

**LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI
PERASAAN MALU AKAN KEHAMILAN TIDAK
DIINGINKAN PADA REMAJA DI GRIYA WELAS ASIH
SEMARANG**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh :
Vivi Rakhmah Wati
1901016113

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2023**

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI PERASAAN MALU
AKAN KEHAMILAN TIDAK DIHINGKANKAN PADA REMAJA DI GRIYA WELAS
ASIH SEMARANG

Disusun Oleh :

Vivi Rakhmah Wati

1901016113

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada Selasa, 26 September 2023 dan dinyatakan LULUS memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji


Prof. Dr. Ali Murtadho, M.Pd
NIP. 196908181995031001

Penguji I


Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd
NIP. 1969090120055012001

Sekretaris Dewan Penguji


Abdul Rozak, M.S.I.
NIP. 198010222009011009

Penguji II


Yuli Nurkhasanah, S.Ag., M.Hum.
NIP. 197107291997032005

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pada, 26 September 2023


Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag.
NIP. 197204102001121003

NOTA PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Vivi Rakhmah Wati

NIM : 1901016113

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul : Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan
Kehamilan Tidak Diinginkan di Griya Welas Asih Semarang

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 14 September 2023

Pembimbing,



Abdul Rozaq, MSI

NIP. 198010222009011009

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI PERASAAN MALU AKAN KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN PADA REMAJA DI GRIYA WELAS ASIH SEMARANG", merupakan k asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Demikian pula skripsi ini tidak berisi fikiran-fikiran orang lain, melainkan informasi yang terdapat dalam penelitian ini diambil dari referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Semarang, 20 September 2023

Penulis



Vivi Rakhmah Wati

NIM: 1901016113

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, bahwa atas rahmat, taufiq, hidayah, serta inayah-Nya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Akhiruz Zaman Nabi Agung Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya yang membawa kita dari zaman jahiliyyah menuju zaman Islamiyyah semoga kita termasuk kedalam ummat beliau. Aamiin.

Skripsi yang berjudul **Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang**, ini dapat terselesaikan, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum dapat dikatakan sempurna. Namun berkat keyakinan, kerja keras, motivasi, dukungan, arahan, do'a dan bimbingan dari berbagai pihak menjadikan penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, secara khusus penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. KH. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. KH. Ilyas Supena, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S. Sos.I., M.S.I dan Ibu Widayat Mintarsih, M.Pd, selaku Ketua dan sekretaris Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Abdul Rozak, M.S.I Selaku wali dosen serta pembimbing yang senantiasa bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak dan Ibu dosen, pegawai administrasi dan seluruh karyawan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo yang telah membantu dan melayani dalam proses administrasi.
6. Kedua orang tua saya tersayang dan tercinta, Bapak Nasikin dan Ibu

Wasi'ah yang selalu mencurahkan kasih sayanginya lewat bentuk dukungan baik moril maupun materil dengan tulus sepenuh hati serta tidak lupa juga atas doa-doa yang selalu diberikan untuk penulis.

7. Adik saya Moza Mumtaza yang sudah *support* kakaknya
8. Saya berterima kasih kepada teman-teman BPI D 2019 yang telah saling mendukung dan berbagi pengalaman selama proses penulisan skripsi ini
9. Teman-teman sobat sambat penulis, Yenny Hizbadini Risyda, Umi Luthfiyah Salamah, Maharani Melby Zakina, Rini Selina, Julekhah, Khoerunnisa Awaliyatul Khanifah yang telah membantu serta memberi semangat, dukungan serta dorongan sehingga skripsi ini selesai dikerjakan.
10. Formasi BPC Semarang yang telah menjadi wadah untuk bertumbuh dan berproses selama menimba ilmu di UIN Walisongo Semarang
11. Berbagai pihak yang tidak dapat di sebutkan satu persatu yang secara tidak langsung telah membantu, baik moral maupun material dalam penyusunan skripsi.

Semoga Allah SWT. Membalas pengorbanan dan kebaikan mereka selama dengan sebaik-baiknya. Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca umumnya.

Semarang, 26 September 2023

Penulis

Vivi Rakhmah Wati

NIM: 1901016113

PERSEMBAHAN

Skripsi ini

Saya persembahkan untuk:

Bapak dan Ibu Tercinta

Nasikin dan Wasi'ah

MOTTO

الْحَيَاءُ وَالْإِيمَانُ قُرْنَانَا جَمِيعًا ، فَإِذَا رُفِعَ أَحَدُهُمَا رُفِعَ الْآخَرُ

“Iman dan malu merupakan pasangan dalam segala situasi dan ini kondisi.
Apabila rasa malu sudah tidak ada, maka iman pun sirna.” (HR. Al Hakim)

ABSTRAK

Vivi Rakhmah Wati (1901016113) *Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi perasaan malu remaja kehamilan tidak diinginkan dan mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang. Penelitian menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan deskriptif yaitu: pengumpulan data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa, (1) kondisi perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan yaitu karena perbuatan yang mereka lakukan sendiri, takut bertemu dengan orang baru, belum bisa beradaptasi disituasi yang baru, malu untuk memulai interaksi sosial, menjadi pusat perhatian orang lain, selalu berpikir negatif bahwa dirinya gagal menjadi seorang anak untuk orang tuanya, tidak percaya diri, kecemasan dalam memikirkan masa depan ketika anaknya sudah lahir, sedih karena tidak ada suami yang mendampingiya ketika ia hamil sampai melahirkan, khawatir berlebihan dan merasa rendah diri. Dampak perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan yaitu membuat individu takut untuk bertemu orang lain, selalu merasa khawatir akan masa depan setelah melahirkan, dan selalu merasa kesepian karena tidak mau memulai untuk berinteraksi. (2) Pelaksanaan layanan konseling individu pada tahap pertengahan (tahap kerja), konselor memberikan bimbingan dan dukungan, memberikan informasi dan edukasi kepada individu tentang kecemasan sosial, gejala-gejalanya, membantu individu untuk berkomunikasi dengan orang terdekat, membantu individu merencanakan masa depan yang lebih baik setelah melahirkan, mendukung proses penerimaan diri individu untuk menerima dan memahami situasi yang dihadapi, memberikan dukungan spiritual dan keagamaan, memberikan dukungan emosional kepada individu yang mengalami rasa malu akibat kehamilan tidak diinginkan.

Perubahan setelah dilaksanakan layanan konseling individu, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan merasa lebih mampu untuk membuka diri dan mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat sehingga dapat memperkuat hubungan sosial dan membantu mereka merasa lebih didukung, dan dapat membangun kembali kesehatan mental individu dengan memberikan wadah untuk mengungkapkan emosi, memecahkan masalah, mengatasi rasa malu dan stigmatisasi. Individu lebih merasa didengar dan dimengerti dan dapat merasakan penurunan intensitas emosi negatif.

Kata kunci: Layanan Konseling Individu, Perasaan Malu, Kehamilan Tidak Diinginkan.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat penelitian	8
E. Tinjauan Pustaka.....	9
F. Metodologi Penelitian.....	13
G. Sistematika Penulisan Skripsi	18
BAB II.....	20
KERANGKA TEORI	20
A. Layanan Konseling Individu.....	20
B. Kehamilan Tidak Diinginkan.....	36
C. Perasaan Malu	43
D. Urgensi Layananan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam	52
BAB III.....	57
GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN	57
A. Profil Griya Welas Asih Semarang	57
1. Sejarah Berdirinya Griya Welas Asih Semarang	57
2. Visi, Misi, Tujuan.....	58
3. Letak Geografis	59
4. Sarana dan prasarana	60
5. Struktur Organisasi.....	61
B. Kondisi Perasaan Malu Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang	62
1. Ciri perasaan malu.....	63
2. Dampak Perasaan Malu.....	68
C. Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang	71

1. Tujuan Layanan Konseling Individu	72
2. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu	73
3. Metode Layanan Konseling Individu	76
BAB IV	80
ANALISIS LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI PERASAAN MALU AKAN KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN PADA REMAJA DI GRIYA WELAS ASIH SEMARANG	80
A. Analisis Kondisi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang	80
1. Ciri perasaan Malu	82
2. Dampak Perasaan Malu.....	84
B. Analisis Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi Perasaan Malu akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang.	86
1. Tujuan Layanan Konseling Individu	88
2. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu	89
3. Metode Layanan Konseling Individual	90
4. Hasil Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih.....	94
BAB V	97
PENUTUP	97
A. Kesimpulan	97
B. Saran	98
C. Penutup	98
DAFTAR PUSTAKA	100
LAMPIRAN.....	105

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan manusia, baik individu maupun kelompok, seringkali terjadi penyimpangan dari norma-norma dalam kehidupan sosialnya. Berbagai bentuk penyimpangan yang terjadi di masyarakat baik dari segi ekonomi, politik, maupun sosial disebabkan oleh pengabaian terhadap perintah Allah SWT. Salah satu tujuan Islam mengatur pernikahan adalah untuk menghasilkan keturunan. Namun, tidak semua kehamilan disambut baik karena keadaan yang tidak diinginkan atau lingkungan sosial yang tidak memungkinkan melanjutkan kehamilan dan mengasuh anaknya, seperti kasus perkosaan yang akhirnya memutuskan menempuh jalan aborsi. Selama ini penanganan kasus perkosaan seringkali terbatas pada trauma fisik, sedangkan trauma psikis dan sosial jarang tersentuh. Trauma ini, terutama trauma psikologis dan sosial, akan semakin parah jika wanita tersebut hamil. Tingkat keparahan gangguan stres pascatrauma yang terjadi pada setiap wanita berbeda tergantung beberapa faktor, misalnya tingkat keparahan trauma yang dialami, kondisi mental sebelum mengalami trauma, dukungan dari faktor lingkungan, kedekatan hubungan antara korban dan pelaku, dan sebagainya. Ada korban perkosaan, meski hamil, bisa bertahan hidup hingga melahirkan dan membesarkan bayinya, namun ada pula yang hamil bunuh diri atau memilih aborsi ilegal. (Nahdhiyyah, 2021 : 96-97)

Setiap tahun di seluruh dunia terdapat jutaan perempuan yang mengalami kehamilan, kehamilan tersebut dapat terjadi pada perempuan dengan berbagai niat kehamilan. Berdasarkan niat kehamilan tersebut, maka kehamilan dapat dibedakan menjadi 3, yaitu kehamilan yang diinginkan, kehamilan yang tidak direncanakan, dan kehamilan yang tidak diinginkan. Kehamilan disebut diinginkan (*wanted*), apabila kehamilan terjadi pada suami istri yang ingin memiliki anak lagi. Kehamilan disebut tidak direncanakan (*mistimed*), apabila kehamilan terjadi pada pasangan suami istri yang masih menginginkan kehamilan, namun kehamilan tersebut terjadi

lebih cepat dari yang direncanakan. Kehamilan disebut tidak diinginkan (*unwanted*), apabila kehamilan terjadi pada pasangan suami istri yang sudah tidak menginginkan anak sama sekali (Anggraini dkk, 2018: 28).

Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Hasto Wardoyo, menyatakan bahwa pada tahun 2020 jumlah kehamilan yang tidak diinginkan di Indonesia yang mencapai 17,5%. Kehamilan tersebut dapat menimbulkan komplikasi selama hamil dan bersalin yang menjadi sebab utama kematian anak perempuan berumur 15-19 tahun sehingga mengakibatkan kesakitan dan kematian ibu. Menurut SDKI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia) tahun 2019 di Indonesia angka kematian ibu mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup. Selain hal tersebut, kehamilan di umur remaja dapat berdampak pada bayinya yaitu lahirnya bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), komplikasi intrapartum, persalinan prematur, dan cacat lahir yang menjadi sebab kematian neonatal dan menjadi risiko bagi bayi yang lahir dari ibu dengan umur dibawah 20 tahun. Masalah tersebut tidak hanya terjadi di Indonesia, melainkan di negara-negara lainnya yaitu menurut data WHO (*World Health Organization*) terdapat 10 juta remaja perempuan berumur 15–19 tahun mengalami kehamilan tidak diinginkan di negara berkembang setiap tahunnya (Fauziah dkk, 2022: 53-62).

Menurut Willis masa remaja adalah suatu tahap kehidupan yang bersifat peralihan dan tidak mantap, serta masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif, seperti narkoba, kriminal, dan kejahatan seks. Berdasarkan uraian tersebut dapat dipahami bahwa masa remaja merupakan masa yang tidak mantap, remaja mengalami peralihan dan pencarian jati diri. Pada masa remaja dianggap sebagai usia bermasalah yang sering ditandai oleh sifat-sifat negatif pada diri remaja, sehingga masa ini seringkali disebut fase negatif karena rawan oleh pengaruh negatif seperti narkoba, kriminal, kejahatan atau kekerasan, dan perilaku antisosial yang lain (Murniasih dkk, 2020: 282). Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia, masa ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat dan

budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Masa remaja awal dan masuk ke sekolah menengah mencerminkan perubahan pada berbagai tingkatan. Tahun-tahun sekolah menengah bertepatan dengan perubahan penting dalam perkembangan remaja, termasuk pertumbuhan biologis, kognitif dan perkembangan sosial (Ajeng I, 2022: 34). Pubertas ialah suatu periode dimana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat terutama pada awal masa remaja. Meskipun perkembangan ini biasanya mengikuti suatu urutan tertentu, namun urutan dari kematangan seksual tidak sama pada setiap anak, dan terdapat perbedaan individual dalam umur dari perubahan-perubahan (Kusumawati dkk, 2018: 1-3). Dalam hal tersebut di zaman sekarang ada dan banyak remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan ataupun menjadi korban kehamilan tidak diinginkan dikarenakan kurangnya pengetahuan bahaya seks, pola asuh orang tua yang salah, kurangnya ilmu agama dan faktor dari lingkungan yang menjadikan pergaulan bebas.

Remaja yang hamil diluar pernikahan akan mencoba melakukan aborsi tidak aman, atau tetap melanjutkan kehamilannya dengan berbagai dampak yang bisa ditimbulkan, misalnya pendarahan yang berujung pada kematian ibu maupun bayi. Kehamilan tidak diinginkan (KTD) pada remaja akan memberikan dampak negatif baik dari segi fisik, psikologi, dan sosial. Dampak dari segi fisik akan membahayakan ibu maupun janin yang dikandungnya atau ibu akan mencoba melakukan aborsi yang bisa berujung pada kematian (Ismarwati, 2017: 168-177). Dari sisi psikologi, Reivich dan Shatte mengemukakan beberapa emosi yang biasa dialami oleh remaja putri setelah terjadinya kehamilan tidak diinginkan, yaitu kesedihan dan depresi, perasaan bersalah, marah, kecemasan dan juga perasaan malu. Perubahan mood yang kuat, cepat dan sering, perasaan mudah tersinggung, kesepian, mengalami masalah yang berkaitan dengan pola tidur dan nafsu makan, merasa putus asa dan bingung. Sedangkan dilihat dari dampak sosial, masyarakat akan mencemooh dan juga mengucilkan.

Salah satu dampak psikologi dari kehamilan yang tidak diinginkan yaitu

perasaan malu, dimana remaja tersebut menganggap bahwa kehamilannya adalah sebuah aib, takut tidak diterima oleh dari keluarga dan masyarakat, terpaksa harus keluar dari sekolah, terganggunya perekonomian keluarga dan persalinan yang tidak dipersiapkan dan harus melahirkan tanpa ayah yang jelas. Adanya keinginan untuk menggugurkan kandungan yang dapat mengancam jiwa remaja, cacat janin, perdarahan dan gangguan masa nifas. Adanya pandangan remaja bahwa kehamilan yang tidak diinginkan dapat mempengaruhi pendidikan, rencana karier, kecemasan dalam menghadapi kehamilan, persalinan dan masa depannya (Afandi dkk, 2014: 43-63). Selain itu perempuan korban kehamilan tidak diinginkan merasa malu karena semua orang tahu apa yang diperbuat oleh dirinya sendiri yang dimana hal tersebut merupakan melanggar norma hukum, agama ataupun sosial.

Penyimpangan seksual dapat terjadi pada pasangan remaja apabila ada faktor lingkungan yang mendukungnya, sehingga dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya kehamilan di luar nikah. Seks bebas atau seks pranikah berawal dari kenakalan remaja. Sedangkan, kenakalan remaja sendiri berawal dari gagalnya pendidikan dalam keluarga seperti *broken home*, perceraian, ayah yang tidak diketahui kemana. Remaja yang melakukan penyimpangan, kebanyakan berasal dari lingkungan keluarga yang kurang memperoleh perhatian dan kasih sayang dari orang tua, bisa jadi kedua orang tuanya sibuk bekerja, kedua orang tua sering cekcok, pisah ranjang, dan perceraian (*divorce of parents*) (Syahri & Afifah, 2017: 4). Tanpa disadari, dampak psikologis yang terjadi pada korban kehamilan tidak diinginkan tentunya akan mempengaruhi perkembangan masa remaja korban. Masa remaja, terutama bagi wanita yang bersiap-siap memasuki masa dewasa dengan sejuta mimpi dan harapan akan dengan mudah menjadi sulit untuk dilalui. Hal ini terjadi karena dampak dari kekerasan yang mereka alami. Perasaan stres, depresi, dan trauma yang mendalam juga mempengaruhi perkembangan remaja mereka, dampak lainnya adalah merasa putus asa dan merasa rendah diri yang juga membuat mereka akhirnya menyalahkan diri sendiri (Murtadho & Hilmawan, 2022: 280). Kehamilan tidak diinginkan terjadi bukan hanya karena kekerasan seksual, pada remaja yang pergaulannya sangat bebas yang awalnya pacaran dan melakukan

hubungan seks di luar nikah.

Seorang wanita yang mengalami kehamilan yang tidak diinginkan dihadapkan pada kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan seperti yang telah diuraikan diatas. Oleh karena itu, ia perlu membangun kekuatan dari dalam dirinya. Ia harus bangkit kembali dari pengalaman yang berdampak negatif untuknya dan harus mampu beradaptasi secara fleksibel terhadap tuntutan-tuntutan kehidupan yang terus berubah dan penuh tekanan, yang dikenal dengan istilah resiliensi (Theofani, 2020: 87-94).

Melakukan hubungan seks di luar nikah ialah perbuatan zina yang dilarang keras oleh Allah SWT. Para ulama sepakat bahwa zina hukumnya haram dan termasuk salah satu bentuk dosa besar. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an Surah Al-Isra' ayat 32:

وَلَا تَقْرُبُوا الزِّنَىٰ ۚ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya: “Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.” (Q.S Al-Isra : 32)

Remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan memiliki rasa takut, kecewa dan rasa malu, rasa malu menurut Ahmad Humaedi dapat diklasifikasikan kedalam tiga kelompok, yaitu : pertama, malu kepada Allah, yaitu merasa selalu diperhatikan Allah sehingga akan selalu melaksanakan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. Kedua, malu kepada diri sendiri. Ia akan malu mengerjakan perbuatan jelek walaupun tidak ada manusia yang melihatnya. Inilah kekuatan diri dalam mengendalikan hawa nafsu. Ketiga, malu kepada manusia, yaitu malu melakukan sesuatu yang merugikan orang lain. Rasa malu dapat bertindak sebagai tanda peringatan dari dalam diri akan adanya ancaman dan tantangan pada diri, dengan suatu pencetus pertahanan diri otomatis khususnya keinginan untuk melarikan diri dan perilaku untuk tunduk (*submissif*), marah, dan bersembunyi (Hayani N, 2019: 65-66).

Upaya mengatasi perasaan malu adalah melalui layanan konseling individu, dalam permasalahan tersebut tentunya peran konselor dan layanan konseling individu

sangat penting bagi remaja di Griya Welas Asih Semarang dalam menghadapi atau mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapi tersebut. Menurut Sudrajad layanan konseling individual yaitu layanan yang membantu klien dalam mengentaskan masalah pribadinya yang diselenggarakan oleh konselor terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli (Fatchurahman, M. 2018: 26). Layanan konseling individual salah satu model layanan dalam bimbingan dan konseling yang bersifat *responsive*, bertujuan pemberian bantuan mengatasi masalah konseli (Widodo, B. 2019: 24). Layanan konseling individual merupakan upaya pemberian bantuan kepada klien yang mengalami permasalahan guna memecahkan permasalahan yang dialami dan membantu mengembangkan potensi yang dimiliki. Melalui konseling individual klien yang mengalami permasalahan baik permasalahan secara pribadi, sosial, dan akademik dapat terfasilitasi untuk mencari solusi yang tepat. Dengan demikian, mengetahui persepsi klien pada konselor dalam melaksanakan layanan konseling individual menjadi penting untuk diteliti (Rachmadhani, 2016: 59-61).

Griya Welas Asih Semarang merupakan pelayanan sosial yang bergerak untuk menolong para perempuan yang hamil di luar nikah, yang tertolak oleh keluarga dan lingkungannya atau yang bahkan menolak kehadiran sang bayi, untuk membantu pemulihan hatinya, memberikan ketentraman dan ketenangan, menampung dan membiayai persalinan dan kebutuhan bayi yang dilahirkan. Adapun program yang diberikan ialah mereka dibekali dengan keterampilan supaya bisa menjadi *single parent* yang mandiri. Keterampilan yang dilakukan diantaranya yaitu pelatihan jahit, belajar merajut, dan belajar memasak. Selain keterampilan di Griya Welas Asih Semarang juga ada program senam untuk kehamilan dan edukasi kehamilan. Di Griya Welas Asih Semarang juga mereka diajarkan oleh pengasuh untuk lebih dekat dengan Tuhan dengan agamanya masing-masing.

