

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kebutuhan akan bimbingan dan konseling sangat diperlukan individu. Karena individu merupakan pribadi yang unik yang sedang berkembang kearah kematangan. Dampak modernisasi pun menjadi salah satu latar belakang perlunya bimbingan dan konseling, karena dampak dari modernisasi itu yang dapat memunculkan problema sosial dan pribadi. Dalam masalah sosial, salah satu masalah yang muncul adalah berkaitan dengan keluarga. Individu merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari keluarga. Masalah keluarga itu salah satunya dapat dibantu dengan konseling keluarga. Dalam melakukan konseling keluarga diperlukan beberapa teori konseling yang dapat menunjang pelaksanaan konseling, salah satunya yang dibahas dalam makalah ini yaitu logoterapi yang merupakan salah satu bentuk psikoterapi eksistensial yang didasarkan atas analisis arti dari eksistensi seseorang. Pendekatan eksistensial berkembang sebagai reaksi atas dua model utama yang lain, psikoanalisis dan behaviorisme.

Pendekatan logoterapi sangat menekankan pada menemukan makna dari penderitaannya dan juga makna mengenai kehidupan dan cinta. Oleh karena itu, dalam penerapan logoterapi dalam konseling keluarga pun ditujukan untuk mencapai tujuan tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam makalah ini adalah:

1. Bagaimana konsep logoterapi?
2. Apa tujuan konseling logoterapi?
3. Bagaimana hakikat manusia dalam logoterapi?
4. Bagaimana pandangan logoterapi terhadap masalah?
5. Bagaimana hubungan konselor dan konseli dalam logoterapi?
6. Apa tahapan-tahapan konseling logoterapi?

7. Apa saja teknik-teknik konseling logoterapi?
8. Bagaimana konsep-konsep logoterapi dalam konseling keluarga?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan umum penulisan laporan ini yaitu mengkaji bimbingan dan konseling keluarga berbasis logoterapi. Secara khusus, tujuan penulisan laporan ini sebagai berikut:

1. Mengkaji konsep logoterapi,
2. Membahas tujuan konseling logoterapi,
3. Mengkaji hakikat manusia dalam logoterapi,
4. Membahas pandangan logoterapi terhadap masalah,
5. Mengkaji hubungan konselor dan konseli dalam logoterapi,
6. Mengkaji tahapan-tahapan konseling logoterapi,
7. Mengkaji teknik-teknik konseling logoterapi,
8. Menerapkan konsep-konsep logoterapi dalam konseling keluarga.

D. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika laporan terdiri atas empat bab, yaitu Bab I Pendahuluan terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penulisan dan sistematika penulisan. Bab II bimbingan dan konseling keluarga berbasis logoterapi membahas konsep logoterapi, tujuan konseling logoterapi, pandangan logoterapi terhadap masalah, hakikat manusia dalam logoterapi, hubungan konselor dan konseli dalam logoterapi, tahapan-tahapan konseling logoterapi, teknik-teknik konseling logoterapi, konsep-konsep logoterapi dalam konseling keluarga. Bab III membahas simulasi konseling keluarga yang berbasis pendekatan logoterapi. Sedangkan Bab IV kesimpulan.

BAB II

BIMBINGAN DAN KONSELING KELUARGA BERBASIS LOGOTERAPI

A. Konsep Logoterapi

Logoterapi berasal dari kata logos (Yunani), yang dapat diartikan sebagai arti dan semangat. Manusia butuh untuk mencari arti kehidupan mereka dan logoterapi membantu kliennya dalam pencarian. Logoterapi terkadang disebut aliran ketiga dalam terapi psikis, aliran yang lainnya adalah analisis kejiwaan (Freud) dan psikologi individual (Adler). Mereka berbeda dalam analisis kejiwaan yang fokus pada tekad kesenangan, psikologi individual fokus pada tekad kekuatan dan logoterapi fokus pada tekad makna.

Hidup itu singkat dan penuh potensi serta kemungkinan-kemungkinan. Hal yang terpenting bukan karakter, insting, inisiatif kita, tetapi bagaimana kita bersikap terhadap hal-hal tersebut. Kita bebas membentuk karakter kita dan bertanggung jawab juga terhadap apa yang kita buat untuk diri kita sendiri. Ada tiga fungsi manusia secara jelas: hati nurani, refleksi contoh, dan kapasitas untuk membuat diri sendiri sebagai objek.

