pribadi dan Sosial*, Yogyakarta: Ladang Kata.
- Rian Ahmad Gumilar dengan judul "Pendekatan Behavioral Dalam Memberikan Layanan Konseling Pada Anak Yang Mengalami Hambatan Sosial Dan Emosi" *Laporan Bandung* : Jurusan Pendidikan Luar Biasa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, 2013.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013.

Umi Aisyah dengan judul “Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Siswa Tunanetra MTs Yaketunis Yogyakarta” *Tesis* Yogyakarta: Pasca Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014.

Utik Mukaromah adalah alumni terbaik Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, yang telah berhasil menyelesaikan skripsinya di bawah bimbingan A. Said Hasan Basri, S. Psi., M.Si dengan predikat sangat memuaskan. Pada saat kuliah, penulis termasuk mahasiswa yang aktif dan kreatif.