Berdasarkan hasil wawancara dengan koordinator Griya Welas Asih Semarang Ibu Rosa, beliau mengatakan:

“Mereka datang dalam kondisi terluka dan ada penolakan, rasa malu dan rasa tersakiti. Baik yang melakukan suka sama suka kemudian ditinggal

ataupun korban pelecehan seksual. Pada prinsipnya mereka butuh dicintai, ketika mereka merasa dicintai, maka kebutuhan mereka akan penerimaan diri mereka termenuhi. Ketika keluar dan bertemu orang baru mereka merasa malu karena takut kalau orang lain berasumsi tentang keadaan mereka (hamil di luar nikah), jadi ketika di Griya Welas Asih mereka tidak keluar rumah untuk menghindari orang-orang di luar, karena di luar juga kadang ada tukang parkir yang sering mengolok-olok tentang keadaan hamil di luar nikah yang membuat mereka malu” (Ibu Rosa Amaya, Wawancara tanggal 14 Maret 2023).

Hal ini menunjukkan bahwa remaja korban kehamilan tidak diinginkan sangat merasa tidak diterima oleh keluarga, kehilangan arah, rasa kecewa terhadap diri sendiri, stress, perasaan malu, perasaan bersalah, depresi, dan bahkan ingin bunuh diri. Ketika sudah masuk di Griya Welas Asih Semarang mereka akan dilayani baik secara fisik maupun psikis. Dalam penanganan fisik pengasuh melibatkan dokter spesialis untuk memeriksa kandungan, sedangkan penanganan secara psikis perlu adanya pendampingan oleh konselor dengan bimbingan konseling individu untuk penyembuhan psikis yang dirasakan oleh korban.

Berdasarkan pada latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti **“Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang”** karena remaja yang ada di Griya Welas Asih sangat membutuhkan layanan konseling individu untuk mengatasi permasalahan individu dari problematika psikologisnya, yang dimana dengan adanya konselor remaja di Griya Welas Asih bisa terbuka atas apa yang sudah terjadi. Harapannya yaitu setelah mendapatkan layanan konseling individu klien merasa lebih percaya diri dengan dirinya sendiri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti dapat merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang?
2. Bagaimana pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kondisi perasaan malu yang dirasakan pada remaja karena kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang
2. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi rasa malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang

D. Manfaat penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan setidaknya untuk memperoleh sebuah manfaat yang dapat diambil didalamnya. Manfaat yang ada dan dapat diambil diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan khususnya bagi mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam tentang bagaimana pelaksanaan layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang dan bisa dijadikan dasar serta bisa menjadi penelitian lanjutan bagi peneliti lainnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan atau rujukan bagi penelitian

dengan obyek yang sama dalam perspektif dan lokasi yang berbeda pula, terutama mengenai pelaksanaan layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan penjelasan mengenai hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan kemiripan dengan penelitian yang akan diteliti. Agar penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan dan menghindari kesamaan terhadap penelitian sebelumnya, maka peneliti menyajikan penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya untuk menghindari unsur plagiasi dalam menuliskan skripsi yang berjudul “Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang”

- a. Penelitian dari (Suryanti, 2018) Program studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsertrasi Bimbingan dan Konseling Islam. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Dengan judul “*Konseling Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) Terhadap Remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Soisal Wanita Yogyakarta*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pasca pemberian konseling terhadap remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini ialah bahwa penyebab terjadinya kehamilan tidak diinginkan pada remaja adalah perilaku *free sex* sebelum menikah, kurangnya pengetahuan mengenai pendidikan seks, akses media pornografi, sikap orang tua yang kurang peduli dan perilaku teman sebaya. Dampak pasca pemberian konseling menunjukkan beberapa perubahan positif, diantaranya berkurangnya rasa trauma konseli, konseli lebih merasa percaya diri dan realistis serta konseli lebih mengerti akan tanggung jawabnya sebagai ibu.

Persamaan kedua penelitian ini yaitu jenis penelitian, metode pengambilan data dan sama-sama mengkaji tentang konseling kehamilan

tidak diinginkan. Perbedaannya adalah penelitian milik Suryanti berfokus pada dampak pemberian konseling terhadap remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Wanita (BPRSW) Yogyakarta. Sedangkan penelitian ini berfokus pada pelaksanaan layanan konseling individu pada remaja di Griya Welas Asih Semarang.

- b. Penelitian dari (Arda Wijaya Kusuma Putra, 2019), Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Negeri Raden Intan Lampung. Dengan judul *“Pelaksanaan Layananan Konseling Individu dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik SMP Negeri 17 Bandar Lampung”*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling individu dengan teknik Punishment untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMP Negeri 17 Bandar Lampung yang dilaksanakan oleh guru BK.

Persamaan penelitian ini adalah, sama-sama meneliti tentang layanan konseling individu. Namun perbedaannya adalah pada objek, tempat penelitian, dan focus kajian yang meneliti tentang meningkatkan kedisiplinan belajar, berbeda dengan peneliti yang membahas tentang perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan.

- c. Penelitian dari (Dewi Beni Astuti 2015), Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dengan judul *“Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Diri Dalam Mengarahkan Karir Siswa MAN Lab UIN Yogyakarta.”* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahap pelaksanaan konsep diri dalam mengarahkan karir siswa untuk ke depannya yang sesuai dengan potensi yang ada di dirinya.

Penelitian yang pernah dilakukan di atas, penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya karena penelitian peneliti lebih fokus terhadap perasaan malu remaja kehamilan tidak diinginkan.

Persamaannya yaitu sama-sama membahas tentang layanan konseling individu.

- d. Penelitian dari (Riri Kumalasari, 2017), Program studi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. Dengan judul “*Resiliensi Perempuan Dengan Kasus Kehamilan Tidak Dikehendaki (KTD) (Studi Kasus 3 Perempuan Dengan Kehamilan Tidak Dikehendaki di Dusun Krapyak Kulon Panggungharjo Sewon Bantul Yogyakarta)*” . Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian deksriptif kualitatif dengan cara studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Resiliensi Perempuan yang mengalami kasus Kehamilan Tidak Dikehendaki dan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi perempuan dengan kasus kehamilan tidak dikehendaki dalam mencapai resiliensinya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan dengan kehamilan tidak dikehendaki memiliki kemampuan resiliensi yang berbeda-beda dalam mencapai transformasi diri melewati *adversity* masing-masing. Faktor yang mempengaruhi perempuan dengan kasus kehamilan tidak dikehendaki dalam mencapai resiliensi adalah karakteristik individu, dukungan sosial keluarga dan lingkungan sekitar yang memberikan rasa nyaman, aman dan tentram.

Persamaan penelitian milik Riri Kumalasari dan penelitian ini adalah sama-sama mengkaji tentang kehamilan tidak diinginkan. Yang kedua, data yang diperoleh yaitu sama-sama melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Perbedaannya yaitu terletak pada tempat penelitian. Penelitian milik Riri Kumalasari bertempat di Dusun Krapyak Kulon Panggungharjo Sewon Bantul Yogyakarta, sedangkan penelitian ini bertempat di Griya Welas Asih Semarang. Yang kedua yaitu dari tujuan penelitian, tujuan penelitian milik Riri Kumalasari yaitu mengetahui Resiliensi Perempuan yang mengalami kasus Kehamilan Tidak Dikehendaki dan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi perempuan dengan kasus kehamilan tidak dikehendaki dalam mencapai resiliensinya.

Sedangkan penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang. Jenis penelitian yang dilakukan juga berbeda, peneliti menggunakan penelitian deksriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

- e. Penelitian dari (Cahya Elyza Dalmunthe, 2019), Program studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Dengan “*Pendekatan Teknik Konseling Self Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online Melalui Layanan Konseling Individual di SMP Al-Hidayah Medan*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan teknik konseling *self* dalam mengatasi kecanduan game online melalui layanan konseling individual dan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab para siswa mengalami kecanduan game online di SMP Al-Hidayah Medan.

Penelitian-penelitian yang pernah dilakukan di atas, persamaan penelitian ini adalah, sama-sama meneliti tentang layanan konseling individu. Namun perbedaannya adalah pada fokus kajian yang meneliti tentang kecanduan game online, lain dengan peneliti yang membahas tentang perasaan malu dan kehamilan tidak diinginkan. Untuk objek penelitiannya juga berbeda, yakni pada penelitian sebelumnya siswa SMP Al-Hidayah Medan, lain dengan peneliti yakni, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang.

Kelima penelitian tersebut menunjukkan bahwa memang terdapat persamaan sekaligus perbedaan dengan yang akan peneliti lakukan. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang sudah ada disini dan hal yang menarik dari penelitian yang akan dikaji peneliti. Persamaan dari peneliti sebelumnya yaitu mengkaji tentang layanan layanan konseling individu, sedangkan perbedaannya disini adalah peneliti memfokuskan pada Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih

Semarang.

F. Metodologi Penelitian

Untuk mendapatkan data yang diperlukan, agar nantinya dapat mendukung kesempurnaan penelitian ini maka penulis menggunakan metode sebagai berikut:

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif, pada penelitian ini termasuk kualitatif karena bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya, perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Deddy mulyana mengemukakan penelitian kualitatif sebagai penelitian dengan menggunakan metode ilmiah untuk mengungkapkan suatu fenomena dengan cara mendeskripsikan data dan fakta melalui kata-kata secara menyeluruh terhadap subjek penelitian. (Moleong, (2013) : 6)

Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi yaitu jenis penelitian kualitatif yang melihat dan mendengar lebih dekat dan terperinci penjelasan dan pemahaman individual tentang pengalaman-pengalamannya. Penelitian fenomenologi memiliki tujuan yaitu guna menginterpretasikan serta menjelaskan pengalaman-pengalaman yang dialami seseorang dalam kehidupan ini, termasuk pengalaman saat interaksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Dalam konteks penelitian kualitatif, kehadiran suatu fenomena dapat dimaknai sebagai sesuatu yang ada dan muncul dalam kesadaran peneliti dengan menggunakan cara serta penjelasan tertentu bagaimana proses sesuatu menjadi terlihat jelas dan nyata. Eko Sugiarto menjelaskan ada penelitian fenomenologi lebih mengutamakan pada mencari, mempelajari dan menyampaikan arti fenomena, peristiwa yang terjadi dan

hubungannya dengan orang-orang biasa dalam situasi tertentu. Penelitian kualitatif termasuk dalam penelitian kualitatif murni karena dalam pelaksanaannya didasari pada usaha memahami serta menggambarkan ciri-ciri intrinsik dari fenomena-fenomena yang terjadi pada diri sendiri.

2. Sumber Data

Sumber data yang dapat digunakan ada 2 yaitu sumber data primer dan sekunder, menggolongkan sumber informasi ada 2 yaitu data primer dan sekunder. Sebagaimana berikut:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan sendiri oleh pengguna data untuk keperluan spesifik. Pengumpulan data primer pada umumnya mahal dan menggunakan banyak waktu. Data primer yang dikumpulkan oleh seseorang atau peneliti untuk tujuan penelitian mereka, akan lebih kecil kemungkinannya untuk digunakan oleh pihak lain. Sumber data primer pada penelitian ini adalah konselor, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan, dan koordinator Griya Welas Asih Semarang.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang dikumpulkan oleh pihak lain dan digunakan oleh pengguna data di luar pihak yang mengumpulkan data. Jadi studi yang dilakukan oleh pihak lain untuk sasaran mereka sendiri merupakan sumber data sekunder bagi pihak lainnya (Herawati & Oktaviannoor, 2022: 43-44). Seperti data-data tentang profil Griya Welas Asih Semarang.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Metode Observasi

Observasi adalah proses sistematis merekam pola perilaku aktual orang, benda, dan peristiwa yang terjadi apa adanya. Dalam melakukan observasi, peneliti mengamati situasi penelitian dengan cermat dan mencatat serta merekam semua hal yang ada di seputar objek penelitian yang berkaitan dengan informasi yang ingin diperoleh dari

objek yang diamati. Teknik observasi yang juga dikenal dengan metode pengamatan, merupakan metode pengumpulan data primer yang dilakukan melalui proses pencatatan perilaku (subyek), orang (benda) atau kejadian yang sistematis tanpa adanya pertanyaan atau komunikasi dengan individu-individu yang diteliti. Atas dasar apa yang terekam dalam pengamatan, peneliti membuat catatan lapangan dalam bentuk deskripsi. Catatan yang dihasilkan peneliti ini kemudian menjadi sumber untuk menyarikan makna sebenarnya (Sugiarto, 2022: 158). Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data tentang Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang.

b. Metode Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang mendalam dan respondennya sedikit/kecil. Wawancara dapat dilakukan secara *terstruktur* maupun tidak *terstruktur*, dan dapat dilakukan melalui tatap muka (*face to face*) maupun dengan menggunakan telepon (Sugiyono, 2013: 138). Percakapan ini dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan-pertanyaan, dalam hal ini sebagai pewawancara adalah penulis. Dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan yaitu kepada konselor, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan, dan koordinator Griya Welas Asih Semarang.

c. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari bermacam-macam sumber tertulis atau dokumen yang ada pada subjek/responden atau tempat, dimana subjek/responden bertempat tinggal atau melakukan kegiatan sehari-

harinya. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya, monumental dari seseorang. Bentuk dokumen dapat berupa dokumen pribadi, seperti catatan harian, surat pribadi, dan autobiografi dan dokumen resmi berupa surat keputusan, memo, surat instruksi, dan surat bukti kegiatan yang dikeluarkan oleh instansi tertentu (Mardawani, 2020: 59).

4. Teknik Keabsahan Data

Untuk memeriksa keabsahan data penelitian ini, peneliti menggunakan teknik triangulasi. Menurut Sugiyono triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan data dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga macam triangulasi yaitu:

a. Triangulasi Teknik

Menurut Sugiyono triangulasi teknik berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber data yang sama. Peneliti menggunakan observasi partisipatif, wawancara mendalam. Serta dokumentasi untuk sumber data yang sama secara serempak.

b. Triangulasi Sumber

Menurut Sugiyono triangulasi sumber berarti untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama (Surhayat, 2019: 194-195).

c. Triangulasi Waktu

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Data yang dikumpulkan dengan teknik wawancara di pagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan cara melakukan pengecekan dengan wawancara, observasi, atau teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.

Pelnelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber, yaitu

delngan cara menggali kebenaran satu atau beberapa informasi melalui beberapa sumber. Mulai dari sumber data yang didapat secara langsung seperti wawancara dan observasi, hingga yang didapat secara tidak langsung seperti dokumen dan arsip.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis Model Miles and Huberman, diantaranya yaitu:

a. Reduksi Data

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data, memfokuskan hal-hal penting, dicari tema dan polanya. Supaya data tersebut dapat memenuhi kebutuhan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu meliputi layanan konseling individual untuk membantu mengatasi perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang.

b. Penyajian Data

Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, dan hubungan antar kategori yang sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks bersifat naratif. Dengan mendisplaykan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan pekerjaan selanjutnya berdasarkan apa yang telah di fahami tersebut, sehingga dalam melakukan penelitian peneliti mampu menyajikan data berkaitan dengan layanan konseling individu untuk membantu mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang.

c. Penarikan Kesimpulan/Verifikasi

Penarikan kesimpulan dan verifikasi, pada kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak

ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel (Sugiyono, 2013: 245-253), sehingga peneliti dapat lebih jelas menjawab rumusan penelitian dengan judul “Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang”.

G. Sistematika Penulisan Skripsi

Agar mendapatkan gambaran yang lebih jelas dan menyeluruh mengenai pembahasan skripsi ini. Maka secara umum penulis merinci dalam sistematika pembahasan ini sebagai berikut:

- Bab I: Berisi tentang pendahuluan, memuat: latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, tinjauan pustaka, metodologi penelitian, dan sistematika penulisan.
- Bab II: Berisi tentang landasan teori Layanan Konseing Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang.
- A. Layanan Konseling Individu : berisi tentang pengertian layanan konseling individu, tujuan layanan konseling individu, tahap-tahap layanan individu, metode layanan konseling individu, konseling individu dalam dakwah I
 - B. Kehamilan Tidak Diinginkan : pengertian kehamilan tidak diinginkan, faktor kehamilan tidak diinginkan, dampak kehamilan tidak diinginkan
 - C. Perasaan Malu : pengertian perasaan malu, ciri perasaan malu, dampak perasaan malu

- D. Urgensi layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja dalam perspektif bimbingan konseling Islam
- Bab III: Gambaran umum objek penelitian dan hasil penelitian
- A. Gambaran Umum Profil Griya Welas Asih Semarang
 - B. Kondisi Perasaan Malu Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang
 - C. Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Bagi Remaja Kehamilan Tidak Diinginkan
- Bab IV: Analisis
- A. Analisis Kondisi Perasaan Malu Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang
 - B. Analisis Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Bagi Remaja Kehamilan Tidak Diinginkan
- Bab V: Berisi kesimpulan dan saran-saran dari hasil yang penulis teliti, serta kata penutup.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Layanan Konseling Individu

1. Pengertian Layanan Konseling Individu

Menurut Hoffman dengan jelas menggambarkan bahwa konseling merupakan pertemuan tatap muka antar konselor dengan klien atau konseli, dan konseling dipandang sebagai inti atau substansi dari proses pemberian bantuan yang esensial bagi upaya layanan bimbingan kepada klien ketika mereka berusaha memecahkan masalah yang mereka hadapi. Sedangkan menurut Hana menjelaskan bahwa konseling bermaksud memberikan pelayanan atau informasi kepada seseorang dalam proses pertemuan antara dua orang yang salah satunya menagalami permasalahan yang disebabkan oleh masalah pribadi yang tidak dapat diselesaikan sendiri (Riyadi & Adinugraha, 2018: 18).

Istilah konseling berasal dari kata "*counseling*" dari kata dalam bentuk kata benda dari kata kerja "*to counsel*" secara etimologis berarti "*to give advice*" atau memberikan saran dan nasihat. Konseling adalah bantuan yang diberikan oleh seorang ahli (konselor) kepada seorang klien atau sekelompok klien untuk mengatasi problemnya dengan jalan wawancara dengan maksud agar klien atau sekelompok klien tersebut mengerti jelas tentang problemnya sendiri sesuai dengan kemampuannya mempelajari saran-saran yang diterima dari konselor (Muttaqin, 2016: 177-210).

Layanan konseling individu adalah layanan BK yang memungkinkan individu mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami (Tanjung, 2021: 59). Layanan konseling individual didefinisikan sebagai kegiatan terapeutik yang dilakukan secara perseorangan untuk membantu konseli yang sedang menagalami masalah atau kepedulian tertentu yang bersifat pribadi. Dalam pelaksanaannya, konseli dibantu oleh konselor untuk mengidentifikasi masalah, penyebab masalah, menemukan

alternatif pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan terbaik untuk mewujudkan keputusannya dengan penuh tanggung jawab dalam kehidupannya (Setiawan, 2021: 74).

Konseling perorangan menurut Prayitno dan Erman Amti adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Konseling perorangan merupakan layanan konseling diselenggarakan oleh konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien (Kamaruzzaman, 2016: 79).

Menurut Gibson dan Mitchell konseling individu adalah hubungan satu-satu yang melibatkan seorang konselor terlatih dan berfokus kesejumlah aspek penyesuaian diri konseli, perkembangannya, atau kebutuhannya bagi pengambilan keputusan (Prasetya, 2017: 31-38). Gibson & Mitchel mendefinisikan konseling individu sebagai hubungan yang berupa bantuan satu-satu yang berfokus kepada pertumbuhan dan penyesuaian pribadi dan memenuhi kebutuhan akan penyelesaian problem dan kebutuhan pengambilan keputusan (Putra, 2019: 103).

Menurut Tolbert yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan konseli, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada konseli sebagai seorang yang normal, konseli dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga konseli dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi maupun sosial, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan (Istiati, 2021: 9).

Konseling individual adalah proses belajar yang bertujuan agar konseli dapat mengenal diri sendiri, menerima diri sendiri serta realistis dalam proses penyesuaian dengan lingkungannya. Suatu hubungan pribadi yang

unik dalam konseling dapat membantu individu membuat keputusan, pemelihan dan rencana yang bijaksana, serta dapat berkembang dan berperan lebih baik di lingkungannya. Konseling membantu konseli untuk mengerti diri sendiri mengeksplorasi diri sendiri, dan dapat memimpin diri sendiri dalam suatu masyarakat (Ariana & Hartini, 2016: 66).

Konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam dan menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut rahasia pribadi klien); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien; namun juga bersifat spesifik menuju ke arah pengentasan masalah (Junaedi, & Ardani, 2022: 135).

Konseling individual dapat diartikan juga sebagai hubungan timbal balik antara dua individu dimana yang seorang (konselor) berusaha membantu yang lain (klien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada masa yang akan datang. Konseling individual merupakan kunci utama semua kegiatan bimbingan dan konseling. Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien untuk mencapai suatu tujuan klien yaitu untuk membantu memulihkan kesehatan mental individu melalui pengembangan pribadi dan sosial serta berusaha untuk menghilangkan efek-efek ketidakharmonisan emosi individu (Andriyani, 2018: 19).

Definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu adalah proses kegiatan konseling yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dan konseli, mengubah dan mebantu mengentaskan masalah secara pribadi. Dalam hal tersebut konseli dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga konseli dapat

menggunakan potensinya, dan lebih lanjut konseli dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.