1. Kesadaran dan Ketidaksadaran

Dalam pencarian makna melibatkan kesadaran dan ketidaksadaran. Logoterapi fokus terhadap kehidupan spiritual kita karena pada dasarnya kita makhluk spiritual. Kata spiritual disini bukan kata pada makna keagamaan. Fenomena spiritual kita dapat sadar atau tidak.

a. Ketidaksadaran Spiritual

Dasar kehidupan manusia akhirnya adalah tidak sadar. ada perbedaan diantara ketidaksadaran spiritual dan instingtual. Freud menganggap ketidaksadaran sebagai insting yang tertindas, kejiwaan yang dalam mengikuti klien pada dalamnya jiwa mereka daripada fokus terhadap jasmani yang tertindas. ada kesulitan pada diri yang dasarnya tidak terefleksikan: 'Hidup berada pada aksi bukan refleksi' Frankl.

b. Ketidaksadaran Keagamaan

Ketika impian dianalisis, keagamaan yang tidak sadar dan tertindas, tidak tertutupi. Ketidaksadaran keagamaan ada pada ketidaksadaran spiritual. Menurut Jung, ketidaksadaran keagamaan datang dari penyimpanan impersonal dari bayangan manusia. Frank mengatakan sebagai perbandingan bahwa hal tersebut berasal dari pusat kepribadian dari setiap manusia. Eksistensial dari keagamaan harus spontan, dan ketika harus asli, harus diungkapkan pada langkah sendiri. Frank (1975, hal. 70): 'sekali malaikat tertindas, ia akan berubah menjadi setan'.

2. Hati Nurani

Hati nurani memiliki keaslian dalam ketidaksadaran spiritual dan dibandingkan secara individual dengan insting. Hati nurani dideskripsikan sebagai 'insting etika' dan memiliki kualitas luar biasa.

3. Makna

Menurut Frank (1955, hal.85) kita tidak akan pernah menghindar dari tugas memilih diantara kemungkinan-kemungkinan. Banyak orang mengabaikan masa lalu mereka sebagai sumber makna di kehidupan mereka, padahal mengidentifikasi sumber makna di masa lalu dapat memberi makna di masa sekarang. Makna hidup itu harus dicari oleh manusia. Di dalam makna tersebut tersimpan nilai-nilai yaitu : (1) nilai kreatif, (2) nilai pengalaman, dan (3) nilai sikap. Dengan dorongan untuk mengisi nilai-nilai itu maka kehidupan akan lebih bermakna. Makna hidup yang diperoleh manusia akan meringankan beban atau gangguan kejiwaan yang dialaminya.

1. Asas Logoterapi

Pada hakikatnya merupakan inti dari setiap perjuangan hidup, yakni mengusahakan agar kehidupan senantiasa berguna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat dan agama. Asas utama logoterapi yaitu:

- 1) Hidup itu tetap memiliki makna dalam setiap situasi. Makna adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberi nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Jika makna hidup

berhasil ditemukan dan dipenuhi maka akan menyebabkan kehidupan berarti dan akan mendapatkan kebahagiaan sebagai ganjarannya.

- 2) Setiap manusia memiliki kebebasan yang hamper tidak terbatas untuk menemukan sendiri makna hidupnya. Makna hidup dan sumber-sumbernya dapat ditemukan dalam kehidupan itu sendiri khususnya pada pekerjaan yang dilakukan dan dalam keyakinan terhadap harapan dan kebenaran serta penghayatan atas keindahan, iman, dan cinta kasih.
- 3) Setiap manusia memiliki kemampuan untuk mengambil sikap terhadap penderitaan dan peristiwa tragis yang dihadapi setelah upaya mengatasinya telah dilakukan secara optimal namun tidak berhasil. Maksudnya, jika kita tidak mungkin mengubah suatu keadaan sebaiknya kita mengubah sikap kita atas keadaan itu agar kita tidak terhanyut secara negatif oleh keadaan itu.

Ketiga asas tersebut tercakup dalam ajaran logoterapi mengenai eksistensi dan makna hidup, sebagai berikut:

- 1) Dalam setiap keadaan termasuk dalam penderitaan sekalipun hidup ini selalu memberi/mempunyai makna.
- 2) Kehendak untuk hidup bermakna merupakan motivasi utama setiap orang.
- 3) Dalam batas-batas tertentu manusia memiliki kebebasan dan tanggung jawab pribadi untuk mamilih, menentukan, dan memenuhi makna dan tujuan hidupnya.
- 4) Hidup yang bermakna diperoleh dengan jalan merealisasikan tiga nilai kehidupan (nilai-nilai kreatif/creative values, nilai-nilai penghayatan/experiential values, dan nilai-nilai bersikap/attitudinal values)

2. Sumber-sumber Makna Hidup

Selama kita mampu melihat hikmah di setiap keadaan maka makna hidup mungkin saja dapat ditemukan dalam keadaan penderitaan. Dalam kehidupan ini terdapat beberapa bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang dapat menemukan makna hidupnya aabila nilai-nilai tersebut dipenuhi.

Creative values seperti berkarya, bekerja, serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaiknya dengan penuh tanggung jawab. Melalui karya dan kerja kita dapat menemukan makna hidup dan menghayati kehidupan secara bermakna. Namun, pekerjaan hanyalah sarana yang memberikan kesempatan untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup, sehingga makna hidup tidak terletak pada pekerjaan tetapi lebih tergantung pada individu yang bersangkutan.

Experiential values yakni keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, keindahan, keimanan, serta cinta kasih.

Attitudinal values yakni menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran, dan kebenaran segala bentuk penderitaan. Dalam hal ini yang diubah bukan keadaannya tetapi sikap yang diambil dalam menghadapi keadaan itu.

Hopefull values, harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari. Meskipun harapan belum tentu menjadi kenyataan namun dapat memberikan sebuah peluang dan solusi serta tujuan baru yang menjanjikan dan dapat menimbulkan semangat dan optimisme.

B. Tujuan Konseling

Logo therapy bertujuan agar dalam masalah yang dihadapi klien dia bisa menemukan makna dari penderitaan dan kehidupan serta cinta. Dengan penemuan itu klien akan dapat membantu dirinya sehingga bebas dari masalah tersebut. Ada pun tujuan dari logoterapi adalah agar setiap pribadi:

- 1) Memahami adanya potensi dan sumber daya rohaniyah yang secara universal ada pada setiap orang terlepas dari ras, keyakinan dan agama yang dianutnya;
- 2) Menyadari bahwa sumber-sumber dan potensi itu sering ditekan, terhambat dan diabaikan bahkan terlupakan;
- 3) Memanfaatkan daya-daya tersebut untuk bangkit kembali dari penderitaan untuk mampu tegak kokoh menghadapi berbagai kendala, dan secara sadar mengembangkan diri untuk meraih kualitas hidup yang lebih bermakna.

C. Hakikat Manusia dalam Logoterapi

Berikut ini merupakan beberapa pandangan logoterapi terhadap manusia :

- 1) Menurut Frankl manusia merupakan kesatuan utuh dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual. *Unitas bio-psiko-spiritual*.
- 2) Frankl menyatakan bahwa manusia memiliki dimensi spiritual yang terintegrasi dengan dimensi ragawai dan kejiwaan. Perlu dipahami bahwa sebutan "*spirituality*" dalam logoterapi tidak mengandung konotasi keagamaan karena dimensi ini dimiliki manusia tanpa memandang ras, ideology, agama dan keyakinannya. Oleh karena itulah Frankl menggunakan istilah *noetic* sebagai padanan dari *spirituality*, supaya tidak disalahpahami sebagai konsep agama.
- 3) Dengan adanya dimensi *noetic* ini manusia mampu melakukan *self-detachment*, yakni dengan sadar mengambil jarak terhadap dirinya serta mampu meninjau dan menilai dirinya sendiri.
- 4) Manusia adalah makhluk yang terbuka terhadap dunia luar serta senantiasa berinteraksi dengan sesama manusia dalam lingkungan sosial-budaya serta mampu mengolah lingkungan fisik di sekitarnya.

Dengan demikian, dalam pandangan logoterapi manusia adalah istimewa yang memiliki berbagai kemampuan dan daya-daya istimewa pula. Sadar diri, kemampuan mengambil jarak dan transendensi diri menunjukkan kemampuan manusia untuk melampaui dimensi ragawi (antara lain bawaan dan insting) dan pengaruh lingkungan serta mampu mengarahkan diri kepada hal-hal diluar dirinya seperti makna hidup dan orang-orang yang dikasihinya. Manusia pun menemukan makna hidup melalui apa yang diberikan kepada lingkungan, apa yang diambilnya dari lingkungan (menghayati keindahan dan cinta kasih), serta sikap tepat atas kondisi tragis yang tak dapat dihindari (misalnya kematian).