2. Tujuan Layanan Konseling Individu

Bimbingan dan konseling mempunyai tujuan umum untuk membantu individu mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan bakat, kemampuan, minat dan nilai-nilai serta terpecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh klien. Juga membantu individu agar dapat mandiri dengan ciri mampu memahami dan menerima diri sendiri dan lingkungannya, membuat keputusan dan rencana yang realistis, mengarahkan diri sendiri dengan keputusan dan rencananya itu serta pada akhirnya mewujudkan diri sendiri (Andriyani, 2018: 21).

Pelayanan konseling individual bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri dan tidak tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri, serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki (Andriyani, 2018: 20).

Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya (Prayitno, 2005: 52). Lebih lanjut prayitno mengemukakan tujuan khusus konseling individu dalam 5 hal. Yakni, fungsi pemahaman, fungsi pengentasan, fungsi pengembangan atau pemeliharaan, fungsi pencegahan, dan fungsi advokasi.

1. Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi pelayanan konseling yang menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan individu, seperti: pemahaman tentang diri, lingkungan terbatas (keluarga, sekolah) dan lingkungan yang lebih luas (dunia pendidikan, kerja, budaya, agama, dan adat istiadat).
2. Fungsi Pengentasan, yaitu fungsi konseling yang menghasilkan terentasinya berbagai permasalahan yang dialami individu.
3. Fungsi Pengembangan dan Pemeliharaan, pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah konseli dapat dicapai.
4. Fungsi Pencegahan, fungsi ini membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif meliputi pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mencoba mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.
5. Fungsi Advokasi, masalah yang dialami konseli menyangkut dilanggarnya hak-hak konseli, sehingga konseli teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individu dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (pembelaan) (Putra, 2019: 104)

Menurut Gibson, Mitchell dan Basile ada sembilan tujuan dari konseling perorangan, yakni:

1. Tujuan perkembangan yakni klien dibantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya serta mengantisipasi hal-hal yang akan terjadi pada proses tersebut (seperti perkembangan kehidupan sosial, pribadi, emosional, kognitif, fisik, dan sebagainya).

2. Tujuan pencegahan yakni konselor membantu klien menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan.
3. Tujuan perbaikan yakni konseli dibantu mengatasi dan menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.
4. Tujuan penyelidikan yakni menguji kelayakan tujuan untuk memeriksa pilihan-pilihan, pengentasan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan sebagainya.
5. Tujuan penguatan yakni membantu konseli untuk menyadari apa yang dilakukan, difikirkan, dan dirasakan sudah baik
6. Tujuan kognitif yakni menghasilkan fondasi dasar pembelajaran dan keterampilan kognitif .
7. Tujuan fisiologis yakni menghasilkan pemahaman dasar dan kebiasaan untuk hidup sehat.
8. Tujuan psikologis yakni membantu mengembangkan keterampilan sosial yang baik, belajar mengontrol emosi, dan mengembangkan konsep diri positif dan sebagainya (Hibana Rahman, 2005: 85).

Konseling individu bertujuan membantu individual untuk memecahkan masalah-masalah pribadi, baik sosial maupun emosional, yang dialami saat sekarang dan yang akan datang. Konseling individu bertujuan untuk membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling memberikan bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku (Ariana, Hartini, 2016: 66).

3. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu

Secara menyeluruh dan umum, proses konseling individual dibagi atas tiga tahap yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir konseling.

1) Tahap awal konseling

Tahap awal ini terjadi sejak klien bertemu konselor hingga berjalan proses konseling dan menemukan definisi masalah klien. Cavanagh menyebut tahap awal ini dengan istilah *introduction, invitation, and environmental support*. Adapun yang dilakukan konselor dalam proses konseling tahap awal itu adalah sebagai berikut:

a) Membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah

Pada tahap ini konselor berusaha membangun untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan klien. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yaitu hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan konseling ditentukan oleh tahap awal ini. Kunci keberhasilan tahap ini diantaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan klien. Keterbukaan klien untuk mengungkapkan isi hati, perasaan, dan harapan sehubungan dengan masalah ini akan sangat bergantung pada kepercayaan klien terhadap konselor. konselor hendaknya mampu menunjukkan kemampuannya untuk dapat dipercaya oleh klien, tidak pura pura, asli, mengerti dan menghargai klien. Pada tahap ini Konselor hendaknya mampu melibatkan klien untuk terus menerus dalam proses konseling.

b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan klien sudah melibatkan diri, berarti kerja sama antara konselor dan klien bisa dilanjutkan dengan mengangkat isu, kepedulian, dan masalah yang dihadapi klien. Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala masalah yang dihadapinya. Klien juga sering tidak mengetahui potensi yang dia miliki yang dapat digunakan untuk

mengatasi masalah, tugas konselor adalah membantu mengembangkan potensi klien sehingga klien dengan kemampuannya itu dapat mengatasi masalahnya. Untuk mengatasi masalahnya itu terlebih dahulu klien harus mampu menjelaskan masalah tersebut. Tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami kliennya itu.

c) Membuat peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah

Konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah kliennya.

d) Menegosiasikan kontrak

Kontrak konselor dengan klien mengenai waktu, tempat, tugas, dan tanggung jawab konselor, tugas dan tanggung jawab klien, tujuan konseling dan kerjasama lainnya dengan pihak-pihak yang akan membantu perlu dilakukan pada tahap ini. Kontrak itu mengatur kegiatan konseling termasuk kegiatan konselor dan klien. ini artinya konseling adalah kegiatan yang saling menunjang dan bukan pekerjaan konselor saja. Disamping itu pula dalam kontrak ini konselor mengajak klien dan pihak lain untuk bekerja sama dalam menyelesaikan masalah kliennya.

2) Tahap pertengahan (tahap kerja)

Berdasarkan kejelasan masalah klien dan disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada :

1. Penjelajahan masalah yang dihadapi klien

2. Bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apaapa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Cavanagh menyebut tahap ini sebagai tahap *action*.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh pemahaman baru, alternatif baru yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Pemahaman ini akan membantu dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk masalah tersebut. Dengan adanya pemahaman baru, berarti adanya dinamika pada diri klien untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalahnya. Adapun tujuan pada tahap pertengahan ini sebagai berikut.

- a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian klien dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.

Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar klien mempunyai pemahaman dan alternatif pemecahan baru terhadap masalah yang dialaminya. Konselor mengadakan penilaian kembali dengan melibatkan klien dan lingkungannya untuk bersama-sama menilai masalah yang dialami klien. Jika klien bersemangat, berarti klien sudah begitu terlibat dan terbuka dalam proses konseling.

- b) Menjaga agar hubungan konseling agar terpelihara

Hal ini dapat terjadi jika klien merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya. Kondisi ini juga bisa tercipta jika konselor berupaya secara kreatif menggunakan berbagai variasi keterampilan konseling serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberikan bantuan konseling. Kreatifitas konselor juga dituntut dengan menggunakan berbagai potensi yang ada pada klien dan lingkungannya untuk membantu dan menemukan berbagai alternatif sebagai upaya menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri klien.

- c) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling, untuk itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Namun demikian untuk memperlancar proses konseling, konselor boleh menambah kontrak lainnya dengan kliennya (*fleksibel*).

3) Tahap akhir konseling

Cavanagh menyebut tahap ini dengan istilah termination. Pada tahap ini, konseling ditandai dengan beberapa hal berikut ini :

- a) Menurunnya kecemasan klien. hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif , sehat dan dinamik.
- c) Adanya tujuan hidup yang jelas dimasa yang akan datang dengan program yang jelas pula.
- d) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialaminya, dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, teman dan keadaan yang tidak menguntungkan. Tujuan tahap akhir ini adalah memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang tidak bermasalah. klien dapat melakukan keputusan tersebut. (Sukardi, 1993: 150-156)

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi sehingga tidak membosankan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling dibagi 3 tahapan yaitu :

- 1) Tahap awal konseling, yang bertujuan untuk membangun hubungan

konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penaksiran dan penjajakan, serta menegosiasikan kontrak.

- 2) Tahap pertengahan (tahap kerja), yang bertujuan menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara serta proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.
- 3) Tahap Akhir (tahap tindakan), yang bertujuan memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai, terjadinya *transfer of learning*, melaksanakan perubahan perilaku serta mengakhiri hubungan konseling. Tahap akhir ini menjadi berhasil dan sukses ditandai dengan menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang positif, sehat dan dinamik, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas serta terjadinya perubahan sikap positif yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar. Klien sudah berpikir realistis dan percaya diri. (Andriyani, 2018: 27-28)

4. Metode Layanan Konseling Individu

Metode konseling individu adalah cara kerja yang digunakan setelah identifikasi dan eksplorasi masalah yang dilakukan pada pelaksanaan konseling individu. Secara umum sudah dijelaskan dalam bukunya Tohirin ada tiga cara metode konseling yang bisa dilakukan yaitu:

1. Metode direktif

Metode langsung dalam proses ini yang aktif atau paling berperan adalah konselor, sedangkan klien bersifat menerima perlakuan dan keputusan yang dibuat oleh pembimbing. Hal ini konselor menasehati dan membuat keputusan untuk langsung diberikan kepada klien (individu) yang bermasalah.

Praktik konseling dalam dunia Islam dimana para Nabi khususnya Nabi Muhammad umumnya menerapkan cara-cara proses direktif yaitu

memberikan saran-saran, anjuran dan nasihat kepada klien. Nabi dan Rasul bisa disebut konselor apabila melihat tugas dan fungsinya sebagai pembimbing umat ke arah jalan yang benar. Praktik konseling direktif mendapat kritik terutama dari para penganut paham bahwa tujuan dalam konseling adalah kemandirian klien. Apabila klien masih dinasihati dan diarahkan berarti belum mandiri, begitupun sebaliknya sehingga tujuan utama konseling belum tercapai. (Putra, 2019: 103)

2. Metode non-direktif

Metode konseling non-direktif ini dikembangkan berdasarkan metode *clientcentered* (konseling yang berpusat pada klien). Dalam praktek konseling non-direktif, konselor hanya menampung pembicaraan, yang berperan adalah klien. Klien bebas berbicara sedangkan konselor menampung dan mengarahkan.

3. Metode efektif

Kenyataan bahwa tidak semua teori cocok untuk semua individu, semua masalah klien dan semua situasi konseling. Remaja yang ada di Griya Welas Asih memiliki tipe kepribadian yang tidak sama. Oleh sebab itu, tidak mungkin diterapkan metode konseling direktif saja atau non direktif saja. Agar konseling berhasil secara efektif dan efisien, tentu harus melihat siapa klien yang akan dibantu atau dibimbing dan melihat masalah yang dihadapi klien dan melihat situasi konseling. Untuk proses konseling ini dibutuhkan metode efektif yaitu penggabungan antara metode direktif dan non direktif. Yaitu memberikan saran dari konselor dan mengarahkan dan memberikan kebebasan kepada individu atau klien. Apabila terhadap klien tertentu tidak bisa diterapkan metode direktif, maka bisa direpakakan metode non-direktif begitu sebaliknya. Jika tidak bisa menggunakan metode direktif maupun non direktif maka bisa menggabungkan kedua metode

konseling di atas yang disebut dengan metode efektif (Yusuf, 2009: 51-52).

4. Metode dakwah

Menurut Arifin dalam Munzier Suparta dan Harjani Hefni, metode terbentuk dari dua kata: “*meta*” yang berarti melewati dan “*hodos*” berarti jalan, usaha, ikhtiar dan cara. Metode dapat diartikan sebagai usaha yang direncanakan untuk memperoleh tujuan yang ditetapkan. Sedangkan definisi metode dakwah secara terminologi ilmu pengetahuan yang mempelajari aturan dalam dakwah guna menggapai tujuan dakwah yang maksimal. Allah swt berfirman dalam surat An-Nahl ayat 125 :

أَدْعُ إِلَىٰ سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجَدِلْهُم بِالَّتِي هِيَ
أَحْسَنُ ۗ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَن ضَلَّ عَن سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: “*Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan perkataan 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.*” (QS An-Nahl : 125)

Ayat di atas menjelaskan tentang kewajiban berdakwah secara interpersonal (pribadi), kelompok, maupun dengan cara berorganisasi. Menurut Imam Abdullah bin Ahmad Mahmud An-Nasafi dalam Munzier Suparta dan Harjani Hefni menjelaskan ketiga metode dakwah pada ayat di atas sebagai berikut:

- a. *dakwah bil hikmah* adalah dakwah dengan menggunakan perkataan yang konsisten dan benar dengan menggunakan landasan yang dapat menghilangkan rasa ragu dalam diri manusia

- b. *dakwah bil mauizah hasanah* adalah perkataan yang terbuka (jujur) dari manusia dan nasihat Al-Quran yang bermanfaat bagi manusia
- c. *dakwah bilmujadalah* adalah berdiskusi dengan perkataan yang tidak menyinggung perasaan dan tidak mengatakan ucapan yang kasar. Berbantahan dengan perkataan yang menyadarkan hati, membangun jiwa dan menerangi pikiran (Santoso, 2019: 140-141).

5. Konseling Individu dalam Dakwah Islam

Konseling Individu dalam Islam erat kaitannya dengan dakwah, Dakwah Islam dengan segala aktivitasnya telah berkembang dari masa ke masa. Perkembangan tersebut dapat dilihat dari materi yang disesuaikan dengan perkembangan zaman, metode, maupun yang lainnya. Berangkat dari titik tolak mengajak manusia yang dilakukan dengan lisan (*da'wah bi al-lisân*), dengan perbuatan (*da'wah bi al-hâl*), dengan tulisan (*da'wah bi al-tadwîn*) sampai kepada pencegahan (*preventive*), penanganan masalah, penyembuhan (*curative*), serta perkembangan (*development*) mad'u, berbagai ilmu pengetahuan diterapkan dalam dakwah Islam dalam rangka mencapai tujuan, termasuk di dalamnya bimbingan dan konseling Islam, di mana ilmu ini disesuaikan dengan ajaran Islam.

Istilah kata konseling dalam bahasa Arab adalah *Al-Irsyad* yang secara etimologi *Al-Huda*, *Ad-Dalah*, dalam bahasa Indonesia berarti petunjuk. Di dalam Al-Qur'an terdapat kata *Al-Irsyad* menjadi satu dengan kata *Al-Huda* :

وَتَرَى الشَّمْسَ إِذَا طَلَعَتْ تَزُورُ عَنْ كَهْفِهِمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَإِذَا غَرَبَتْ تَقْرِضُهُمْ ذَاتَ الشَّمَالِ وَهُمْ فِي فَجْوَةٍ مِنْهُ ۗ ذَلِكَ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ ۗ مَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِ ۗ وَمَنْ يُضِلِّ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُرْشِدًا

Artinya: “Dan kamu akan melihat matahari ketika terbit, condong dari gua mereka ke sebelah kanan, dan bila matahari itu terbenam

menjauhi mereka ke sebelah kiri sedang mereka berada dalam tempat yang luas dalam gua itu. Itu adalah sebagian dari tanda-tanda kebesaran Allah. Barang siapa yang diberi petunjuk oleh Allah, maka dialah yang mendapat petunjuk; dan barang siapa yang disesatkan-Nya, maka kamu tak akan mendapatkan seorang pemimpin pun yang dapat memberi petunjuk kepadanya". (Q.S. Al-Kahfi: 17)

Ayat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa, *pertama* bahwa Allah berhak penuh untuk memberi petunjuk kepada manusia kepada jalan kebenaran atau membiarkan manusia dalam kesesatan. *Kedua*; bahwa Al-Quran merupakan pedoman dan petunjuk untuk memperoleh kebenaran, sehingga sangat dianjurkan kepada setiap manusia untuk menelaah lebih dalam tentang Al-Quran serta mengamalkannya, yang akan membimbing jiwanya kepada jalan kebenaran (Irwanto, 2021: 20-21).

Hal ini selaras dengan kegiatan dakwah *Irsyad al-Islam*, yaitu proses dakwah yang dilakukan dengan menyampaikan dan menginternalisasikan ajaran Islam melalui kegiatan bimbingan, penyuluhan dan psikoterapi Islami dengan sasaran individu atau kelompok kecil. *Irsyad* dilihat dari prosesnya lebih bersifat kontinyu, stimultan dan intensif. Dari segi materi *irsyad* dilaksanakan atas dasar masalah khusus dalam sebuah aspek kehidupan yang berdampak pada kehidupan individu atau kelompok kecil. (Bakhita, 2020: 72) Metode dakwah irsyad merupakan salah satu metode dakwah. Metode ini dipakai oleh Umar bin Khattab sebagai Amirul Mukminin. Pada masanya terjadi futuhat secara besar-besaran, umat Islam tidak hanya dari penduduk Jazirah Arab tetapi juga dari daerah Persia, Irak, Iran dan lainlain, untuk berdakwah kepada mereka, metode sangat berperan penting dalam keberhasilan dakwah. Menurut Umar bin Khattab, Metode dakwah irsyad yakni terbagi menjadi empat yakni :

a. Irsyad nafsi

Irsyad nafsi adalah suatu metode dakwah dimana konseli dan konselor menyatu dalam diri dai atau dengan kata lain dai dan mad'u itu menyatu dalam diri seseorang. Jadi, seorang dai sebelum

membimbing seseorang melakukan suatu tindakan yang baik terlebih dahulu, dia telah melakukan perbuatan baik tersebut.

b. Irsyad keluarga

Dalam melaksanakan irsyad keluarga, dapat dilihat sewaktu Umar bin Khattab mengumpulkan keluarganya. Umar sangat memperhatikan dan mengawasi gerak gerik kaumnya (Bani Ady), agar mereka tidak menyalahgunakan kesempatan karena jabatan Umar sebagai Amirul Mukminin. Dia tidak segan-segan menindak keluarganya sendiri jika dilihatnya ada gejala mengarah ke hal negative. dibuktikan saat anaknya sendiri yakni Abdurrahman bin Umar meminum khamar sampai mabuk. Kemudian dihukum oleh Amr bin Ash gubernur Mesir karena Abdurrahman bin Umar adalah rakyatnya. Setelah informasi sampai ke Umar, dia meminta Amr bin Ash mengirim anaknya ke Madinah dalam keadaan terantai, anaknya dan rakyat mengetahui keburukan anaknya. Hal ini dilakukan Umar, bukan dalam rangka pamer keadilan, tetapi memberitahukan rakyat bahwa hukum harus ditegakkan secara adil tanpa melihat siapa pelakunya.

c. Irsyad pejabat

Kebijakan Umar bin Khattab sebagai Amirul Mukminin sangat menentukan kebangkitan dan perkembangan peradaban Islam dari masa ke masa. Umar sangat berani, tegas dalam bersikap, jujur dan berkeadilan dalam melihat setiap persoalan, baik menyangkut pribadi, keluarga, pejabat dan umat dari berbagai aspek kehidupan. Dalam melahirkan sebuah kebijakan atau keputusan, Umar selalu mengajak para sahabat bermusyawarah.

d. Irsyad masyarakat

Irsyad terhadap masyarakat merupakan hal pertama yang dilakukan Umar sebagai Amirul Mukminin. Umar selalu berkata kepada rakyat, bahwa dia mengangkat pejabat dalam hal ini gubernur sebagai penguasa di sebuah provinsi bukan untuk menindas dan

mengambil harta rakyat. Gubernur dilantik dalam rangka mendidik, mengajari rakyat tentang masalah agama dan sunnah Nabi serta melayani masyarakat. Apabila terdapat gubernur yang melakukan penganiayaan terhadap rakyat, rakyat bebas mengadakan perbuatan gubernur tersebut kepada Amirul Mukminin. (Patmawati & Sukmawati, 2018 : 198-205)

Hakekat dan konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah kepada manusia untuk mempelajari tuntunan Allah dan rasul-Nya agar fitrah yang ada pada diri individu bisa berkembang dengan benar dan kokoh sesuai tuntunan Allah. Konseling islami adalah aktivitas yang bersifat “membantu”, dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Konseling Islam bertujuan untuk membantu orang mengembangkan kesadaran dan komitmen keagamaan mereka sebagai hamba dan khalifah yang bertanggung jawab kepada Allah. Individu, terutama pengganggu, bertanggung jawab atas tindakan mereka dan dapat hidup sebagai teman baik dengan Muslim lainnya. (Mintarsih, 2017 : 283)

Dalam agama Islam, para nabi khususnya Nabi Muhammad umumnya menerapkan praktik konseling direktif yaitu memberikan saran-saran, anjuran dan nasihat kepada klien. Nabi dan Rasul bisa disebut konselor apabila melihat tugas dan fungsinya sebagai pembimbing umat ke arah jalan yang benar.