D. Pandangan Logoterapi Terhadap Masalah

Dalam ilmu psikologi Eksistensial, masalah makna hidup banyak dibahas. Salah seorang tokohnya yang banyak membahas masalah makna hidup adalah Victor Frankl seorang psikiater dari Austria dengan teorinya yang disebut

logoterapi. Menurut Frankl pada dasarnya manusia selalu menginginkan hidupnya selalu bermakna. Hidup yang tidak berarti membuat orang mengalami kehampaan eksistensial dan selanjutnya akan menimbulkan frustrasi eksistensial (frustrasi karena tidak bisa memenuhi keinginannya kepada makna).

Konseling logoterapi merupakan konseling untuk membantu individu mengatasi masalah ketidakjelasan makna dan tujuan hidup, yang sering menimbulkan kehampaan dan hilangnya gairah hidup.. Dalam logoterapi masalah adalah ujian hidup yang menurut Frankl harus dihadapi dengan keberanian dan kesabaran. Yakni keberanian untuk membiarkan masalah ini untuk sementara waktu tak terpecahkan, dan kesabaran untuk tidak menyerah dan mengupayakan penyelesaian.

Logoterapi dapat digambarkan sebagai corak psikologi yang mengakui adanya dimensi kerohanian pada manusia di samping dimensi ragawi dan kejiwaan, serta beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning of life*) dan hasrat untuk hidup bermakna (*the will of meaning*) merupakan motivasi utama manusia guna meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaningful life*) yang didambakannya.

Hidup akan memiliki makna dalam setiap situasi selama kita mampu mengambil hikmah, bahkan dalam penderitaan dan kepedihan sekalipun. Makna adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk mengambil sikap terhadap peristiwa tragis yang tidak dapat dielakkan lagi yang menimpa dirinya sendiri dan lingkungan sekitar (penderitaan dan kepedihan).

Makna hidup setiap manusia dapat ditentukan sendiri olehnya, karena manusia memiliki kebebasan - *yang hampir tidak terbatas* -. Dari kebebasannya manusia dapat memilih makna atas setiap peristiwa yang terjadi dalam diri, apakah itu makna positif ataupun makna yang negatif. Dan makna positif ini lah yang dimaksud dengan hidup *bermakna*.

E. Hubungan Konselor dan Konseli dalam Logoterapi

Dalam logoterapi, konseli mampu mengalami secara subjektif persepsi-persepsi tentang dunianya. Dia harus aktif dalam proses terapeutik, sebab dia harus memutuskan ketakutan-ketakutan, perasaan-perasaan berdosa dan kecemasan-kecemasan apa yang akan dieksplorasi. Memutuskan untuk menjalani terapi saja sering merupakan tindakan yang menakutkan. Konseli dalam terapi ini, terlibat dalam pembukaan pintu diri sendiri. Pengalaman sering menakutkan atau menyenangkan dan mendepresikan atau gabungan dari semua perasaan tersebut. Dengan membuka pintu yang tertutup, konseli mampu melonggarkan belenggu deterministic yang telah menyebabkan dia terpenjara secara psikologis. Lambat laun konseli mulai sadar, apa dia tadinya dan siapa dia sekarang serta klien lebih mampu menetapkan masa depan macam apa yang diinginkannya. Melalui proses terapi, konseli bisa mengeksplorasi alternative-alternatif guna membuat pandangan-pandangan menjadi nyata.

Menurut Frankl (1959), pencarian makna dalam hidup adalah salah satu ciri manusia. Dalam pandangan para eksistensialis, tugas utama konselor adalah mengeksplorasi persoalan-persoalan yang berkaitan dengan ketidakberdayaan, keputusan, ketidakbermaknaan, dan kekosongan eksistensial. Tugas proses terapeutik adalah menghadapi masalah ketidakbermaknaan dan membantu Konseli dalam membuat makna dari dunia yang kacau.

Frankl menandakan bahwa fungsi Konselor bukanlah menyampaikan kepada Konseli apa makna hidup yang harus diciptakannya, melainkan mengungkapkan bahwa Konseli bisa menemukan makna, bahkan juga dari penderitaan, karena penderitaan manusia bisa diubah menjadi prestasi melalui sikap yang diambilnya dalam menghadapi penderitaan itu.

Buhler dan Allen (1972) sepakat bahwa psikoterapi difokuskan pada pendekatan terhadap hubungan manusia alih-alih sistem teknik. Para ahli psikologi humanistik memiliki orientasi bersama yang mencakup hal-hal berikut :

1. Mengakui pentingnya pendekatan dari pribadi ke konselor
2. Menyadari peran dari tanggung jawab Konselor
3. Mengakui sifat timbal balik dari hubungan terapeutik

4. Berorientasi pada pertumbuhan
5. Menekankan keharusan Konselor terlibat dengan Konseli sebagai suatu pribadi yang menyeluruh
6. Mengakui bahwa putusan-putusan dan pilihan-pilihan akhir terletak di tangan Konseli
7. Memandang Konselor sebagai model, dalam arti bahwa Konselor dengan gaya hidup dan pandangan humanistiknya tentang manusia bisa secara implisit menunjukkan potensi Konseli bagi tindakan kreatif dan positif
8. mengakui kebebasan Konseli untuk mengungkapkan pandangan dan untuk mengembangkan tujuan-tujuan dan nilainya sendiri
9. bekerja ke arah mengurangi ketergantungan Konseli serta meningkatkan kebebasan Konseli

May (1961) memandang tugas Konselor diantaranya adalah membantu Konseli agar menyadari keberadaannya dalam dunia : “ini adalah ketika pasien melihat dirinya sebagai orang yang terancam, yang hadir di dunia yang mengancam dan sebagai subjek yang memiliki dunia”.

Frankl (1959) menjabarkan peran Konselor sebagai “spesialis mata daripada sebagai pelukis”, yang bertugas “memperluas dan memperlebar lapangan visual pasien sehingga spektrum keseluruhan dari makna dan nilai-nilai menjadi disadari dan dapat diamati oleh pasien”.

F. Tahapan-tahapan Konseling Logoterapi

Proses konseling pada umumnya mencakup tahap-tahap : pengenalan, pengungkapan dan penjajakan masalah, pembahasan bersama, evaluasi dan penyimpulan, serta perubahan sikap dan perilaku. Biasanya setelah masa konseling berakhir masih dilanjutkan pemantauan atas upaya perubahan perilaku dan klien dapat melakukan konsultasi lanjutan jika diperlukan.

Konseling logoterapi berorientasi pada masa depan (*future oriented*) dan berorientasi pada makna hidup (*meaning oriented*). Relasi yang dibangun antara konselor dengan konseli adalah *encounter*, yaitu hubungan antar pribadi yang

ditandai oleh keakraban dan keterbukaan, serta sikap dan kesediaan untuk saling menghargai, memahami dan menerima sepenuhnya satu sama lain.

Ada empat tahap utama didalam proses konseling logterapi diantaranya adalah:

1. Tahap perkenalan dan pembinaan *rapport*. Pada tahap ini diawali dengan menciptakan suasana nyaman untuk konsultasi dengan pembina *rapport* yang makin lama makin membuka peluang untuk sebuah *encounter*. Inti sebuah *encounter* adalah penghargaan kepada sesama manusia, ketulusan hati, dan pelayanan. Percakapan dalam tahap ini tak jarang memberikan efek terapi bagi konseli.
2. Tahap pengungkapan dan penjajagan masalah. Pada tahap ini konselor mulai membuka dialog mengenai masalah yang dihadapi konseli. Berbeda dengan konseling lain yang cenderung membeirikan konseli “sepuasnya” mengungkapkan masalahnya, dalam logoterapi konseli sejak awal diarahkan untuk menghadapi masalah itu sebagai kenyataan.
3. Pada tahap pembahasan bersama, konselor dan konseli bersama-sama membahas dan menyamakan persepsi atas masalah yang dihadapi. Tujuannya untuk menemukan arti hidup sekalipun dalam penderitaan.
4. Tahap evaluasi dan penyimpulan mencoba memberi interpretasi atas informasi yang diperoleh sebagai bahan untuk tahap selanjutnya, yaitu perubahan sikap dan perilaku konseli. Pada tahap-tahap ini tercakup modifikasi sikap, orientasi terhadap makna hidup, penemuan dan pemenuhan makna, dan pengurangan *symptom*.

G. Teknik-Teknik Konseling

Victor Frankl dikenal sebagai terapis yang memiliki pendekatan klinis yang detail. Diantara teknik-teknik tersebut adalah yang dikenal dengan intensi paradoksal, yang mampu menyelesaikan lingkaran neurotis yang disebabkan kecemasan anti sipatori dan hiper-intensi. Intensi paradoksal adalah keinginan terhadap sesuatu yang ditakuti.