B. Kehamilan Tidak Diinginkan

1. Pengertian Kehamilan Tidak Diinginkan

Menurut BKKBN permasalahan kehamilan yang tidak diinginkan adalah kehamilan yang dialami oleh seorang perempuan yang sebenarnya

belum menginginkan atau sudah tidak ingin hamil lagi. Istilah kehamilan yang tidak diinginkan merupakan kehamilan yang tidak menginginkan anak sama sekali atau kehamilan yang tidak diinginkan tetapi tidak pada saat itu/*mistimed pregnancy* (kehamilan terjadi lebih cepat dari yang tidak direncanakan). Kehamilan tidak diinginkan menurut Jain adalah gabungan dari kehamilan yang tidak diinginkan sama sekali (*unwanted pregnancy*) dan kehamilan yang diinginkan tetapi tidak pada saat itu (*mistimed pregnancy*). (Ratnaningsih, Ester, dkk. 2022: 74)

Married dalam bahasa Inggris berarti menikah, sedangkan *by accident* yang berarti karena kecelakaan yang dimaksud kecelakaan yakni karena timbul suatu sebab yakni menikah karena hamil. Dalam keterangan lain hamil diluar nikah adalah perempuan yang mengandung janin dalam rahimnya karena sel telur di buahi oleh *spermatozoa* serta tidak dalam ikatan perkawinan yang sah. Hamil diluar nikah merupakan akibat dari adanya hubungan seks yang dilakukan diluar nikah. Sebagian besar remaja mengenal hubungan seks melalui media berpacaran. Berpacaran merupakan sebuah proses ketika seseorang mulai menjalin hubungan dengan lawan jenis yang dicintainya. Berpacaran menjadi identik dengan eksperimen berhubungan seks layaknya sepasang suami-istri. Berpacaran merupakan fase ketika dua remaja yang berlainan jenis mengikatkan diri dalam suatu komitmen untuk saling mengenal tipe kepribadian satu sama lainnya untuk lebih dekat. Pada umumnya proses berpacaran mulai ketika seorang beranjak remaja (13-14 tahun), yakni manakala seorang remaja mulai memiliki rasa ketertarikan emosional, fisik, dan seksual terhadap lawan jenisnya (Nyoman, 2005:96).

Menurut Ikamari kehamilan tidak diinginkan merupakan tantangan sosial dan kesehatan global meliputi kehamilan yang tidak diinginkan (*unwanted*) dan kehamilan terjadi lebih cepat dari yang direncanakan (*mistimed*). Di seluruh dunia 38% dari kehamilan merupakan kehamilan tidak diinginkan yaitu 80 juta kehamilan pertahun. (Nawati, & Nurhayati,

2018: 22) Kehamilan tidak diinginkan berdasarkan didefinisikan sebagai kehamilan yang terjadi saat anda tidak menginginkan anak momen itu (*salah waktu kehamilan*) dan kehamilan yang tidak mengharapkan sama sangat (*tidak terbuang kehamilan*). Menurut Pranata kehamilan tidak diinginkan terkait dengan meningkat mempertaruhkan mordibitas wanita dan dengan perilaku kesehatan. Selama kehamilan yang terkait dengan memengaruhi yang buruk. Misalnya, wanita yang megalami kehamilan tidak diinginkan cenderung menunda pergi ke layanan prenatal untuk memeriksa bayi yang seperti itu pada akhirnya akan pengaruh kesehatan bayi. (Nasution, 2023: 29)

Kehamilan tidak diinginkan pada remaja merupakan salah satu dampak dari perilaku seks bebas (Amalia & Azinar, 2017:2). Adapun yang dimaksud kehamilan tidak diinginkan menurut Azinar, adalah kehamilan yang dialami oleh seorang perempuan yang belum menginginkan anak-anak atau karena sudah tak menginginkan anak (Azinar, 2013: 4).

Definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kehamilan tidak diinginkan adalah kehamilan saat dimana seorang perempuan atau pasangan suami-istri belum/tidak menginginkan terjadinya kehamilan dan belum menginginkan anak pada saat itu. Kehamilan tidak diinginkan juga dapat membahayakan kesehatan serta keselamatan ibu dan bayi karena kurangnya perawatan kehamilan.

2. Faktor Kehamilan Tidak Diinginkan

Menurut kusmiran ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kehamilan tidak diinginkan pada remaja antara lain kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi kemudian faktor yang berasal dari dalam diri remaja sendiri yang kurang memahami kewajibannya sebagai pelajar. Faktor luar seperti yaitu pergaulan bebas tanpa kendali orangtua menyebabkan remaja merasa bebas untuk melakukan apa saja yang diinginkan serta perkembangan teknologi media komunikasi yang semakin canggih yang memperbesar kemungkinan remaja mengakses apa

saja yang termasuk hal-hal negatif.

Menurut Penelitian Ismawarti dan Istri Utami, faktor yang pengaruh kejadian kehamilan tidak diinginkan adalah:

- a. Rendahnya pengetahuan reproduksi remaja.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian kehamilan tidak diinginkan pada remaja. Pengetahuan seksual salah bisa melahirkan persepsi yang salah tentang seks dan lanjut akan dorongan perilaku seksual yang salah dengan semua hasilnya.

- b. Sikap permisif remaja membuat mereka mudah dipengaruhi oleh masyarakat.

Sikap remaja yang pengalaman kejadian kehamilan tidak diinginkan ke koneksi seksual pra nikah sering tidak sesuai dengan kesadaran yang dimiliki. Mereka memberi tanggapan koneksi seksual pra nikah tidak boleh diadakan karena bisa menimbulkan rasa menyesal, malu, hilang titik depan.

- c. Mudah meangakses pornografi dari media massa.

Remaja mulai ingin tahu tentang kehidupan seksual manusia. Untuk itu, mereka mencari informasi tentang seks baik melalui buku, film, atau gambar lain yang dilakukan secara rahasia.

- d. Pengaruh teman dekat dalam pergaulan yang mendorong perilaku seks.

Remaja melakukan perilaku seks pra nikah bisa termotivasi oleh kelompok dalam upaya ingin menjadi bagian dari kelompoknya dengan mengikuti norma-norma yang telah dianut oleh kelompok (melakukan seks pranikah). Selain itu, didorong oleh rasa ingin tahu yang besar untuk mencoba semuanya yang belum diketahui.

- e. Gaya pengasuhan cenderung membiarkan anak masuk asosiasi

Jika ada masalah, remaja yang cenderung tertutup dengan

ibunya tidak sekali memberi tahu apa masalah mereka ke orang tuanya dan mereka cenderung lagi merasa nyaman saat berbicara dengan teman atau pacar. Perhatian ibu yang diberikan kepada anak harus ada meskipun hanya bertanya anak pergi kemana atau dengan siapa.

Menurut WHO beberapa faktor yang dapat menyebabkan kehamilan yang tidak diinginkan adalah:

- a. Tindakan memperkosakan atau kekerasan seksual,
- b. Kegagalan di dalam penggunaan alat kontrasepsi,
- c. Anak yang dikandung ternyata menderita kecacatan ganda yang parah,
- d. Kondisi kesehatan ibu yang tidak bisa jadi untuk hidup kehamilan (Nasution, 2023: 30-33).

Menurut Kusmiran kehamilan remaja dapat menyebabkan terganggunya perencanaan masa depan remaja karena terpaksa meninggalkan sekolah. Cita-cita yang diimpikan akan terhambat atau bahkan mungkin tidak dapat tercapai. Sementara itu, kehamilan remaja juga mengakibatkan lahirnya anak yang tidak diinginkan sehingga akan berdampak pada kasih sayang ibu terhadap anak tersebut. Masa depan anak ini akan dapat mengalami hambatan yang menyedihkan karena kurangnya kualitas asuh dari ibunya yang masih remaja dan belum siap menjadi ibu. Perkembangan psikologis anak akan terganggu. Anak tersebut juga akan tumbuh tanpa kasih sayang dan mengalami perlakuan penolakan dari orang tuanya. Selain itu, terdapat pula perlakuan yang kurang adil dari masyarakat atau institusi formal terhadap remaja perempuan. Sering kali dalam suatu kasus kehamilan di luar nikah yang tidak boleh melanjutkan sekolah adalah remaja perempuan. Sedangkan remaja laki-laki masih diperbolehkan melanjutkan sekolah. Pandangan negatif dari masyarakatpun cenderung lebih memberatkan perempuan dibandingkan laki-laki (Azinar, 2013. 2)

Muzdalifah menyebutkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan KTD

antara lain : kehamilan yang terjadi akibat perkosaan, kehamilan terjadi pada saat yang belum diharapkan, bayi dalam kandungan ternyata menderita cacat majemuk yang berat, kehamilan yang terjadi akibat hubungan seksual diluar nikah, anak sudah banyak, sosial ekonomi rendah, umur tua, kegagalan alat kontrasepsi, suami tidak bersedia menerima kehamilan lagi, jarak antara anak terlalu dekat, ketidaktahuan atau minimnya pengetahuan tentang perilaku seksual yang dapat mengakibatkan kehamilan, kondisi kesehatan ibu yang tidak mengizinkan adanya kehamilan, alasan karir atau masih sekolah dan kehamilan karena *incest* (Ismarwati & Utami, 2017: 168).

Menurut hasil penelitian Aziza dan Amperanungsih menyatakan bahwa faktor penyebab terjadinya kehamilan tidak diinginkan pada remaja adalah kurangnya pengetahuan mengenai kehamilan remaja, kurangnya peran orang tua dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi, kurangnya pendidikan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja, kurangnya penerapan ajaran agama dan iman dalam diri remaja, perkembangan iptek dan sosial budaya (Aryanti & Dartiwen, 2021: 40). Kehamilan tidak diinginkan dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Perkumpulan Berencana Keluarga Indonesia (PKBI), penyebab KTD diantaranya psikis perempuan yang belum siap untuk mengalami kehamilan, kegagalan alat kontrasepsi, serta tidak diberikannya hak informasi dan pendidikan seksual pada remaja (Febriana & Sari, 2020: 1043).

Menurut Shiadeh rendahnya tingkat pendidikan dan sosial ekonomi, lamanya menikah, dan ketidakinginan pasangan terhadap kehamilan adalah faktor risiko dari kehamilan tidak diinginkan. Wanita dengan kehamilan tidak diinginkan berisiko tinggi terhadap perilaku tidak sehat, tidak merawat kehamilan dan memiliki risiko tinggi terhadap aborsi (Nawati & Nurhayati, 2018: 21-25).

Faktor-faktor yang menyebabkan kehamilan tidak diinginkan diantaranya yaitu pengaruh lingkungan, pergaulan bebas dan pola asuh

orang tua. Pergaulan bebas yang tidak terkendali secara normatif dan etikamoral antar remaja yang berlainan jenis, akan berakibat adanya hubungan seksual di luar nikah (*sex pre-marital*). Hal-hal yang mendorong remaja melakukan hubungan seks di luar pernikahan, menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Keluarga Kaiser adalah faktor mispersepsi terhadap pacaran yaitu bentuk penyaluran kasih sayang yang salah di masa pacaran. Dariyo menjelaskan faktor religiuitas yaitu kehidupan iman yang tidak baik. Faktor kematangan biologis yaitu dalam hubungan seksual dianggap sebagai bentuk penyaluran kasih sayang yang salah dalam masa pacaran. Padahal agama Islam telah mengharamkan zina dan penyebab-penyebabnya seperti *ikhtilath* (percampuran antara laki-laki dan wanita) yang diharamkan dan *khalwat* yang merusak. Sebagaimana Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an Surah Al-Isra' ayat 32:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَ ۖ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya: “Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.” (Q.S Al-Isra : 32)

Ayat diatas menjelaskan bahwa larangan Allah untuk mendekati zina apalagi berzina, dan menjauhi perbuatan-perbuatan yang mendekati zina, serta perintah untuk menjaga dan memelihara kemaluannya dari perbuatan keji yang diharamkan oleh Allah Swt. Seperti zina, homoseksual, lesbian, dan perbuatan lainnya yang menuju ke arah zina (Syahri & Afifah, 2017: 6-7).

3. Dampak Kehamilan Tidak Diinginkan

Menurut Setianingrum, VE, dampak kehamilan tidak diinginkan jika yang memiliki pengalaman kehamilan tidak diinginkan adalah remaja, jadi dampak terkait dengan kesiapan remaja di dalam menajalani kehamilan. Banyak di dalam di antara remaja yang menagalami kehamilan tidak diinginkan, tidak mendapat dukungan dari lingkungan sosialnya, dikucilkan, atau bahkan terpaksa berhenti sekolah. Ini akan menghasilkan masa muda dengan adanya tekanan, baik itu merasa bersalah ataupun malu

(Puspitaningrum dkk, 2023: 33).

Aziato mengemukakan kehamilan tidak diinginkan pada remaja akan memberikan dampak kepada remaja tersebut, bayi dalam kandungan, serta lingkungan di sekitar remaja. Aborsi atau pengguran kandungan menjadi salah satu alternatif yang diambil oleh remaja dalam menyelesaikan permasalahan kehamilan tidak diinginkan yang dialaminya. Beberapa negara maju memberikan kebijakan legalitas aborsi pada remaja dengan pertimbangan tertentu. Hal ini mempertimbangkan masa depan remaja tersebut.

Dampak ini diperparah dengan ketidaksiapan remaja dalam menghadapi kehamilan tidak diinginkan. Selama proses kehamilan, persalinan, nifas, hingga masa depan remaja tersebut akan berubah setelah mengalami kehamilan tidak diinginkan. Remaja dituntut untuk siap menjadi ibu setelah kehamilan yang tidak diinginkan terjadi pada dirinya. Banyak gangguan kesehatan yang mungkin akan timbul yang disebabkan oleh ketidaksiapan fisik dan psikis remaja tersebut dalam menjalani kehamilan tidak diinginkan. Anemia, pre eklamsi, hipertensi, dan diabetes kehamilan merupakan komplikasi yang sering ditemui dalam kehamilan tidak diinginkan pada remaja. Dampak pada janin juga dapat terjadi, diantaranya *Intrauterine Growth Restriction (IUGR)*, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), dan bayi lahir kurang bulan. Conroy menjelaskan bahwa dampak kehamilan tidak diinginkan pada remaja tidak hanya pada kondisi fisik dan psikisnya saja, namun status sosial ekonomi remaja tersebut juga belum siap dalam menjalani peran barunya. Remaja lak-laki belum memiliki pekerjaan yang tetap dan layak untuk menghidupi keluarganya, sedangkan remaja perempuan akan berhenti pendidikan formalnya selama masa kehamilan. Kesejahteraan sosial akan sulit tercapai jika kondisi ini terus berlanjut (Pertiwi, & Abida, 2022: 48-49).

C. Perasaan Malu

1. Pengertian Perasaan Malu

Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata malu memiliki tiga arti. Pertama, merasa sangat tidak enak hati (hina, rendah, dan sebagainya) karena berbuat sesuatu yang kurang baik (kurang benar, berbeda dengan kebiasaan, mempunyai cacat atau kekurangan, dan sebagainya). Kedua, segan melakukan sesuatu karena ada rasa hormat, agak takut, dan sebagainya. Ketiga, kurang senang (rendah, hina, dan sebagainya) (Dessy Anwar, 2003: 273). Perasaan malu (*shyness*) merupakan suatu konsep dari ketakutan untuk menghadapi situasi yang baru atau kesadaran diri saat berada pada lingkungan sosial yang mengandung penilaian dari *peers*.

Michael Lewis dalam bukunya *Shame: Exposed Self*, menyatakan bahwa malu itu identik dengan perasaan Hawa di Taman Eden setelah memakan buah Khuldi. Hawa malu karena ia baru sadar bahwa dirinya telanjang usai melanggar perintah Tuhan. Dalam konteks ini, malu diartikan sebagai ekspresi atau emosi yang muncul ketika manusia gagal menutupi kesalahan yang telah diperbuat. Manusia seakan dilucuti kehormatannya, reputasinya, dan nama baiknya akibat dari aib tersebut diketahui orang lain (Muttaqin & Saputra, 2019: 190).

Definisi lain dari perasaan malu adalah suatu kecenderungan untuk merasakan ketakutan, ketegangan saat menghadapi lingkungan sosial, dengan adanya perasaan untuk dievaluasi oleh lingkungan sosial. Menurut Donahue perasaan malu (*shyness*) merupakan suatu hal yang umum terjadi pada masa remaja, dimana mereka berusaha melintasi berbagai batasan, mendapat pengetahuan tentang diri dan membangun identitas mereka. Fase remaja, merupakan periode perubahan dan pengembangan diri yang seringkali dikaitkan dengan pengalaman-pengalaman akan kecemasan dan kekalutan, sehingga jika *shyness* tergolong berlebihan maka akan menghambat perkembangan remaja terutamanya perkembangan emosi dan sosial (Afandi dkk, 2014: 43-63) .

Menurut Prayitno bahwa malu adalah bentuk yang lebih ringan dari rasa takut yang ditandai oleh sikap mengerutkan tubuh untuk menghindari

kontak dengan orang lain yang masih belum kenal. Gejalanya adalah wajah yang memerah, bicara dengan gagap, suara lemah, meremas-remas jari dan sembunyi serta mencari perlindungan. Gunarsah mengemukakan bahwa perasaan malu adalah rasa gelisah yang dialami seseorang terhadap pandangan orang lain kepada dirinya. Malu adalah bentuk yang paling ringan dari rasa takut yang ditandai dengan sikap mengerut untuk menghindari kontak dengan orang lain (Utama, 2019: 6)

Shyness atau rasa malu menurut Carducci & Golant merupakan kondisi ketidaknyamanan dan munculnya hambatan perilaku jika terdapat kehadiran orang lain di dekatnya. Menurut Dingman & Bloom *shyness* dapat dideskripsikan sebagai rasa cemas atau canggung saat seseorang berada di suatu situasi baru atau didekati oleh orang lain yang tidak dikenal, dimana bentuk yang lebih kuat dari *shyness* adalah *social anxiety* atau *social phobia* (Hidayati, 2016: 103).

Rasa malu (*shyness*) adalah satu kondisi kegelisahan, kecemasan, tidak menyenangkan dan terhambat, disebabkan oleh kehadiran orang lain. Menurut Drever malu adalah kecemasan sosial subjektif dipasangkan dengan penghambatan perilaku, yang hasil dari prospek atau kehadiran orang lain dan evaluasi interpersonal. Malu adalah keadaan psikologis yang menyebabkan perasaan tidak nyaman, memilih untuk penghindaran dari kontak sosial, malu juga didefinisikan sebagai kecenderungan untuk merasa tegang, khawatir atau canggung selama interaksi sosial, khususnya dengan orang-orang asing (Nugroho, 2017: 13).

Rasa malu merupakan cerminan manusia terdidik karena hanya manusia primitif yang tidak memiliki rasa malu, itulah sebabnya malu merupakan budaya manusia beriman baik laki-laki maupun perempuan walaupun karakter rasa malu pada laki-laki dan perempuan jauh berbeda. Rasa malu pada wanita lebih kuat daripada pria sebagaimana terungkap dalam kisah dialog Nabi Musa dan putri Nabi Syu'aib. Dengan perasaan malu, putri Nabi Syu'aib menyampaikan pesan sang ayah terungkap dalam

surah Al Qashas ayat 25 sebagai berikut :

فَجَاءَتْهُ إِحْدَىٰهُمَا تَمَشِي عَلَىٰ اسْتِحْيَاءٍ ۖ قَالَتْ إِنَّ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا
سَقَيْتَ لَنَا ۖ فَلَمَّا جَاءَهُ ۖ وَقَصَّ عَلَيْهِ الْقَصَصَ ۗ قَالَ لَا تَخَفْ ۗ نَجَوْتَ مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ

Artinya : “Kemudian datanglah kepada Musa salah seorang dari keda perempuan itu berjalan dengan malu-malu, dia berkata, “Sesungguhnya bapakku memanggil kamu agar ia memberi balasan terhadap (kebaikan)mu memberi minum (ternak) kami.” Ketika (Musa) mendatangi ayah wanita itu (Syeikh Madyan) menceritakan kepadanya kisah (mengenai dirinya), dia berkata, “Janganlah engkau takut! Engkau telah selamat dari orang-orang zalim itu.” (Al-Qashas : 25)

Ayat di atas mengungkapkan bahwa wanita lebih malu daripada laki-laki walaupun sekedar untuk menyampaikan pesan. Rasa malu membungkus segala perasaan di hati. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw: “Seandainya Allah tidak menutupi perempuan dengan rasa malu, tentu ia lebih rendah daripada senilai sekepal tanah.”

Rasa malu menurut Ahmad Humaedi dapat diklasifikasikan kedalam tiga kelompok, yaitu: pertama, malu kepada Allah, yaitu merasa selalu diperhatikan Allah sehingga akan selalu melaksanakan segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. Kedua, malu kepada diri sendiri. Ia akan malu mengerjakan perbuatan jelek walaupun tidak ada manusia yang melihatnya. Inilah kekuatan diri dalam mengendalikan hawa nafsu. Ketiga, malu kepada manusia, yaitu malu melakukan sesuatu yang merugikan orang lain. Rasa malu dapat bertindak sebagai tanda peringatan dari dalam diri akan adanya ancaman dan tantangan pada diri, dengan suatu pencetus pertahanan diri otomatis khususnya keinginan untuk melarikan diri dan perilaku untuk tunduk (*submissif*), marah, dan bersembunyi (Hayani, 2019: 65-66).

Definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa perasaan malu adalah kondisi takut dan ketidaknyamanan seseorang dalam kehadiran orang lain maupun terhadap lingkungan sosialnya, berbuat sesuatu yang tidak baik juga bisa menyebabkan perasaan malu. Selain itu rasa malu juga diartikan

sebagai ekspresi atau emosi yang muncul ketika manusia gagal menutupi kesalahan yang telah diperbuatnya atau karena melakukan sesuatu yang merugikan orang lain.

2. Ciri Perasaan Malu

Ada dua jenis rasa malu yaitu : pertama, adalah khawatir bahwa orang lain akan melihat dirinya sebagai orang yang tidak menarik atau membosankan sehingga akan ditolak atau dikeluarkan dari hubungan-hubungan yang membantu. Jenis rasa malu ini merupakan “*shame of deficit*” dari dikeluarkan atau ditinggalkan orang lain karena merasa tidak cukup menarik, tidak memiliki sesuatu yang cukup. Jenis malu ini dapat mengarahkan kepada keinginan-keinginan untuk mendekati orang lain dan diterima, dan pada saat seseorang siap melakukan seperti yang orang lain inginkan ia pun melakukannya menjadi seperti yang diinginkan orang lain sehingga orang lain tersebut akan menyukainya dan membantu dirinya.