Seorang pemuda yang selalu gugup ketika bergaul dengan banyak disuruh Frankl untuk menginginkan kegugupan itu. Contoh lain adalah masalah tidur. Menurut Frankl, kalau anda menderita insomnia, anda seharusnya tidak mencoba berbaring ditempat tidur, memejamkan mata, mengosongkan pikiran dan sebagainya. Anda justru harus berusaha terjaga selama mungkin. Setelah itu baru anda akan merasakan adanya kekuatan yang mendorong anda untuk melangkah ke kasur.

Teknik terapi Frankl yang kedua adalah de-refleksi. Frankl percaya bahwa sebagian besar persoalan kejiwaan berawal dari perhatian yang terlalu terfokus pada diri sendiri. Dengan mengalihkan perhatian dari diri sendiri dan mengarahkannya pada orang lain, persoalan-persoalan itu akan hilang dengan sendirinya. Misalnya, kalau mengalami masalah seksual, cobalah memuaskan pasangan anda tanpa memperdulikan kepuasan diri anda sendiri. Atau cobalah untuk tidak memuaskan siapa saja, tidak diri anda, tidak juga diri pasangan anda.

H. Konsep-konsep Logoterapi dalam Konseling Keluarga

Secara umum Logotherapy bertujuan agar konseli yang menghadapi masalah dapat menemukan makna dari penderitaannya dan juga makna mengenai kehidupan dan cinta.

Kehidupan keluarga menemukan titik tolak perkembangan anak. Jika kehidupan keluarga berantakan, sering menimbulkan frustrasi bagi anak-anaknya. Tampak penyimpangan perilaku anak seperti mabuk-mabukan, merokok, bahkan mengisap ganja dsb.

Dalam keadaan demikian, orang tua merupakan orang yang paling utama menjadi pedoman bagi anak-anak. Jika orang tua tidak memiliki nilai-nilai hidup yang bermakna baginya, maka keluarga seolah-olah merupakan pergolakan mencari materi semata. Anak-anak yang dilatih oleh orang tua oleh serba kemewahan, maka masa dewasanya nanti mereka menganggap bahwa materilah makna kehidupan. Frankl (1938) mengambil makna dari kamp konsentarsi Hitler yang menewaskan semua keluarganya, di mana dia mendapat makna ketuhanan sebagai pedoman hidup yang kokoh.

Di dalam konseling keluarga, konselor sebaiknya mengusahakan agar anggota keluarga menemukan makna yang baik baginya dalam hubungan interpersonal. Apakah pengertian anak menurut prinsip ketuhanan ? Anak adalah amanah Tuhan. Jadi harus dipelihara dengan sebaik-baiknya. Konselor mengungkapkan makna lain yang sungguh-sungguh menjamin kebahagiaan keluarga. Misalnya makna agama. Dengan menjalankan syariat agama, maka orang akan menjadi tentram sehingga kegandrungan kepada godaan hawa nafsu dapat dihindari, termasuk nafsu amarah, benci, sombong, dsb. Konselor memberikan kesempatan kepada anggota keluarga berdiskusi satu sama lain tentang problem mereka, kemudian dibantu menemukan makna yang terkandung di dalamnya. Makna tersebut memberikan dorongan semangat konseli ke arah positif.

BAB III

SIMULASI KONSELING KELUARGA BERBASIS LOGOTERAPI

A. SINOPSIS

Manohara siswi SMA kelas X merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Kakaknya Manohari duduk di kelas XII, satu sekolah dengannya. Manohara tinggal bersama ibu dan kakaknya. Sementara ayahnya, telah meninggal karena kecelakaan pesawat setahun yang lalu. Setelah kematian ayahnya, Manohara menjadi anak yang pemurung dan suka menyendiri. Di sekolah, Manohara sering bolos, nilai ulangan yang jelek, dan gurunya sering memergoki dirinya tidur ditengah pelajaran sedang berlangsung. Karena perilaku manohara yang seperti itu, wali kelas mengadu kepada konselor sekolah. Sehingga, konselor mengambil tindakan dengan memanggil Manohara ke ruangannya. Namun, Manohara tidak pernah datang ke ruang BK dan malah membolos dari sekolah. Konselor pun berinisiatif untuk melanjutkan sesi konseling di rumah Manohara.