Terdapat dua jenis *shyness* yaitu *situational (state) shyness* dan *dispositional (trait) shyness*. *Situational shyness* melibatkan emosi dan kognisi yang merupakan pengalaman dari rasa malu itu sendiri. Tipe ini dapat terjadi sewaktu-waktu oleh siapapun, terutama pada suatu situasi sosial. Sedangkan *dispositional shyness* merupakan malu yang bersifat jangka panjang atau permanen walaupun dalam waktu maupun situasi yang berbeda. Menurut Russell, Cutrona, & Jones mengungkapkan bahwa *dispositional shyness* dapat berkurang saat keadaan sekitar yang harus dihadapi berubah. Tipe ini merupakan ciri kepribadian yang muncul secara stabil sewaktu-waktu dan tergantung situasi yang dihadapi. (Hidayati, 2016: 104).

Menurut Buss terdapat dua jenis pemalu (*shyness*), yaitu:

- 1) *Fearfull shyness* yang disebabkan oleh situasi yang baru, situasi yang menurut individu mengganggu, adanya evaluasi dari orang

lain, dan berbicara dengan orang yang banyak di depan. Situasi baru dikategorikan menjadi tiga, yaitu:

- a) situasi yang baru;
- b) bertemu dengan seseorang yang baru;
- c) bertemu dengan lebih dari satu orang baru, misalnya berinteraksi dengan orang baru, datang ke acara informal, bergabung dengan suatu kelas yang baru.

Berbicara dengan orang banyak dikategorikan menjadi dua, yaitu:

- a) membuat presentasi di depan banyak orang atau depan umum,
- b) berbicara di depan umum, dan menjelaskan tentang poin permasalahan di depan banyak orang atau umum. Semua kategori tersebut melibatkan evaluasi dari orang lain

2) *Self Conscious shyness* disebabkan oleh menjadi pusat perhatian orang lain, menjadi orang yang berbeda diantara orang lain, berinteraksi dengan figure otoritas atau seseorang yang mempunyai status, menghadiri situasi formal, dan menjadi fokus perhatian apa yang dipikirkan dan diperhatikan orang lain. (Afandi dkk, 2014: 43-63).

Menurut Henderzon dan Zimbardo karakteristik perasaan malu (*shyness*) terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

1. Fisiologis
 - a) Jantung berdetak kencang
 - b) Mulut kering
 - c) Gemetar
 - d) Merasa pusing
 - e) Berkunang-kunang
 - f) Mual

- g) Berkeringat
2. Kognitif
 - a) Anggapan negatif pada diri sendiri, orang lain dan situasi
 - b) Kekuatan untuk dievaluasi negatif oleh orang lain, dan takut dianggap bodoh oleh orang lain
 - c) Menyalahkan diri sendiri, dan biasanya setelah berinteraksi sosial
 - d) Keyakinan negatif akan diri sendiri (lemah) orang lain lebih berpengaruh, terkadang keyakinannya tidak masuk akal, adanya pandangan negatif, misalnya “Saya tidak menarik, dan tidak layak dicintai”
 - e) Khawatir berlebihan, perfeksionis.
 3. Afeksi
 - a) Mereka selalu diperhatikan/diamati oleh orang lain, malu
 - b) Kesepian
 - c) Merasa kecemasan
 - d) Merasa rendah diri
 - e) Sedih
 4. Perilaku
 - a) Pendiam/pasif
 - b) Menghindari atau kesulitan kontak mata
 - c) Menghindari interaksi sosial yang menakutkan seperti mendahului percakapan
 - d) Suara yang pelan
 - e) Cara berbicara terbata-bata

Secara sederhana rasa malu dapat terjadi ketika berdekatan dengan orang lain yang terlihat lebih dan secara sosial membandingkan diri kita dengan mereka. Orang lain mungkin tidak mengusik secara langsung tetapi saat berada di dekat mereka (yang terlihat lebih baik, lebih percaya diri, menerima perhatian yang lebih banyak) dapat membuat kita merasa

seperti suatu yang mengusik dalam perasaan dalam diri. Jenis malu seperti ini dapat dihubungkan dengan rasa cemburu (*envy*) (Hayani, 2019: 67).

3. Dampak Perasaan Malu

Dampak dari perasaan malu diantaranya sebagai berikut:

1. Interaksi Sosial

Menurut Shanon seorang yang pemalu akan kesulitan berperilaku secara normal seperti perilaku yang mungkin dianggap sebagian orang biasa. Seorang yang pemalu akan kesulitan saat berperilaku seperti menjawab telepon, mengajak seorang teman pergi jalan-jalan atau beristirahat, menghadiri pesta, menjawab pertanyaan, mengajukan pertanyaan guru.

2. Kesehatan Mental

Penelitian yang lain dampak dari perasaan malu (*shyness*) adalah berakibat munculnya depresi, kesendirian (kesepian), neurotik, psikosomatis dan masalah gastrointestinal. Perasaan malu (*shyness*) juga dapat menyebabkan gangguan makan, alergi, dan keluhan somatik lainnya.

3. Kemampuan Akademik

Menurut Carducci individu yang pemalu akan berakibat pada perkembangan akademik, karena kegugupan yang luar biasa, kecemasan, kesadaran diri sebagai obyek untuk dievaluasi, atau menarik diri membuat seorang individu akan jauh dari kemampuan untuk menjaga fokus dan konsentrasi dalam kelas, berpartisipasi dalam kelas, atau mendapatkan bantuan dari guru. Perasaan malu (*shyness*) akan mempunyai efek pada perkembangan sosial karena anak yang *shyness* kurang mempunyai keinginan untuk belajar keterampilan sosial yang biasanya dipelajari oleh *peers*, dan anak yang tidak *shyness* dan tidak mengalami kegugupan akan mudah membentuk hubungan pertemanan. Terakhir seorang yang pemalu akan merasa tegang saat

menulis dengan tangan, dan tidak nyaman jika mengerjakan pekerjaan sekolah dengan benda yang tidak ia biasa lakukan.

4. *Self Esteem* yang Rendah

Menurut Chazan, Laing, dan Davies bahwa seorang yang merasa adanya ketidaksesuaian antara keinginan untuk bereaksi dan perilaku yang dilakukan, akan membuat *self esteem* mereka menjadi rendah. Untuk menghindari perasaan negatif, seseorang akan menurunkan harapan mereka terhadap diri sendiri dan menerima performansi rendah mereka dari interaksi sosial, bahkan menghindari interaksi sosial yang membuat *self esteem* mereka terancam. (Afandi dkk, 2014: 43-63).

Swallow menuliskan hal-hal yang dirasakan orang pemalu adalah:

- a. menghindari kontak mata,
- b. tidak mau melakukan apa-apa (diam),
- c. tidak terlalu banyak bicara, menjawab secukupnya misal “ya” atau “tidak”,
- d. memilih untuk tidak mau meminta tolong atau bertanya pada orang yang tidak dikenal,
- e. mengalami demam panggung (pipi memerah, keringat dingin, tangan berkeringat, bibir kering),
- f. mengalami psikosomatis,
- g. merasa tidak ada yang menyukainya,
- h. jantung berdebar kencang.

Crozier berpendapat individu pemalu kurang terlibat dalam interaksi sosial karena rasa takut yang intens, kritik dan penolakan. Interaksi sosial yang kurang dapat menyebabkan individu pemalu meragukan kemampuan sosialnya dan menjadi sadar diri tidak memiliki rasa penguasaan dalam pertemuan sosial. Kesadaran diri tinggi di kalangan individu pemalu mungkin juga negatif mempengaruhi perilaku yang diarahkan pada tujuan.

Chung & Evans menemukan individu pemalu mengalami gangguan lainnya seperti pencernaan, mual, muntah, diare, sembelit, dan kram, dibandingkan individu yang tidak malu. Meleshko & Alden menemukan individu pemalu cenderung menggunakan tanggapan melindungi diri selama percakapan lebih dibandingkan individu yang tidak pemalu, yang dapat dirasakan oleh individu lain sebagai defensif (Nugroho, 2017: 21).

D. Urgensi Layananan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam

Keputusan yang diambil konseling bagi klien bisa memberikan dampak bagi masa depan mereka, salah satu permasalahan yang terjadi khususnya remaja yaitu kehamilan tidak diinginkan. Kehamilan tidak diinginkan adalah kehamilan yang dialami oleh seorang perempuan yang sebenarnya belum menginginkan atau sudah tidak menginginkan hamil. Sedangkan menurut PKBI, kehamilan tidak diinginkan merupakan suatu kondisi dimana pasangan tidak menghendaki adanya proses kelahiran akibat dari kehamilan. Kehamilan juga merupakan akibat dari suatu perilaku seksual yang bisa disengaja maupun tidak disengaja. Banyak kasus yang menunjukkan bahwa tidak sedikit orang bertanggung jawab atas kondisi ini. Kehamilan yang tidak diinginkan ini dapat dialami, baik oleh pasangan yang sudah menikah maupun belum menikah (Chusnul Talata, 2019: 35).

Menurut Sudrajat secara khusus layanan konseling individual yaitu layanan yang membantu konseli dalam mengentaskan masalah pribadinya. Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli. Kemudian Sudrajad menyebutkan dalam suasana konseling individual tersebut, konselor memberikan ruang dan suasana yang memungkinkan konseli membuka diri secara transparan mungkin. Dalam suasana tersebut tentunya konseli dalam suasana mengungkapkan berbagai permasalahannya kepada konselor tentunya dalam suasana yang nyaman,

penuh kehangatan dan terbuka, penuh kerahasiaan dan merasa dihargai, sehingga tercipta suasana yang kondusif dalam mengungkapkan pikiran atau perasaan yang dialaminya. Karena itu diperlukan ruang khusus untuk konseling individual (Fatchurahman, 2018: 26). Pada dasarnya konseling ditujukan kepada orang-orang yang mengalami kesulitan dalam pendidikan, pekerjaan, dan masalah-masalah sosial yang situasinya tidak dapat dipilih dan tidak dapat diputuskan sendiri (Fiana, 2020: 131).

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islami adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi *kaffah*, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhilafahan di bumi, dan ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya (Maullasari, 2019: 174-175) .

Mengetahui bagaimana permasalahan perasaan malu pada kehamilan tidak diinginkan maka perlu adanya pelaksanaan layanan konseling individu sebagai pendekatan yang tepat dalam dakwah untuk memecahkan suatu permasalahan yang sedang dialami individu. Aktivitas dakwah dilakukan dengan mengajak, mendorong, menyeru tanpa tekanan atau provokasi serta bukan dengan bujukan. Dengan begitu konselor dapat memberikan arahan dengan kepada individu sesuai apa yang sedang di alaminya dan mengajak kepada kebaikan, maka konselor sama artinya menjalankan proses dakwah kepada orang lain. Pada tahap akhir konselor mengajak klien untuk banyak berdo'a dan berusaha agar bisa menerima diri sendiri dan memaafkan diri sendiri akan perbuatannya.

Uraian diatas berarti layanan konseling individu berkaitan erat dengan dakwah, karena antara dakwah dan layanan konseling individu ini memiliki arah dan tujuan yang sama yaitu mengarahkan kepada kebaikan untuk

membimbing dalam menyelesaikan masalah. Dalam teknik ini pemberian bantuan dilakukan dengan konseling individual yaitu dengan hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan lewat empat mata) yang dilaksanakan dengan wawancara antara konselor dan konseli. Masalah yang dipecahkan melalui teknik konseling ini ialah masalah-masalah yang sifatnya pribadi (Putra, 2019: 109).

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadis ke dalam diri, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-Qur'an dan Hadis (Mintarsih, 2017: 282). Bimbingan dan konseling Islam yaitu bimbingan yang dilakukan melalui cara-cara yang berkaitan dengan dakwah Islam seperti *ta'lim* atau menuntut ilmu (pengkajian) yang di sebut dengan *al-Irsyad, nashihah* (nasihat yang baik), atau *isytyisyfa* (pengobatan) penyakit-penyakit kejiwaan seperti kesombongan, keluh kesah, tidak bersyukur dan lain sebagainya, dengan bimbingan dari segi ilmu untuk kemudahan hidup dan dzikir untuk ketenangan jiwa serta metode bisa membantu narapidana memperbaharui atau menambah keimanan serta ketaqwaan kepada Allah sehingga hidup dapat dijalani dengan baik (Khasanah & Umriana, 2017: 219). Metode bimbingan dan konseling dalam dakwah diperlukan mengingat banyaknya masalah yang terkait dengan keimanan dan pengamalan keagamaan yang tidak bisa diselesaikan dengan metode ceramah ataupun diskusi. Ada sejumlah masalah yang harus diselesaikan secara khusus, secara individual dan dengan tatap muka antara pendakwah dan mitra dakwah. Hal semacam ini membutuhkan pendakwah (konselor) tempat ia mencurahkan perasaannya, dan memperoleh kehangatan persahabatan serta kesejukan nasehat darinya (Maullasari, 2019: 176). Pada pelaksanaan konseling kata “nasihat” menunjukkan jenis hubungan khusus antara konselor dan klien dalam suasana menerima dan tidak posesif, sehingga cenderung

mengarah pada kebahagiaan dan kehidupan yang bermakna. Kebahagiaan adalah sasaran akhir konseling, mengacu pada keadaan atau proses maksimal dari fungsi manusia yang melibatkan pikiran, tubuh, dan jiwa (Mufid, 2020: 8).

Upaya layanan konseling individu dengan *irsyad* dalam meminimalisir perasaan malu pada remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan yaitu dengan melakukannya kegiatan konseling, karena *irsyad* merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar keluar dari berbagai kesulitan untuk mewujudkan kehidupan individu yang *hasanah thayibah*, dan memperoleh ridha Allah dunia akhirat (Maullasari, 2019). Diantara metode dakwah yang banyak digunakan dalam upaya meminimalisir rasa malu pada remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan adalah metode bimbingan konseling yang merupakan bagian dari metode *irsyad*. Metode bimbingan konseling umumnya digunakan oleh lembaga-lembaga umum, namun di rumah singgah menerapkan adanya kegiatan konseling untuk kesehatan psikis para remaja. Dalam kegiatan konseling berlangsung remaja/konseli bebas bercerita apa saja kepada konselor karena dalam bimbingan konseling sudah ada asas-asasnya, salah satu diantaranya yaitu asas kerahasiaan, dimana konselor harus menjaga semua kerahasiaan konseli segala data maupun informasi tentang diri konseli.

Menurut kamus bahasa Arab kata *irsyad (al-irsyad)* memiliki arti petunjuk, pengajaran, nasehat, pendapat dan pertimbangan. Menurut Enjang, *irsyad* merupakan proses penyampaian dan internalisasi ajaran Islam melalui kegiatan bimbingan, penyuluhan dan psikoterapi islami dengan sasaran individu atau kelompok kecil. Ditegaskan oleh Aep Kusnawan, *irsyad* juga memiliki makna internalisasi dan transmisi. Internalisasi yaitu proses penaklukan *ilham taqwa* terhadap *ilham fujur*. Sedangkan transmisi adalah memberitahukan dan membimbing terhadap individu, dua orang, tiga orang atau kelompok kecil (*nashihah*) atau memberikan solusi atas permasalahan kejiwaan yang dihadapi (*istisyfa*). Dengan demikian menurutnya *irsyad* memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Merupakan dakwah Islam yang bersifat spesifik di kalangan tertentu.
- b. Diantara pembimbing dan terbimbing terjadi hubungan personal.
- c. Memiliki upaya pemecahan masalah atau mensolusi problem psikologi mad'u.
- d. Pesan yang disampaikan merupakan paket program yang dirancang secara bertahap menuju perolehan target tertentu.

Teori umum yang hampir sama dengan konsep *irsyad* adalah bimbingan dan konseling Islam. Menurut Walgito bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya (Cucu,2017: 429-430). Dari penjelasan atas bahwa kaitannya *irsyad* dengan layanan konseling individu ialah keduanya sama-sama memberikan bantuan kepada klien/mad'u dalam pengentasan masalah pribadi klien/mad'u.

BAB III

GAMBARAN UMUM DAN HASIL PENELITIAN

A. Profil Griya Welas Asih Semarang

1. Sejarah Berdirinya Griya Welas Asih Semarang

Griya Welas Asih adalah wadah dimana kegiatan diantaranya adalah menampung wanita hamil di luar nikah yang membutuhkan penerimaan. Membantu pemulihan psikologi dan jasmaninya melalui konseling-konseling dan pelatihan kerja, supaya yang bersangkutan menjadi *single parent* yang mandiri. Memiliki kegiatan rutin lain yaitu pergi ke sekolah-sekolah atau komunitas untuk berbicara mengenai keagamaan, mengingat begitu banyaknya anak di bawah umur, bahkan anak sekolah dasar yang sudah kecanduan pornografi.

Griya Welas Asih ini didirikan di Kota Semarang pada bulan Juli tahun 2018, dengan tujuan awal yaitu membantu seseorang yang hendak melahirkan. Berawal dari melihat kebutuhan di masa sekarang dan tidak adanya rumah singgah di Kota Semarang yang membantu para ibu hamil di luar nikah. Pada tahun 2018 Griya Welas Asih ini bertempat di sebuah rumah petak di sekitar Tanjung Emas, Semarang Utara, dan pada tahun 2019 lalu Griya Welas Asih kembali pindah, bahkan mendapatkan rumah secara sukarela dari seorang dermawan, yang mau meminjamkan rumahnya untuk dijadikan rumah singgah. Griya Welas Asih menjadi rumah singgah bagi perempuan hamil di luar nikah. Awal tahun 2022 sudah ada 26 perempuan yang singgah di rumah sederhana itu. Para perempuan itu berasal dari berbagai daerah seperti Kota Semarang, Grobogan, Magelang dan lainnya. Dari luar Jawa seperti Maluku juga ada hanya saja perempuan itu sedang menempuh pendidikan di kota Semarang.

Melihat kebutuhan akan pelayanan kasih, maka didirikanlah pelayanan di Semarang yang dinamakan Pelayanan Kasih “Griya Welas Asih”. Griya

Welas Asih adalah pelayanan sosial yang bergerak untuk menolong para perempuan yang hamil di luar nikah, yang tertolak oleh keluarga/lingkungannya atau yang bahkan menolak kehadiran sang bayi, untuk membantu pemulihan hatinya, memberikan ketentraman dan ketenangan, menampung dan membiayai persalinan dan kebutuhan bayi yang dilahirkan. Mereka juga akan ditatar, dibekali dengan keterampilan supaya bisa menjadi *single parent* yang mandiri.

2. Visi, Misi, Tujuan

a. Visi

Pelayanan Kasih Griya Welas Asih ini memiliki visi untuk membantu para ibu hamil di luar nikah (tanpa melihat ras, suku, dan agama) yang terpuruk hidupnya karena hamil di luar nikah. Membantu dalam pemulihan hati, membantu mempersiapkan masa depan dengan baik, dan membagi kasih selama mereka tinggal di Griya Welas Asih. Target utama dari Griya Welas Asih ini adalah berbagi kasih pada masyarakat tanpa membedakan.

b. Misi

Misi dari Griya Welas Asih :

1. Bisa memberikan tempat tinggal mereka sementara hingga sembuh dari sakit melahirkan.
2. Menjadikan rumah ini sebagai tempat untuk pemulihan fisik dan psikis.
3. Membimbing secara mental dan membekali keterampilan-keterampilan khusus supaya para ibu hamil bisa siap menjadi *single parent* yang mandiri.
4. Bekerja sama dengan Panti Asuhan yang tidak memutuskan hubungan keluarga untuk penyaluran anak yang akan dititipkan.

5. Memberikan penyuluhan-penyuluhan ke sekolah-sekolah (SD/SMP/SMA), kampus, organisasi, mengenai pentingnya menjaga keagamaan.

c. Tujuan

- 1) Membantu perempuan yang hamil di luar nikah tanpa melihat suku, ras dan agama.
- 2) Menolong perempuan di bawah umur yang hamil di luar nikah menjadi *single parent* yang mandiri
- 3) Mengurangi angka aborsi di Indonesia.
- 4) Membantu pemulihan hati, memberikan ketentraman dan ketenangan kepada remaja yang hamil di luar nikah.

Selain itu, Griya Welas Asih juga dibuat untuk:

1. Memberikan penyuluhan ke sekolah-sekolah atau komunitas lain mengenai bahaya seks bebas, dan bagaimana menjadi seorang remaja berkualitas dengan pergaulan yang sehat.
2. Memberikan rasa diterima, memberikan rasa nyaman bagi wanita hamil di luar nikah yang tertolak dari keluarga/lingkungannya atau yang bahkan menolak kehadiran sang bayi.

Diharapkan Griya Welas Asih ini dapat menjadi tempat bagi wanita-wanita yang menjadi korban hubungan di luar pernikahan, membantu terwujudnya pemulihan hati para wanita yang hamil di luar nikah dan kemudian ditatar, dibekali dengan keterampilan. Dan kita juga bisa ikut membantu mengurangi angka aborsi di Indonesia. Jika seandainya sang bayi tetap diputuskan untuk diserahkan, kami akan bekerja sama dengan yayasan lain untuk proses adopsinya.

3. Letak Geografis

Lokasi penelitian merupakan suatu tempat yang digunakan untuk melakukan penelitian oleh peneliti guna mendapatkan data dari responden. Lokasi penelitian ini diambil di Griya Welas Asih Kota Semarang yang beralamat di Jl. Seteran Tengah No. 52, Miroto, Kec. Semarang Tengah, Kota Semarang, Jawa Tengah.

4. Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana yang dimiliki Griya Welas Asih Semarang sebelumnya belum memadai. Namun dari segi fasilitas yang tersedia pada bangunan Griya Welas Asih ini masih minim terdapat fasilitas yang dibutuhkan sebagai sarana untuk mengadakan kegiatan-kegiatan yang ada. Beberapa ruang masih berfungsi ganda, seperti misal ruang makan yang kadang dirubah menjadi tempat pertemuan apabila diadakan pertemuan di tempat tersebut. Selain itu, fasilitas untuk bayi juga masih sangat minim. Fasilitas kesehatan dan konseling juga disediakan di Griya Welas Asih. Selain itu sarana dan prasarana yang dimiliki Griya Welas Asih Semarang diantaranya sebagai berikut

- 1) Ruang rekreasi
- 2) Kamar tidur
- 3) Ruang makan
- 4) Ruang pengelola

Program-program unggulan di Griya Welas Asih diantaranya ialah :

1. *Comfort discussion*, tempat untuk sharing dan tanya jawab dengan pembina keagamaan.
2. *Comfort health*, makanan yang sehat dengan gizi yang cukup, kebersihan yang layak, obat-obatan umum p3k tersedia, dan senam hamil.
3. *Comfort medical*, kunjungan dokter seminggu dua kali termasuk imunisasi.

4. *Comfort education*, edukasi tentang kehamilan dan perawatan bayi (cara memandikan dll)
5. *Comfort training*, pengadaan training untuk menjadi *single parents* yang mandiri, misalnya memasak, menjahit, pengaturan keuangan, dll.
6. *Comfort library*, penyediaan buku-buku yang bermanfaat untuk ibu hamil dan menyusui, bagaimana berwirausaha, buku untuk anak-anak belajar membaca, gambar-gambar, dll.
7. *Comfort judicial*, membantu pengurusan surat-surat lahir (akte) dan surat-surat lain.

5. Struktur Organisasi

Penasihat	: Abraham A Mamesah
Koordinator	: Rosalia Amaya
Sekretaris	: Ruth Yoanita
Bendahara	: Benjamin Rahardjo
Pengawas Unit Kerja	: Joli Santoso & Anna Nursanti
Keagamaan	: Lisa
Konselor	: Yanty Piri
Pendidikan	: Yemima Andi
Kesehatan	: dr. Daniel Huri & dr. Vina Tamara
Penggalang Dana	: Yohanes Rudy
Pengadaan	: Sandra Adiputri
Penyaluran Kerja	: Jacky Chionander

Penyuluhan : Fernando

Konsultan Hukum : Sebastian B Soediono & Liana Dewi

Humas : Joli Santoso

B. Kondisi Perasaan Malu Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia, masa ini merupakan masa perubahan atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat dan budaya, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Masa remaja awal dan masuk ke sekolah menengah mencerminkan perubahan pada berbagai tingkatan. Tahun-tahun sekolah menengah bertepatan dengan perubahan penting dalam perkembangan remaja, termasuk pertumbuhan biologis, kognitif dan perkembangan sosial (Ajeng I, 2022: 34).

Faktor-faktor yang menyebabkan kehamilan tidak diinginkan diantaranya yaitu pengaruh lingkungan, pergaulan bebas dan pola asuh orang tua. Pergaulan bebas yang tidak terkendali secara normatif dan etikamoral antar remaja yang berlainan jenis, akan berakibat adanya hubungan seksual di luar nikah (*sex pre-marital*). Hal-hal yang mendorong remaja melakukan hubungan seks di luar pernikahan, menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Keluarga Kaiser adalah faktor mispersepsi terhadap pacaran yaitu bentuk penyaluran kasih sayang yang salah di masa pacaran. Dariyo menjelaskan faktor religiuitas yaitu kehidupan iman yang tidak baik. Faktor kematangan biologis yaitu dalam hubungan seksual dianggap sebagai bentuk penyaluran kasih sayang yang salah dalam masa pacaran. Padahal agama Islam telah mengharamkan zina dan penyebab-penyebabnya seperti *ikhtilath* (percampuran antara laki-laki dan wanita) yang diharamkan dan khalwat yang merusak. (Syahri & Afifah, 2017: 6-7).

1. Ciri perasaan malu

Menurut Buss terdapat dua jenis pemalu (*shyness*), yaitu:

- 1) *Fearfull shyness* yang disebabkan oleh situasi yang baru, situasi yang menurut individu mengganggu, adanya evaluasi dari orang lain, dan berbicara dengan orang yang banyak di depan. Situasi baru dikategorikan menjadi tiga, yaitu:

- a) Situasi yang baru

Sebagaimana yang disampaikan oleh DS, remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih Semarang sebagai berikut:

“Jadi, ini adalah kisah hidupku yang sangat kelam dan sangat tidak aku inginkan sebelumnya mbak. Dibulan maret 2022 saya dikasih teguran yaitu hamil di luar nikah. Perasaan bingung, khawatir, sedih, malu, campur aduk gak karuan, dimana saya sekarang kondisinya sedang bekerja. Setelah saya memberanikan diri bercerita ke orang tua akhirnya saya masuk ke Griya Welas Asih Semarang, pas pertama kali masuk saya merasa malu karena mungkin masih belum bisa beradaptasi dengan yang lain, tapi setelah itu saya sangat nyaman berada disini, karena mendapatkan perilaku yang sangat baik. Disini seperti memberikan motivasi, memberikan pelatihan menjahit, merajut dan memasak, dan masih banyak hal positif yang saya dapatkan di Griya Welas Asih”. (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 20 Agustus 2023)

- a. bertemu dengan lebih dari satu orang baru, misalnya berinteraksi dengan orang baru, datang ke acara informal, bergabung dengan suatu kelas yang baru.

Dalam wawancara DS, remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih Semarang, mengatakan:

“setelah saya mengalami kehamilan ini dan ketika saya bertemu orang baru untuk diajak ngobrol rasanya malu dan takut, padahal belum tau apa yang akan ditanyakan tapi karena saya merasa malu akan kehamilan ini jadi saya pun ketika ngobrol hanya dengan orang terdekat atau tertentu saja” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan

Griya Welas Asih, 20 Agustus 2023)

Seperti yang disampaikan oleh Ibu Rosa Amaya selaku Koordinator, bahwa remaja yang mengalami perasaan malu karena kehamilan tidak diinginkan sebagai berikut:

“Pada awal datang ke GWA mereka malu-malu, mungkin karena suasana baru dan bertemu orang baru. Kalo pas awal-awal tuh ngomong aja susah, suruh makan susah tapi berjalannya waktu karena mereka disini nasibnya sama mereka bisa senyum dan komunikasi bersama, teman yang senasib juga membuat mereka semangat dan bangkit, bisa cerita-cerita tentang rasa malu mereka dan lain-lain.” (Ibu Rosalia Amaya, Wawancara tanggal 29 Juli 2023)

Hal ini sama dengan yang disampaikan oleh RP remaja kehamilan tidak diinginkan dalam wawancara sebagai berikut:

“Saya tuh malu banget ketika mengetahui bahwa saya hamil, yang awalnya saya tidak mau menerima semua keadaan ini, tanpa pikir apapun saya berniat untuk menggugurkan bagaimanapun caranya, karena saya takut ketika orang tua saya tahu, saya juga malu sama orang tua dan teman-teman, apalagi kalau saya keluar rumah rasanya malu banget diliatin orang-orang” (Wawancara RP remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 20 Agustus 2023)

- 2) *Self Conscious shyness* disebabkan oleh menjadi pusat perhatian orang lain, menjadi orang yang berbeda diantara orang lain, berinteraksi dengan figure otoritas atau seseorang yang mempunyai status, menghadiri situasi formal, dan menjadi fokus perhatian apa yang dipikirkan dan diperhatikan orang lain.

Seperti yang disampaikan oleh Ibu Rosa Amaya selaku koordinator dalam wawancara sebagai berikut:

“Mereka datang ke GWA ini untuk menutupi perasaan malunya, untuk menutupi aibnya, karena ketika di rumah mereka menjadi pusat perhatian para tetangga, menjadi bahan omongan yang membuat mereka merasa malu dengan keadaan hamil di luar nikah.” (Ibu Rosalia Amaya, wawancara tanggal 29 Juli 2023)

Hal ini juga disampaikan oleh DS remaja kehamilan tidak diinginkan, sebagai berikut:

“setelah mengetahui aku hamil rasanya campur aduk mbak, dimana pada saat itu aku masih bekerja, sedangkan lelaki yang menghamili aku tidak mau bertanggung jawab. Saya tidak pernah periksa, saya juga tidak memiliki buku pink seperti ibu-ibu hami lainnya. Saya malu untuk keluar-keluar rumah untuk pergi periksa karena takut dengan omongan-omongan tetangga.” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 20 Agustus 2023).

Seperti yang disampaikan oleh Ibu Yanty Piri kondisi selaku konselor perasaan malu remaja kehamilan tidak diinginkan sebagai berikut:

“Yang pasti malunya itu ya karena kehamilannya itu, sekarang hamil tidak mempunyai suami itu pasti memalukan, malu juga karena tidak bisa sekolah kalau mereka yang masih sekolah sudah tidak bisa masuk sekolah, belum lagi di lingkungan keluarga kalau tau juga pasti malu, pasti juga ya akan di katakain mungkin yang lain bisa menerima namun sebagian besar mungkin tambah memermalukan “ko bisa begitu? Ko bisa hamil” ini dan itu nah itu alasan-alasan seperti itu tentu yang tidak sanggup diterima oleh remaja yang mengalami kehamilan diluar nikah. Pada masa kehamilan tidak diinginkan ini mereka merasa malu juga pasti orang akan bertanya dan berkata, “lah ko bisa hamil? pergaulannya seperti apa, keluargamu apa tidak mengawasi?” Dan lain sebagainya. Jadi itu yang saya maksud hukuman-hukuman sosial yang akan diterima klien ketika dia dalam kondisi hamil yang tidak siap itu dia tidak siap dengan berbagai pertanyaan yang akan muncul dan setiap bentuk-bentuk penghakiman yang bisa diberikan oleh lingkungan sekitar.” (Ibu Yanty Piri, wawancara tanggal 18 Agustus 2023)

Menurut Henderzon dan Zimbardo karakteristik perasaan malu (*shyness*) terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

1. Fisiologis

- a) Jantung berdetak kencang
- b) Gemetar
- c) Berkeringat

Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh SA remaja kehamilan tidak diinginkan dalam wawancara menjelaskan bahwa :

“Saya memilih untuk terus diam dirumah yaitu karena kalau sudah bertemu banyak orang saya takut, rasanya sampe degdegan, malu dengan keadaan yang sedang saya alami. Saya sudah berfikir kalau mereka itu akan mengolok-olok saya karena hamil diluar nikah” (Wawancara SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

2. Kognitif

- a) Anggapan negatif pada diri sendiri, orang lain dan situasi
- b) Menyalahkan diri sendiri, dan biasanya setelah berinteraksi sosial
- c) Keyakinan negatif akan diri sendiri (lemah) orang lain lebih berpengaruh, terkadang keyakinannya tidak masuk akal, adanya pandangan negatif, misalnya “Saya tidak menarik, dan tidak layak dicintai

Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh SA remaja kehamilan tidak diinginkan dalam wawancara menjelaskan bahwa :

“Aku bukanlah siapa-siapa mbak, aku merasa gagal menjadi seorang wanita, wanita yang kehilangan kehormatannya sebelum waktunya. Gagal menjadi seorang anak, karena tega mengecewakan sekaligus menghancurkan perasaan orang tuaku sendiri, orang tua yang selama ini menyanggiku dengan tulus, yang selalu ada disaat aku butuh. Gagal menjadi seorang anak yang harusnya mampu membanggakan kedua orang tuaku dengan prestasiku, bukan malah memberikan hal yang memalukan seperti ini. Maafkan anakmu ini ayah, ibu. Teruntuk adik perempuanku, maaf belum bisa jadi kakak yang baik, kakak harap masa depan mu baik, jangan seperti kakakmu ini.” (Wawancara SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

- d) Khawatir berlebihan, perfeksionis.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“Pada saat mengetahui saya hamil, membuat saya hancur, saya hanya bisa terdiam, tidak tau harus bagaimana apalagi

membayangkan masa depan saya, bagaimana saya bisa bertahan hidup dengan kondisi seperti itu. Sedangkan saya harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri, mamah, dan adik saya, yang terlintas hanya pikiran negatif seperti ingin mengakhiri hidup. sampai pada usai kandunganku hampir 7 bulan aku sudah tidak bisa bekerja dan dan aku masih bingung selanjutnya aku harus tinggal dimana, dengan uang tabunganku yang terbatas. Beberapa kali juga saya mencoba untuk menghilangkan janin tersebut, tetapi kuasa Tuhan tidak bisa ditentang janin tersebut tetap hidup dan sehat.” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

3. Afeksi

- a) Mereka selalu diperhatikan/diamati oleh orang lain, malu
- b) Kesepian
- c) Merasa kecemasan
- d) Merasa rendah diri
- e) Sedih

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“Semenjak ayah meninggal dan mamah menikah lagi semua perhatian dan kasih sayang sudah ga pernah saya dapatkan, yang saya pikirkan waktu itu adalah “oh seperti ini ya rasanya diperhatikan dan di sayang lagi” namun dengan lelaki yang membuat saya jatuh cinta. Dengan kata sayang dia dan perhatian dia saya tergoda untuk melakukan hal yang terlarang, berjalannya waktu saya dikasih teguran yaitu hamil di luar nikah, perasaan bingung, khawatir, cemas, sedih, campur aduk ga karuan. Ketika pacar saya tau kalau saya hamil, dia gamau bertanggung jawab” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

4. Perilaku

- a) Pendiam/pasif
- b) Menghindari atau kesulitan kontak mata
- c) Menghindari interaksi sosial yang menakutkan seperti mendahului percakapan

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“dikehamilanku ini, saya takut untuk bercerita dengan keluarga, begitu banyak hal yang membuat saya diam tak ingin bercerita kepada siapapun. Saya takut mengecewakan mereka, takut terhadap gunjingan orang-orang di sekitar, mentalku belum siap, ketakutanku begitu besar.” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

2. Dampak Perasaan Malu

Dampak dari perasaan malu diantaranya sebagai berikut:

1) Interaksi Sosial

Menurut Shanon seorang yang pemalu akan kesulitan berperilaku secara normal seperti perilaku yang mungkin dianggap sebagian orang biasa. Seorang yang pemalu akan kesulitan saat berperilaku seperti menjawab telepon, mengajak seorang teman pergi jalan-jalan atau beristirahat, menghadiri pesta, menjawab pertanyaan, mengajukan pertanyaan guru.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“Setelah mengetahui saya hamil, saya selalu berada didalam rumah rasanya males untuk bertemu orang-orang, malas ketika ada orang-orang yang menanyakan kehamilanku. Sekarang juga males kalo diajak temen main atau pergi kemana, karena sekarang perutku udah mulai gede, aku malu. Pokoknya pas saya hamil tuh bener-bener cuma diem dirumah, setelah saya mengetahui ada rumah singgah Griya Welas Asih Semarang, saya coba untuk masuk kesitu dan alhamdulillah disini banyak teman-teman yang mempunyai nasib yang sama, jadi bisa saling mengerti dan saling menguatkan.” (Wawancara RP remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

2) Kesehatan Mental

Penelitian yang lain dampak dari perasaan malu (*shyness*) adalah berakibat munculnya depresi, kesendirian (kesepian), neurotik, psikosomatis dan masalah gastrointestinal. Perasaan malu (*shyness*) juga

dapat menyebabkan gangguan makan, alergi, dan keluhan somatik lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“Di kehamilan ku saat saya merasa bingung dan takut untuk bercerita pada keluarga, takut membuat mereka marah dan kecewa, takut terhadap respon orang-orang disekitar. Ketakutan dan juga mentalku yang belum siap membuatku diam tidak menceritakan kepada siapapun. Pada saat itu terlintas untuk mengakhiri hidup, tapi aku merasa takut dan tidak tega karena bayi yang ada di kandunganku sendiri.” (Wawancara SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

Hal tersebut sama dengan apa yang disampaikan oleh DS remaja kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“pada saat itu ibu saya memberanikan diri untuk membelikan tespack untukku, dan saat saya lihat hasilnya hati saya sangat hancur. Garis dua pun muncul yang artinya saya hamil diluar nikah, ibu saya pun menangis didepan saya. Rasa ingin marah pada diri sendiri dan kecewa tapi bagaimana lagi semua sudah terjadi. Setelah bapak tahu, bapak juga menangis karena kenakalan saya yang sudah mengecewakan harapan orang tua saya impikan dari saya, yaitu sekolah hingga sarjana dan mampu mengangkat derajat orang tua.” (Wawancara DS remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

3) Kemampuan Akademik

Menurut Carducci individu yang pemalu akan berakibat pada perkembangan akademik, karena kegugupan yang luar biasa, kecemasan, kesadaran diri sebagai obyek untuk dievaluasi, atau menarik diri membuat seorang individu akan jauh dari kemampuan untuk menjaga fokus dan konsentrasi dalam kelas, berpartisipasi dalam kelas, atau mendapatkan bantuan dari guru. Perasaan malu (*shyness*) akan mempunyai efek pada perkembangan sosial karena anak yang *shyness* kurang mempunyai keinginan untuk belajar keterampilan sosial yang biasanya dipelajari oleh *peers*, dan anak yang tidak *shyness*

dan tidak mengalami kegugupan akan mudah membentuk hubungan pertemanan. Terakhir seorang yang pemalu akan merasa tegang saat menulis dengan tangan, dan tidak nyaman jika mengerjakan pekerjaan sekolah dengan benda yang tidak ia biasa lakukan. (Afandi dkk, 2014: 43-63).

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan, ia menjelaskan :

“Pada saat saya tahu bahwa saya hamil, saya tidak memberitahu siapa-siapa tentang kehamilan ini, saya tetap bersekolah seperti biasa. Tapi setelah perut saya sudah mulai membesar saya ketika bersekolah selalu menggunakan jaket untuk menutupi perut saya yang sudah besar ini, saya sudah mulai tidak fokus belajar di sekolah, teman-teman dekat saya sudah mulai mengetahui bahwa saya sedang hamil, yang saya takutkan yaitu ketika guru mengetahui kehamilan saya. Karena teman-teman sudah banyak yang tahu, saya ketika pergi ke sekolah selalu pakai jaket dan masker namun ketika sudah sampai di kelas saya lepas. Di pelajaran olahraga saya sering izin, karena takut ketika banyak gerak yang berlebihan. Dari situ saya mulai dicurigai oleh guru-guru di sekolah. Setelah itu saya izin tidak masuk sekolah hampir satu minggu dan akhirnya saya mengundurkan diri dari sekolah. Setelah keluar dari sekolah saya bingung mau kemana, dan saya disarankan untuk masuk ke Griya Welas Asih Semarang, disini saya diberikan fasilitas yang nyaman. Di Griya Welas Asih juga saya disuruh untuk ikut kelas paket agar tetap mendapatkan ijazah walaupun tidak selesai sekolah formal.” (Wawancara SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

Dari wawancara yang sudah dijelaskan diatas dapat diketahui bahwa kondisi perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan yaitu karena perbuatan yang mereka lakukan sendiri, mereka merasa malu ketika berada di lingkungan rumah/keluarga karena takut menjadi bahan omongan oleh keluarga besar maupun lingkungan sekitar, canggung ketika berinteraksi sosial, ketika bertemu orang yang ingin mengajak berinteraksi rasanya jantung berdetak kencang, menyalahkan diri sendiri bahwa semua yang telah diperbuat itu salahnya, memiliki rasa khawatir yang berlebih mengenai bagaimana masa depannya, merasa selalu diperhatikan oleh orang lain

karena kehamilan tidak diinginkannya, kesepian karena lebih memilih diam dan tidak berinteraksi dengan orang lain, merasa cemas bagaimana kalau anaknya sudah lahir, dan merasa rendah diri karena kehamilan tidak diinginkan. Dampak perasaan malu pada remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan diantaranya yaitu: mereka merasa malu untuk melakukan interaksi sosial, mental yang tidak sehat, contohnya yaitu munculnya depresi, kesepian, dan lain-lain. Mereka yang masih bersekolah juga akan merasakan malu jika teman-teman apalagi gurunya mengetahui jika dia sedang hamil.

Konselor memaklumi apa yang mereka rasakan dengan perasaan malunya karena hamil di luar nikah, karena nanti di proses konseling klien juga biasanya banyak cerita mengenai semua permasalahannya termasuk perasaan malu tersebut. Koordinator Griya Welas Asih menjelaskan bahwa mereka yang datang ke Griya Welas Asih adalah untuk menutupi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan. Adapun layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan dapat merubah klien untuk tidak lagi merasa malu akan kehamilan tidak diinginkannya, dan membimbing klien agar dapat menerima diri sendiri, memaafkan diri sendiri, membantu membangun kembali kesehatan mental klien dengan memberikan wadah untuk mengungkapkan emosi, memecahkan masalah, stigmatisasi, klien dapat merencanakan masa depan dengan lebih jelas, dapat membantu mereka lebih memahami lebih baik mengenai situasi mereka dan konsekuensi dari keputusan yang mereka ambil, juga khususnya dapat membantu mengatasi rasa malu, kecemasan, dan stres yang terkait dengan kehamilan tidak diinginkan. Dengan merasa didengar dan dimengerti, klien dapat merasakan penurunan intensitas emosi negatif.