B. NASKAH DRAMA

Beberapa hari kemudian konselor datang berkunjung ke rumah Manohara.

Konselor : "Assalamualaikum..."

Kakak : "Walaikumsalam..., Oh Ibu, silahkan masuk! Kebetulan kami sudah menunggu Ibu" (mempersilahkan duduk)

Konselor : "Ya terimakasih"

(Kakak memanggil Ibu dan Manohara)

Ibu : "Senang bisa bertemu dengan Ibu lagi. Bagaimana kabarnya?"

Konselor : "Alhamdulillah baik, Bagaimana dengan Mano?"

Manohara : "Emmm... Kabar Mano juga baik"

Konselor : "Baiklah, saya ucapkan terimakasih kepada Ibu, Mano serta kakak yang telah menyempatkan waktunya. Sekarang saya ingin bertanya kepada Ibu, Apakah ibu merasakan ada perubahan yang terjadi pada diri Mano?"

Ibu : "Saya rasa Mano baik-baik saja tetapi sejak Ayahnya meninggal ada sedikit perubahan pada diri Mano, Mano jadi tertutup dan senang menyendiri di kamarnya. Jika di sekolah, saya kurang mengetahui Mano bagaimana"

Konselor : "Apakah ibu tidak mengetahui jika Mano akhir-akhir ini tidak masuk ke sekolah?"

Ibu : "Tidak Bu, saya malah baru mengetahui dari Ibu sekarang. Jadi selama ini kamu bolos? Kamu udah ngebohongin Ibu? Beban ibu sudah sangat banyak apalagi setelah ayahmu meninggal,tapi ibu selalu berusaha berani dan tegar menerima cobaan hidup. Ibu tegar ini untuk Mano.(tersedu-sedu)

Mano : (Mano hanya menunduk diam sambil menangis)

Konselor : Saya mengerti apa yang ibu rasakan. Mungkin bukan hanya ibu saja yang merasa kehilangan ayah tetapi Mano merasakan hal itu juga. Bukan begitu Mano?"(konselor sambil menatap wajah Mano)

Mano : Ya, sebenarnya Mano juga sangat merasa kehilangan ayah. Dulu ayah selalu ada buat Mano sekarang tidak ada lagi yang mau nemenin Mano. Mano merasa hidup ini sudah tidak ada artinya. Mano males sekolah dan tidak ada semangat untuk belajar, karena tidak ada yang memberi semangat lagi seperti ayah dulu.

Ibu : Mengapa kamu mesti bolos sekolah, jika itu karena kamu merasa kehilangan ayahmu? Mengapa kamu tidak cerita pada Ibu tentang apa yang kamu rasakan, Mano?

Kakak : Iya Mano, mengapa kamu tidak cerita pada kakak saja?

Manohara : Mano pikir tidak ada yang mau mengerti Mano. Ibu sibuk bekerja dan kakak juga sibuk mempersiapkan UAN. Mano memang bolos Bu, Mano tidak punya semangat dari ayah seperti dulu.

Konselor : Baiklah, jadi yang menyebabkan Mano bolos itu karena tidak ada ayah lagi yang menyemangati Mano? Benar begitu? Bukankah semua yang kita miliki itu hanya titipan, dan semua yang dititipkan itu akan kembali ke asalnya, begitu juga dengan ayahmu.

Ibu : Maafkan ibu, mungkin selama ini ibu tidak mempunyai waktu untukmu Mano. Ibu sibuk bekerja karena menggantikan ayahmu sebagai kepala keluarga. Apabila Ibu tidak bekerja, kita tidak punya uang. Tapi ke depannya Ibu akan berusaha untuk meluangkan waktu lebih banyak untuk kalian berdua.

Kakak : Mano maafkan Kakak juga. Setelah beres UAN nanti, kakak janji akan menyempatkan lebih banyak waktu bersama kamu lagi.

Mono : Iya... Mano juga mengerti akan hal itu.. tapi ketika ayah meninggal, Mano tidak sempat bertemu dengan ayah dulu. Mano tidak sempat mengatakan kata perpisahan. Mano juga belum melakukan suatu yang berarti, apalagi sekarang ayah sudah meninggal, Mano sudah tidak punya kesempatan lagi.

Konselor : Iya Ibu mengerti penyesalan yang Mano rasakan. Apakah Mano tahu masih ada hal yang bisa Mano lakukan untuk ayah meskipun kalian sudah tidak lagi bersama.