C. Pelaksanaan Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang

Griya Welas Asih Semarang adalah pelayanan sosial yang bergerak untuk

menolong para perempuan yang hamil di luar nikah, yang tertolak oleh keluarga/lingkungannya atau yang bahkan menolak kehadiran sang bayi, untuk membantu pemulihan hatinya, memberikan ketentraman dan ketenangan, menampung dan membiayai persalinan dan kebutuhan bayi yang dilahirkan. Seperti yang disampaikan oleh Ibu Rosa Amaya selaku koordinator Griya Welas Asih melalui wawancara bahwa:

“Griya Welas Asih adalah sebuah tempat rumah singgah, dimana tempat itu menampung wanita-wanita hamil di luar pernikahan, kita punya visi yaitu melayani dengan kasih untuk membantu ibu-ibu hamil di luar nikah tanpa melihat ras, suku, maupun agama mereka. Mereka yang terpuruk hidupnya karena hamil di luar nikah membantu dalam kemuliaan hati mereka, mempersiapkan masa depan yang lebih baik, dan kita membagi kasih kepada mereka untuk tinggal bersama di Griya Welas Asih. Target utama Griya Welas Asih adalah membagi kasih kepada masyarakat tanpa membedakan, semuanya kita bisa tampung mereka dan berada di tempat ini. Melepas dengan cinta dan harap untuk masa depan yang bahagia.” (Ibu Rosalia Amaya, Wawancara tanggal 29 Juli 2023)

Seperti yang disampaikan oleh SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih melalui wawancara bahwa:

“Alhamdulillah semuanya peduli terhadap saya, pas saya mengalami masalah-masalah itu semua dan melakukan konseling di Griya Welas Asih, konselor memberikan aku kekuatan dan saling di doakan yang terbaik, kita curhat kasih masukan. Griya Welas Asih itu baik terhadap wanita-wanita yang sedang mengalami masalah.” (Wawancara SA remaja kehamilan tidak diinginkan Griya Welas Asih, 28 September 2023).

1. Tujuan Layanan Konseling Individu

Pelayanan konseling individual bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri dan tidak tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri, serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki. (Andriyani, 2018: 20).

Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya. (Prayitno, 2005: 52). Senada dengan konselor Griya Welas Asih Semarang tujuan dari layanan konseling individu adalah:

“Tujuannya adalah untuk memberi dukungan kepada mereka dalam menghadapi situasi yang kompleks. Seperti mengatasi rasa malu, rasa bersalah, dan stigmatisasi dari orang-orang tentang hamil di luar nikah juga masuk ke tujuan konseling. Selain itu juga untuk membantu mereka dalam menghadapi tantangan dan mendapatkan dukungan serta bimbingan yang mereka butuhkan dalam situasi yang kompleks seperti ini. Membantu mereka untuk memahami dampak dari emosional, fisik, dan sosial dari hamil diluar nikah, serta membantu mereka mengelola perubahan dan menyesuaikan diri dengan peran barunya sebagai calon orang tua.” (Ibu Yanty Piri, wawancara tanggal 18 Agustus 2023)

Sebagaimana menurut Ibu Rosa Amaya selaku koordinator Griya Welas Asih Semarang, mengenai tujuan layanan bimbingan konseling individu sebagai berikut:

“Konseling individu dibuat untuk memutuskan apakah wanita ini bisa kita tangani atau tidak, berdasarkan fakta-fakta yang ada. Sedapat mungkin, wanita hamil ini ditangani pada saat pertama diketahui kehamilannya. Wanita hamil ini akan dirawat hingga bisa mandiri, maksimal satu bulan setelah melahirkan, dan akan diberikan satu konselor untuk setiap wanita.” (Ibu Rosalia Amaya, Wawancara 29 Juli 2023)

Beberapa tujuan layanan konseling individu diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari layanan konseling individu yaitu untuk mengetahui keadaan fisik maupun psikis dari klien, dan membantu remaja dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapinya dan mendapat dukungan serta bimbingan yang mereka butuhkan.

2. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-

keterampilan khusus. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi sehingga tidak membosankan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling dibagi 3 tahapan yaitu :

- a. Tahap awal konseling, yang bertujuan untuk membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penaksiran dan penjajakan, serta menegosiasikan kontrak.

“Kalau saya memulai proses konseling pasti dengan sapaan “hallo apakabar, oh ini baru ya..” setelah itu menanyakan namanya/perkenalan, kemudian bagaimana keluargamu, pertanyaan yang umum. Biasanya saya menangani mereka untuk suruh bercerita, mereka bercerita diawal semua, jika ada omongan kurang lebih mirip dengan kondisi saya, saya juga sedikit membuka diri dengan mereka agar mereka merasa nyambung atau asik aja ngobrol dengan saya, jadi dia harus membangun dan membuka diri. Kita menghargai apa yang disampaikan oleh mereka sedikit ataupun banyak, biasanya dalam proses konseling itu akhirnya mereka bisa bercerita.”
(Ibu Yanty Piri, tanggal 18 Agustus 2023)

- b. Tahap pertengahan (tahap kerja), yang bertujuan menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara serta proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

“Pada tahap pertengahan mereka menjelaskan, mengapa bisa seperti itu disinkronkan dengan pernyataan-pernyataan mereka. Yang pertama biasanya mengenai siapa bapak anak ini? Jadi kadang kalau memang orang yang bener itu hanya pacarnya yangn menghamili dia bisa langsung jawab ya, tapi kalau ada yang dari latar belakang yang dia tidak hanya satu teman, dan berteman dengan yang lain-lain dengan pergaulan bebas. Lalu kemudian di layanan konseling individu ini saya menangani dengan cara mereka bercerita, jadi bercerita diawal semua kan dengerin aja mereka ngomong paling saya masuk dikit-dikit nanya nanti setelah itu dari cerita ini saya balik lagi untuk memberi penekanan-penekanan di poin-poin yang tadi mereka sudah sampaikan. Selanjutnya setelah mereka bercerita dan

menjelaskan secara detail bagaimana yang mereka lakukan dulu kemudian saya mengurutkan lagi jadi kejadian abis ini, ini, ini urutanya tuh bener apa nggak, sesuai apa nggak dengan apa yang dia ceritakan diawal. Dari banyaknya klien masih banyak juga yang bercerita dengan menangis, takut, dan menutupi karena berbagai kasus.” (Ibu Yanty Piri, wawancara 18 Agustus 2023)

- c. Tahap Akhir (tahap tindakan), yang bertujuan memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai, terjadinya *transfer of learning*, melaksanakan perubahan perilaku serta mengakhiri hubungan konseling. Tahap akhir ini menjadi berhasil dan sukses ditandai dengan menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang positif, sehat dan dinamik, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas serta terjadinya perubahan sikap positif yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar. Klien sudah berpikir realistis dan percaya diri. (Andriyani, Juli, 2018: 27-28)

“Di akhir biasanya saya bilang ke mereka, kamu kan merasa tidak berguna tapi kita balikin lagi tentang bagaimana kita diciptakan Allah dari yang satu bulan sampai sembilan bulan, contoh lagi misal saya punya uang lalu saya bejek-bejek dan dibuang ke tempat sampah tapi masih ada nilainya dan tinggal dibersihkan, sama seperti ketika tahu itu kamu bisa menerima dirimu oh saya punya nilai ni, tapi jika kamu mau dibersihkan maka kamu akan bernilai. Jadi kita dengan Allah harus ada kerja sama, selain usaha kamu juga harus banyak berdo’a. Kalo rasa malu perubahannya tentu tidak bisa terlihat dalam satu atau dua hari. Apalagi masih dengan kondisi yang sama yaitu hamil. Minimal pelan-pelan bisa berubah dalam kognitif mereka. Lalu yang juga membantu adalah ketika mereka menyadari bahwa mereka tidak sendiri, banyak wanita lain yang juga mengalami rasa malu yang sama. Kemudian akan saling menyemangati untuk berpikir dan melakukan hal-hal positif” (Ibu Yanty Piri, wawancara 18 Agustus 2023)

Berdasarkan tahap-tahap layanan konseling individu yang telah dikemukakan diatas, peneliti menyimpulkan tentang adanya tahap-tahap konseling individu yang dilakukan oleh konselor agar terlaksananya

kegiatan konseling dengan baik dari tahap awal sampai tahap akhir.

3. Metode Layanan Konseling Individu

Metode konseling individu adalah cara kerja yang digunakan setelah identifikasi dan eksplorasi masalah yang dilakukan pada pelaksanaan konseling individu. Secara umum sudah dijelaskan dalam bukunya Tohirin ada tiga cara metode konseling yang bisa dilakukan yaitu:

1. Metode direktif

Metode langsung dalam proses ini yang aktif atau paling berperan adalah konselor, sedangkan klien bersifat menerima perlakuan dan keputusan yang dibuat oleh pembimbing. Hal ini konselor menasehati dan membuat keputusan untuk langsung diberikan kepada klien (individu) yang bermasalah. Seperti yang disampaikan oleh Ibu Yanty Piri selaku konselor Griya Welas Asih Semarang, bahwa metode direktif yang digunakan dalam proses konseling adalah sebagai berikut:

“Ada hal-hal yang kita harus *direk*, artinya gini kalau itu memang sesuatu yang kita bicara soal benar apa tidak, kalau ada misal perilaku-perilaku yang tidak benar memang itu secara norma tidak benar tapi dia tetap mempertahankan yang itu nah itu dengan secara halus itu harus kita coba *direk* dia ke yang benar, karena kalau tidak di *direk* juga kan masalahnya ini kan anak-anak dibawah umur dan punya pemahaman yang belum begitu luas sehingga mereka perlu di *direk*, jadi sehingga dia bisa mengeluarkan itu.” (Ibu Yanty Piri, Wawancara 18 Agustus 2023)

2. Metode *non-direktif*

Metode konseling *non-direktif* ini dikembangkan berdasarkan metode *clientcentered* (konseling yang berpusat pada klien). Dalam praktek konseling *non-direktif*, konselor hanya menampung pembicaraan, yang berperan adalah klien. Klien bebas berbicara sedangkan konselor menampung dan mengarahkan. Seperti yang disampaikan oleh Ibu Yanty Piri selaku konselor Griya Welas Asih

Semarang, bahwa metode *non-direktif* yang digunakan dalam proses konseling adalah sebagai berikut:

“metode konseling yang digunakan di griya welas asih semarang yaitu lebih cenderung ke non direktif, tapi buat orang-orang yang sudah diatas 20 tahun ya kita lebih kaya yang ngelempar “ini kira-kira kalo kaya gini menurut kamu gimana...?”saya membiarkan mereka untuk bercerita apa saja dengan terbuka, setelah saya tampung kemudian saya arahkan mereka” (Wawancara, Ibu Yanty Piri, tanggal 18 Agustus 2023)

3. Metode efektif

Kenyataan bahwa tidak semua teori cocok untuk semua individu, semua masalah klien dan semua situasi konseling. Remaja yang ada di Griya Welas Asih memiliki tipe kepribadian yang tidak sama. Oleh sebab itu, tidak mungkin diterapkan metode konseling direktif saja atau non direktif saja. Agar konseling berhasil secara efektif dan efisien, tentu harus melihat siapa klien yang akan dibantu atau dibimbing dan melihat masalah yang dihadapi klien dan melihat situasi konseling. Untuk proses konseling ini dibutuhkan metode efektif yaitu penggabungan antara metode direktif dan non direktif. Yaitu memberikan saran dari konselor dan mengarahkan dan memberikan kebebasan kepada individu atau klien. Apabila terhadap klien tertentu tidak bisa diterapkan metode direktif, maka bisa direpakkan metode non-direktif begitu sebaliknya. Jika tidak bisa menggunakan metode direktif maupun non direktif maka bisa menggabungkan kedua metode konseling di atas yang disebut dengan metode efektif (Yusuf, 2009: 51-52).

Seperti yang disampaikan oleh konselor Griya Welas Asih Ibu Yanti Piry melalui wawancara bahwa:

“Jadi itu menurut saya si di mix ya kalau bener pyur ngga mendirektif juga nggak, mungkin jadi metode layanan konseling individu yang saya gunakan yaitu mix/metode efektif sesuai dengan kasus perkasus itu akan lebih baik.” (Wawancara, Ibu Yanty Piri, tanggal 18 Agustus 2023)

Berdasarkan metode konseling individu yang telah dikemukakan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa remaja kehamilan tidak diinginkan ini ketika dilaksanakannya proses konseling tidak bisa menggunakan satu metode saja, karena sifat dan kepribadian yang berbeda-beda maka konselor harus menggunakan metode efektif. Metode efektif yaitu metode dimana konselor bisa menggunakan metode keduanya yaitu metode direktif dan metode non direktif. Pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang telah dipaparkan oleh konselor sebagai berikut:

“Dalam proses konseling klien akan diberikan kesempatan untuk mengungkapkan semua perasaan malu yang ia rasakan, lalu konselor akan membantunya menemukan alasan-alasan mengapa dia merasa malu, kemudian membawa pada sebuah paradigma tentang citra diri yang sesungguhnya sehingga mulai belajar untuk bisa menerima kondisi yang sudah terjadi, memaafkan diri sendiri, dan menyerahkan diri kepada Tuhan atau dengan kata lain mulai melihat kedepan bahwa hidup harus tetap berjalan. Membuka diri pada bantuan orang lain dalam hal ini Griya Welas Asih ini merupakan suatu tanda keberserahan diripada apa yang Tuhan berikan kepada hidup klien. Jadi konseling dalam hal ini berfungsi untuk bisa membuat si klien ini mengerti alasan dia merasa malu dan kemudian akhirnya dia bisa menerima rasa malunya itu keberadaan dirinya pada saat itu serta mulai merencanakan apa yang bisa dia lakukan untuk kedepannya karena tetap masih ada harapan sekalipun dia mengalami masa-masa yang sulit” (Wawancara, Ibu Yanty Piri, tanggal 18 Agustus 2023)

Pelaksanaan layanan konseling individu yang dilakukan oleh konselor dalam mengatasi perasaan malu remaja akan kehamilan tidak diinginkan yaitu konselor memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan semua perasaan malu yang klien rasakan agar klien bisa mengerti dan mengetahui alasan-alasan klien merasa malu akan kehamilannya, konselor memberikan dukungan spiritual dan keagamaan kepada klien dengan cara membimbing dalam memahami nilai-nilai agama mereka dan membantu mereka merasa dihargai dan didukung

dalam konteks keagamaan, konselor dapat membantu klien untuk menerima dan memahami situasi yang dihadapi, mereka membangun kepercayaan diri dan merencanakan langkah-langkah untuk mengatasi rasa malu, memberi dukungan emosional kepada individu yang mengalami rasa malu akibat kehamilan tidak diinginkan kemudian setelah dilakukannya proses konseling akhirnya klien bisa menerima rasa malunya dan mulai merencanakan apa yang ia biasa lakukan untuk kedepannya.

BAB IV

**ANALISIS LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI
PERASAAN MALU AKAN KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN PADA
REMAJA DI GRIYA WELAS ASIH SEMARANG**

A. Analisis Kondisi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang

Penulis dalam bab ini akan menganalisa data yang telah di peroleh, yakni dengan melihat teori dan realita di lapangan. Analisa data ini dilakukan setelah data terkumpul baik melalui metode observasi, wawancara maupun dokumen-dokumen yang di peroleh.

Perasaan malu adalah suatu kecenderungan untuk merasakan ketakutan, ketegangan saat menghadapi lingkungan sosial, dengan adanya perasaan untuk dievaluasi oleh lingkungan sosial. Menurut Donahue perasaan malu (*shyness*) merupakan suatu hal yang umum terjadi pada masa remaja, dimana mereka berusaha melintasi berbagai batasan, mendapat pengetahuan tentang diri dan membangun identitas mereka. Fase remaja, merupakan periode perubahan dan pengembangan diri yang seringkali dikaitkan dengan pengalaman-pengalaman akan kecemasan dan kekalutan, sehingga jika *shyness* tergolong berlebihan maka akan menghambat perkembangan remaja terutamanya perkembangan emosi dan sosial (Afandi dkk, 2014: 43-63).

Hasil penelitian yang dilakukan pada 29 Juli sampai 18 Agustus, menunjukkan bahwa perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang yaitu karena hamil di luar nikah, karena orang hamil di luar nikah pasti ada rasa malu yang berbeda. Kemudian malu juga karena bertemu orang baru atau berinteraksi dengan orang baru, tidak bisa sekolah (jika mereka masih sekolah), selain lingkungan sekolah juga ada lingkungan keluarga, jika keluarga besar tau mereka akan merasa malu dan takut dicemooh, namun ada yang masih bisa menerima dan ada sebagian besar yang merasa tambah malu karena banyak orang yang tahu mengenai kehamilannya yang tidak diterima oleh remaja yang mengalami kehamilan di

luar nikah.

Hasil data yang diperoleh dari wawancara remaja kehamilan tidak diinginkan, mereka yang mengalami kehamilan tidak diinginkan mempunyai perasaan malu yang berbagai macam, namun mereka berusaha menutupi perasaan malunya yaitu dengan masuk ke Griya Welas Asih Semarang, karena di Griya Welas Asih Semarang mereka bisa jauh dari keramaian lingkungan keluarga maupun masyarakat, dan ditempat ini juga klien bisa bertemu dengan teman dengan nasib yang sama mengalami kehamilan tidak diinginkan, jadi klien bisa saling cerita satu sama lain mengenai masa lalunya. Disini juga klien diajarkan memasak, menjahit, merajut, dan lain-lain. Dengan banyaknya kegiatan yang dilakukan di Griya Welas Asih Semarang klien merasa senang dan bahagia dan bisa menerima perasaan malunya akan kehamilan tidak diinginkan.

Hasil dari data yang telah diperoleh, kondisi perasaan malu remaja kehamilan tidak diinginkan sesuai dengan ada di bab 2 yaitu ciri perasaan malu remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan adalah situasi yang baru, bertemu dengan lebih dari satu orang baru, dan menjadi pusat perhatian orang lain, ketika bertemu orang yang ingin mengajak berinteraksi jantung berdetak kencang, berkeringat dan gemetar. Dari sisi kognitifnya yaitu beranggapan negatif pada diri sendiri dan situasi bahwa mereka merasa gagal menjadi seorang anak yang seharusnya bisa membanggakan orang tuanya. Rasa khawatir yang berlebihan, khawatir jika sudah tidak bekerja nanti anaknya bagaimana, yang masih sekolah memikirkan bagaimana pendidikannya. Mereka juga merasa selalu diperhatikan oleh orang lain ketika sedang keluar rumah, sering merasa kesepian, sedih, merasa cemas karena kenapa semua ini bisa terjadi pada dirinya sendiri, lebih memilih menghindari interaksi sosial atau mendahului percakapan dengan orang lain. Dampak perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan juga membuat mereka sulit berperilaku secara normal, sulit untuk mengawali interaksi sosial, menyapa orang, mengangkat telepon pun mereka merasa takut. Dari segi kesehatan mental juga

mereka merasakan dampaknya, seperti depresi, marah dan kecewa dengan diri sendiri, kesepian, dan lain-lain. Selain gangguan kesehatan mental juga berdampak dengan kemampuan akademiknya, seperti ketika bersekolah mereka selalu memakai jaket karena malu akan kehamilan tidak diinginkannya.

1. Ciri perasaan Malu

Menurut Buss terdapat dua jenis pemalu (*shyness*), yaitu:

- 1) *Fearfull shyness* yang disebabkan oleh situasi yang baru, situasi yang menurut individu mengganggu, adanya evaluasi dari orang lain, dan berbicara dengan orang yang banyak di depan. Situasi baru dikategorikan menjadi tiga, yaitu:
 - a) situasi yang baru, situasi yang baru bagi remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan itu membuatnya risih dan malu, mereka lebih memilih diam ketika berada disituasi yang baru, mereka yang berada disituasi yang baru masih belum bisa beradaptasi dengan cepat.
 - b) bertemu dengan lebih dari satu orang baru, contohnya ketika mereka berinteraksi dengan orang baru, datang ke acara formal, bergabung dengan suatu kelas yang baru. Sama dengan situasi baru, remaja kehamilan tidak diinginkan juga merasa malu-malu ketika bertemu seseorang yang baru ia temui, mereka juga akan memilih diam untuk tidak berbicara dengan orang lain yang baru mereka temui karena mereka merasa sedikit takut dan malu akan kehamilannya tersebut.
- 2) *Self Conscious shyness* disebabkan oleh menjadi pusat perhatian orang lain, menjadi orang yang berbeda diantara orang lain, berinteraksi dengan figure otoritas atau seseorang yang mempunyai status, menghadiri situasi formal, dan menjadi fokus perhatian apa yang dipikirkan dan diperhatikan orang lain.