Mano : Em... saya juga bingung apa yang harus saya lakukan

Konselor : Ada tiga amalan yang tidak akan terputus ketika seseorang meninggal yaitu ilmu yang bermanfaat, amal jariah dan doa anak yang saleh. Apakah Mano suka mendoakan ayah?

Mano : Iya kakak dan ibu suka ngajak salat berjamaah bareng dan mendoakan ayah, tapi Mano selalu menolaknya.

Konselor : Bagaimana perasaan kakak setelah mendoakan ayah?

Kakak : Kakak merasa tenang dan ikhlas dengan kepergian ayah. Memang awalnya saya merasa kehilangan arah sama seperti Mano, tetapi saya tidak ingin larut dalam kesedihan, karena kasihan ayah di sana dia akan merasa berat.

Konselor : Kalau dengan Ibu bagaimana?

Ibu : Saya sudah mengikhlaskan kepergian ayah sama seperti kakak, mengingatnya justru membuat saya semakin sedih, yang dapat saya lakukan sekarang adalah berdoa dan membahagiakan kedua anak saya.

- Konselor : Sekarang Mano tahu apa yang dirasakan oleh Ibu dan kakak, mereka juga merasa kehilangan, tetapi mereka mampu untuk tegar menghadapi semua ini. Setelah mengetahui ungkapan yang dirasakan oleh ibu dan kakak, Mano tahu apa yang dapat dilakukan ke depannya?
- Mano : Iya Mano sadar selama ini Mano salah, mulai ke depannya Mano akan berusaha untuk tidak bolos lagi dan mencoba mengikhhlaskan kepergian ayah, Mano juga akan mendoakan ayah agar dia tenang disana. Mano tidak ingin membebani ibu dan kakak lagi.
- Konselor : Akhirnya semua sudah menyadari bahwa kehidupan dunia ini tidaklah kekal, mudah-mudahan dengan pertemuan ini kita bisa menemukan makna hidup ini.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Logoterapi mengajarkan bahwa setiap kehidupan individu mempunyai maksud, tujuan, makna yang harus diupayakan untuk ditemukan dan dipenuhi. Hidup kita tidak lagi kosong jika kita menemukan suatu sebab dan sesuatu yang dapat mendedikasikan eksistensi kita. Namun kalaulah hidup diisi dengan penderitaan pun, itu adalah kehidupan yang bermakna, karena keberanian menanggung tragedi yang tak tertanggungkan merupakan pencapaian atau prestasi dan kemenangan.

Banyak orang menyatakan bahwa logoterapi Victor E. Frankl sangat dekat dengan ajaran agama (spiritual), atau juga bisa merupakan "agama sekuler". Bagi Frankl makna hidup adalah daya yang membimbing eksistensi manusia, sebagaimana para Nabi membimbing umatnya. Frankl menggabungkan wawasan dari agama-agama dan filsafat-filsafat lama, serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadinya selama tiga tahun yang kelam di kamp konsentrasi Nazi yang dituangkan dalam suatu teori psikoterapi, ajaran tersebut dinamakan dengan logoterapi.

DAFTAR PUSTAKA

Bastaman, H.D. 2007. Logoterapi “Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna”. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Boeree, C George.. (2005). *Personality Theories*. Jogjakarta : Prismsophie.

Gerald Corey. (2007). *Teori dan Praktek Konseling*. Bandung: PT Refika Aditama

Muhid, Abdul. (Tt). Dimensi Spiritual dalam Psikoterapi. [Online]. Tersedia: <http://www.mailarchive.com/wanitamuslimah@yahoogroups.com/msg06533.html>. [18 September 2008].

Setiawan, Andre. (2008). Beragam Cara Pemecahan Masalah 2. [Online]. Tersedia:<http://andrew-setiawan.blogspot.com/2008/06/beragam-cara-pemecahan-masalah-2.html>. [18 September 2008].

Tn. (Tt). Konseling Logoterapi. [Online]. Tersedia: <http://himappb.weebly.com/bk.html>. [18 September 2008].

Willis, Sofyan S. (2004). *Konseling Individul Teori dan Praktek*. Bandung : Alfabeta.

Willis, Sofyan S. (2009). *Konseling Keluarga*. Bandung : Alfabeta.

http://afemaleguest.blogs.friendster.com/afemaleguestblog/2006/11/perempuan_dan_f.html