Menurut Henderzon dan Zimbardo karakteristik perasaan malu (*shyness*) terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

- 1) Fisiologis
 - a. Jantung berdetak kencang, ketika bertemu atau ingin memulai obrolan dengan orang lain individu merasakan jantung yang berdetak kencang.
 - b. Gemetar, selain jantung berdetak kencang individu juga merasakan gemetaran ketika ada orang yang ingin mengajak ngobrol.
- 2) Kognitif
 - a. Kekuatan untuk dievaluasi negatif oleh orang lain, dan takut dianggap bodoh oleh orang lain, mereka yang mengalami kehamilan tidak diinginkan merasa takut mendapatkan stigma yang buruk.
 - b. Anggapan negatif pada diri sendiri, orang lain dan situasi, sering beranggapan negatif pada diri sendiri, merasa hidup ini tidak berguna.
 - c. Menyalahkan diri sendiri, dan biasanya setelah berinteraksi sosial, menyalahkan diri sendiri kenapa semua ini bisa terjadi, yang semuanya membuat malu keluarga karena perbuatannya.
 - d. Khawatir berlebihan, perfeksionis. Memiliki rasa khawatir yang berlebihan. Nanti setelah keluar dari Griya Welas Asih gimana kedepannya, bagaimana dengan anaknya, apakah setelah punya anak bisa kerja lagi seperti dulu, apa bisa melanjutkan pendidikan, dan kekhawatiran lainnya.
- 3) Afeksi
 - a. Mereka selalu diperhatikan/diamati oleh orang lain, ketika keluar rumah atau bepergian mereka merasa selalu diperhatikan dan diamati oleh orang lain, hal tersebut membuat mereka malu
 - b. Kesepian, selalu merasa kesepian karena selalu memikirkan hal-hal yang sebaiknya tidak difikirkan.
 - c. Merasa kecemasan, merasa cemas tentang masa depan, tentang pendidikan, tentang anaknya, dan pekerjaan.

- d. Merasa rendah diri, karena kehamilan tidak diinginkan individu selalu merasa rendah diri.
 - e. Sedih, individu merasa sedih kenapa semua ini bisa terjadi, sedih tidak bisa membuat orang tua bangga malah membuat orang tua kecewa.
- 4) Perilaku
- a. Menghindari atau kesulitan kontak mata, ketika berinteraksi individu lebih memilih untuk menunduk atau tidak menatap orang tersebut, karena merasa takut dan malu
 - b. Menghindari interaksi sosial yang menakutkan seperti mendahului percakapan, individu enggan untuk mendahului percakapan dengan orang lain.

2. Dampak Perasaan Malu

Dampak dari perasaan malu diantaranya sebagai berikut:

1) Interaksi Sosial

Menurut Shanon seorang yang pemalu akan kesulitan berperilaku secara normal seperti perilaku yang mungkin dianggap sebagian orang biasa. Seorang yang pemalu akan kesulitan saat berperilaku seperti menjawab telepon, mengajak seorang teman pergi jalan-jalan atau beristirahat, menghadiri pesta, menjawab pertanyaan, mengajukan pertanyaan guru.

Di Griya Welas Asih Semarang, remaja yang sudah melaksanakan proses konseling mengalami perubahan yang lebih baik, yang awalnya merasa takut untuk bertemu orang lain, tapi setelah dilaksanakannya konseling mereka tidak merasa sendiri, merasa aman, sudah tidak merasa takut lagi untuk bertemu orang lain, karena di Griya Welas Asih Semarang mereka tidak merasa sendiri, ada teman-temannya yang saling menguatkan, mereka semua tabah menerima kenyataan tersebut.

2) Kesehatan Mental

Penelitian yang lain dampak dari perasaan malu (*shyness*) adalah berakibat munculnya depresi, kesendirian (kesepian), neurotik, psikosomatis dan masalah gastrointestinal. Perasaan malu (*shyness*) juga dapat menyebabkan gangguan makan, alergi, dan keluhan somatik lainnya. Dengan adanya dukungan-dukungan dari konselor, individu akan merasakan peningkatan kesehatan mental, karena dalam proses konseling, konselor dapat membantu kembali kesehatan mental individu dengan memberikan wadah untuk mengungkapkan emosi, memecahkan masalah, dan mengatasi perasaan malu dan stigmatisasi

3) Kemampuan Akademik

Menurut Carducci individu yang pemalu akan berakibat pada perkembangan akademik, karena kegugupan yang luar biasa, kecemasan, kesadaran diri sebagai obyek untuk dievaluasi, atau menarik diri membuat seorang individu akan jauh dari kemampuan untuk menjaga fokus dan konsentrasi dalam kelas, berpartisipasi dalam kelas, atau mendapatkan bantuan dari guru. Perasaan malu (*shyness*) akan mempunyai efek pada perkembangan sosial karena anak yang *shyness* kurang mempunyai keinginan untuk belajar keterampilan sosial yang biasanya dipelajari oleh *peers*, dan anak yang tidak *shyness* dan tidak mengalami kegugupan akan mudah membentuk hubungan pertemanan. Terakhir seorang yang pemalu akan merasa tegang saat menulis dengan tangan, dan tidak nyaman jika mengerjakan pekerjaan sekolah dengan benda yang tidak ia biasa lakukan. (Afandi dkk, 2014: 43-63). Seorang individu merasakan malu ketika mengalami kehamilan tidak diinginkan namun masih bersekolah, untuk menutupi perasaan malunya individu selalu menggunakan jaket agar tidak terlalu kelihatan kalau perutnya sudah mulai membesar. Walaupun akhirnya dia mengundurkan diri dari sekolah karena kehamilannya.

Remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan juga mereka ada yang merasa malu dan takut ketika bertemu dengan dokter/bidan untuk diperiksa kandungannya, karena ketika pergi ke tempat umum

mereka takut semua orang pasti berfikir buruk tentang kehamilannya, mereka takut menjadi pusat perhatian orang lain dan menjadi bahan cemooh ketika diperiksa kandungan ke puskesmas/bidan, malu ketika mendahului percakapan, selalu merasa khawatir, cemas, sedih, dan mereka ada yang merasakan jantung berdetak kencang ketika bertemu dengan orang lain.

Perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang yaitu karena hamil di luar nikah, karena orang hamil di luar nikah pasti ada rasa malu yang berbeda. Kemudian malu juga karena tidak bisa sekolah (jika mereka masih sekolah), selain lingkungan sekolah juga ada lingkungan keluarga, jika keluarga besar tau mereka akan merasa malu dan takut dikata-katain, dan menjadi pusat perhatian, namun ada yang masih bisa menerima dan ada sebagian besar yang merasa tambah malu karena banyak orang yang tahu mengenai kehamilannya yang tidak diterima oleh remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan.

B. Analisis Pelaksanaan Konseling Individu dalam mengatasi Perasaan Malu akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang.

Berdasarkan dari hasil penelitian sebagaimana dipaparkan di bab sebelumnya diketahui bahwa, pelaksanaan layanan konseling individu dapat dijadikan pendekatan yang efektif dalam mengatasi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang. Layanan konseling individu merupakan peran yang sangat penting dalam membantu remaja kehamilan tidak diinginkan dalam memaafkan diri sendiri, menyerahkan diri kepada Allah dan belajar menerima kondisi yang sudah terjadi. Dalam proses konseling, konselor dapat memberikan bimbingan, dukungan untuk menemukan solusi yang efektif untuk klien. Dengan demikian, Griya Welas Asih Semarang dapat berperan dalam membantu remaja-remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan untuk pemulihan

hatinya dan mengurangi terjadinya aborsi.

Layanan konseling individu yang diberikan oleh konselor di Griya Welas Asih Semarang sudah sesuai dengan teori yang ada. Dimana yang telah dijelaskan di BAB II bahwa layanan konseling individual didefinisikan sebagai kegiatan terapeutik yang dilakukan secara perseorangan untuk membantu konseli yang sedang menagalami masalah atau kepedulian tertentu yang bersifat pribadi. Dalam pelaksanaannya, konseli dibantu oleh konselor untuk mengidentifikasi masalah, penyebab masalah, menemukan alteranatif pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan terbaik untuk mewujudkan keputusannya dengan penuh tanggung jawab dalam kehidupannya (Setiawan, 2021: 74).

Melalui layanan konseling individu, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan mendapatkan ruang untuk berbagi dan mendapatkan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan. Dengan demikian, layanan konseling individu dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang menghadapi problematika mereka dan dapat menerima dan memaafkan dirinya sendiri.

Penilaian saya terhadap pelaksanaan layanan konseling individu dalam mengatasi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang adalah cukup baik dalam mendampingi klien menyelesaikan masalah mereka, terutama dalam hal dukungan akademik dan dukungan sosialnya. Dukungan akademik yang diberikan melalui layanan konseling individu membantu remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dalam mengatasi perasaan malunya, bahwa mereka juga masih bisa melanjutkan pendidikan walaupun dengan mengejar sekolah paket, ada juga yang tetap melanjutkan ke jenjang kuliah setelah keluar dari Griya Welas Asih Semarang. Dukungan sosial juga penting dalam membantu remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan merasa diterima dengan lingkungan sekitarnya. Griya Welas Asih Semarang juga menerapkan konseling yang

berlandaskan dakwah Islam, dimana klien diajak untuk mendekatkan diri, menyerahkan diri kepada Allah dengan usaha dan berdo'a.

1. Tujuan Layanan Konseling Individu

Berdasarkan deskripsi data yang berkaitan dengan tujuan layanan konseling individu dalam proses konseling tujuannya adalah untuk memberikan dukungan kepada klien dalam menghadapi situasi yang kompleks. Seperti mengatasi rasa malu, rasa bersalah, dan stigmatisasi dari orang-orang tentang hamil di luar nikah juga masuk ke tujuan konseling. Selain itu juga untuk membantu mereka dalam menghadapi tantangan dan mendapatkan dukungan serta bimbingan yang mereka butuhkan dalam situasi yang kompleks. Membantu mereka untuk memahami dampak dari emosional, fisik, dan sosial dari kehamilan tidak diinginkan, serta membantu mereka mengelola perubahan dan menyesuaikan diri dengan peran barunya sebagai calon orang tua agar bisa mandiri dan juga agar klien dapat menerima diri sendiri.

Sejalan dengan tujuan layanan konseling individu, pelayanan konseling individual bertujuan menjadikan klien dapat berdiri sendiri dan tidak tergantung pada konselor. Individu yang dibimbing setelah dibantu diharapkan dapat mandiri dengan ciri-ciri pokok mampu mengenal diri sendiri dan lingkungan sebagaimana adanya, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mengambil keputusan untuk dan oleh diri sendiri, serta mewujudkan diri secara optimal sesuai potensi, minat dan kompetensi yang dimiliki. (Andriyani, 2018: 20).

Seperti yang sudah dijelaskan di BAB II bahwa tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya. (Prayitno, 2005: 52).

2. Tahap-tahap Layanan Konseling Individu

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi sehingga tidak membosankan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling dibagi 3 tahapan yaitu :

- a. Tahap awal konseling, yang bertujuan untuk membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penaksiran dan penjajakan, serta menegosiasikan kontrak. Dari pengamatan penulis terkait tahap awal konseling sudah dilakukan dengan baik. Pada tahap awal konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap remaja mengalami kehamilan tidak diinginkan bisa membantu remaja kehamilan tidak diinginkan untuk menceritakan apa saja tentang masalah yang sedang dia rasakan untuk membuka diri agar konselor dapat mengetahuinya, dilakukan dengan *face to face* antara konselor dan klien, membangun hubungan dengan klien terlebih dahulu, dengan berkenalan. Tujuannya yaitu menciptakan kehangatan dan kenyamanan dengan klien.
- b. Tahap pertengahan (tahap kerja), yang bertujuan menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh, menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara serta proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Pada tahap ini yang dilakukan konselor sudah cukup baik karena pada saat dilaksanakannya proses konseling tidak hanya fokus kepada proses konseling saja melainkan juga menjalin hubungan baik dengan remaja kehamilan tidak diinginkan. Setelah itu karena pada saat bimbingan tidak hanya fokus kepada bimbingan saja melainkan juga menjalin hubungan baik dengan remaja yang mengalami

kehamilan tidak diinginkan. Dalam proses konseling, konselor akan terus menggali lebih dalam permasalahan apa yang dihadapi klien dengan menjaga hubungan terapeutik yang telah dibentuk sebelumnya.

- c. Tahap Akhir (tahap tindakan), yang bertujuan memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai, terjadinya *transfer of learning*, melaksanakan perubahan perilaku serta mengakhiri hubungan konseling. Tahap akhir ini menjadi berhasil dan sukses ditandai dengan menurunnya kecemasan klien, adanya perubahan perilaku klien kearah yang positif, sehat dan dinamik, adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas serta terjadinya perubahan sikap positif yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar. Klien sudah berpikir realistis dan percaya diri. (Andriyani, Juli, 2018: 27-28). Pada tahap akhir ini, konselor dan klien membuat kesimpulan dari proses konseling yang telah dilaksanakan kemudian memberikan alternatif solusi bagaimana agar individu/remaja kehamilan tidak diinginkan tidak lagi merasakan atau mengurangi perasaan malu karena kehamilan tidak diinginkan dan agar klien bisa menerima diri sendiri. Pada tahap akhir ini, setelah dilaksanakannya konseling bahwa klien sudah telah menunjukkan perubahan perilaku yang positif dan klien sudah bisa menerima diri sendiri, kemudian langkah selanjutnya adalah evaluasi proses konseling dan membuat kontrak perjanjian pertemuan. Dalam pelaksanaannya, konselor disini sudah melaksanakan semua tahapan-tahapan layanan konseling individu untuk berjalannya proses konseling di Griya Welas Asih Semarang.

3. Metode Layanan Konseling Individual

Metode konseling individu adalah cara kerja yang digunakan setelah

identifikasi dan eksplorasi masalah yang dilakukan pada pelaksanaan konseling individu. Secara umum sudah dijelaskan dalam bukunya Tohirin ada tiga cara metode konseling yang bisa dilakukan yaitu:

c. Metode direktif

Metode langsung dalam proses ini yang aktif atau paling berperan adalah konselor, sedangkan klien bersifat menerima perlakuan dan keputusan yang dibuat oleh pembimbing. Hal ini konselor menasehati dan membuat keputusan untuk langsung diberikan kepada klien (individu) yang bermasalah. Dalam metode direktif, konselor lebih aktif daripada klien. Konselor lebih sering *mendirek* klien kearah yang benar jika ada suatu yang di sampaikan klien tidak benar, karena di Griya Welas Asih Semarang banyak anak-anak dibawah umur yang punya pemahaman yang belum begitu luas sehingga mereka perlu *didirek*. Metode direktif yang digunakan konselor di Griya Welas Asih sudah efektif.

b. Metode *non-direktif*

Metode konseling *non-direktif* ini dikembangkan berdasarkan metode *clientcentered* (konseling yang berpusat pada klien). Dalam praktek konseling *non-direktif*, konselor hanya menampung pembicaraan, yang berperan adalah klien. Klien bebas berbicara sedangkan konselor menampung dan mengarahkan. Di Griya Welas Asih Semarang metode konseling yang digunakan salah satunya adalah metode *non-direktif*. Pada metode ini konselor membiarkan klien untuk bercerita apa saja dengan terbuka, setelah mereka menceritakan semuanya kepada konselor, kemudian konselor menampungnya dan mengarahkan mereka.

c. Metode efektif

Kenyataan bahwa tidak semua teori cocok untuk semua individu, semua masalah siswa dan semua situasi konseling. Remaja yang ada di Griya Welas Asih memiliki tipe kepribadian yang tidak sama. Oleh sebab itu, tidak mungkin diterapkan metode konseling direktif saja atau non direktif saja. Agar konseling berhasil secara efektif dan efisien, tentu harus melihat siapa klien yang akan dibantu atau dibimbing dan melihat masalah yang dihadapi klien dan melihat situasi konseling. Untuk proses konseling ini dibutuhkan metode efektif yaitu penggabungan antara metode direktif dan non direktif. Yaitu memberikan saran dari konselor dan mengarahkan dan memberikan kebebasan kepada individu atau klien. Apabila terhadap klien tertentu tidak bisa diterapkan metode direktif, maka bisa direpakakan metode non-direktif begitu sebaliknya. Jika tidak bisa menggunakan metode direktif maupun non direktif maka bisa menggabungkan kedua metode konseling di atas yang disebut dengan metode efektif (Yusuf, 2009: 51-52). Di Griya Welas Asih Semarang, konselor menggunakan dua metode diatas yaitu metode direktif dan metode non-direktif. Karena tidak semua klien bisa menggunakan metode direktif, ada juga yang harus menggunakan metode non-direktif. Jadi kesimpulannya ialah konselor menggunakan metode direktif, bisa menggunakan metode efektif dalam pelaksanaan konseling agar efektif sesuai dengan kasus perkasus agar lebih baik.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa dengan melalui layanan konseling individu, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dapat mendapatkan dukungan, *support*, panduan, dan pemahaman yang dibutuhkan dalam mengatasi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan. Konselor yang terlibat dalam proses konseling akan mendampingi klien secara individu untuk membantu mereka mengidentifikasi, memahami, dan menyelesaikan masalah yang

dihadapinya, layanan konseling individu juga dapat mendorong individu untuk berbicara tentang perasaan, kekhawatiran, dan pikiran mereka adalah langkah berikutnya. Mendengarkan dengan penuh perhatian dan tanpa interupsi dapat membantu mereka merasa lebih terbuka dan mengurangi beban emosional. Konselor memberikan dukungan empati dan tanpa penilaian terhadap individu yang mengalami rasa malu. Memastikan bahwa mereka merasa didengar dan diterima, karena itu adalah langkah awal yang penting.

Adanya layanan konseling individu di Griya Welas Asih Semarang, remaja yang mengalami kehamilan tidak diinginkan memiliki sumber daya yang mereka butuhkan untuk menghadapi dan mengatasi perasaan malu kehamilan tidak diinginkan remaja. Hal ini dapat membantu mereka dalam menghadapi tantangan dan mendapatkan dukungan serta bimbingan yang mereka butuhkan. Dalam pelaksanaannya minimal mereka bisa pelan-pelan berubah dalam sikap kognitifnya dan perubahannya tidak dapat dilakukan dengan sekali atau dua kali konseling, jika klien masih tetap mengalami perasaan malu pada dirinya maka diadakan konseling lanjutan.

Setiap individu akan merespons proses konseling dengan cara berbeda-beda. Konseling dapat membantu seseorang yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dalam mengatasi perasaan malu, walaupun tidak ada jaminan bahwa rasa malu tersebut akan hilang sepenuhnya. Melalui konseling, seseorang dapat mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang situasi mereka, mendapatkan dukungan emosional, dan menerima diri sendiri. Dengan hal tersebut konselor juga dapat mengeksplorasi opsi yang tersedia dan mengembangkan strategi untuk menghadapi perasaan malu dan situasi yang dihadapi klien. Namun, penting untuk diingat bahwa perubahan ini memerlukan waktu dan usaha dari klien. Perjalanan untuk mengatasi perasaan malu dapat berbeda untuk setiap individu, pada penelitian ini satu klien yang setelah dilaksanakannya proses konseling ada perubahan yang signifikan, dan selain itu mereka membutuhkan waktu lebih lama untuk mengatasi perasaan malu mereka. Selain konseling,

dukungan dari orang-orang terdekat juga dapat mengurangi perasaan malu. Dalam pelaksanaan konseling, perasaan malu kehamilan tidak diinginkan pada remaja tidak sepenuhnya hilang, tetapi dengan dukungan yang tepat dan kerja keras, klien dapat membangun kembali kepercayaan diri dan mengatasi perasaan malu tersebut

Layanan konseling individu pada remaja kehamilan tidak diinginkan juga dapat membantu individu merasa lebih mampu untuk membuka diri mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat setelah konseling. Hal ini dapat memperkuat hubungan sosial dan membantu mereka merasa lebih didukung. Dalam sesi konseling dapat membantu individu memahami lebih baik mengenai situasi mereka, opsi yang tersedia, dan konsekuensi dari keputusan yang mungkin mereka ambil. Hal ini dapat membawa rasa klarifikasi dan pengertian yang lebih baik tentang keadaan mereka. Membantu mereka dalam merencanakan tindakan-tindakan yang positif, merencanakan masa depan yang lebih baik setelah melahirkan.

4. Hasil Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang

Nama	RP
Umur	19
Jenis kelamin	Perempuan
Kondisi klien sebelum dilaksanakan layanan konseling: Menghindari untuk bertemu orang banyak, menghindari interaksi sosial, jantung berdetak kencang dan gemetar setelah melakukan interaksi dengan orang lain, merasa malu karena selalu diamati dan diperhatikan oleh orang lain	

<p>Layanan konseling individu : Dalam layanan konseling individu, selain memberikan bimbingan dan dukungan, konselor juga memberikan informasi dan edukasi kepada individu tentang kecemasan sosial, gejala-gejalanya, dan cara mengelolanya. Hal ini membantu individu memahami kondisi mereka dengan lebih baik dan mengatasi stigmatisasi mengenai kehamilan tidak diinginkan. Konselor akan membimbing individu untuk mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif serta perilaku yang menyebabkan kecemasan sosial. Konselor memberikan dorongan, penguatan positif, hal ini dapat membantu membangun kepercayaan diri dan motivasi individu untuk mengatasi kecemasan sosial.</p>
<p>Kondisi klien setelah dilaksanakan layanan konseling : Klien merasa mengalami peningkatan dalam keterampilan sosial, seperti kemampuan untuk memulai percakapan, mengelola konflik, membina hubungan interpersonal, dan membaca situasi sosial dengan lebih baik.</p>

Nama	DS
Umur	20
Jenis kelamin	Perempuan
<p>Kondisi klien sebelum dilaksanakan layanan konseling: Khawatir yang berlebihan, takut untuk bertemu orang lain, susah untuk beradaptasi di tempat yang baru, kesepian, sedih</p>	
<p>Layanan konseling individu : Konseling membantu individu memahami dan mengatasi kecemasan mereka, sehingga individu dapat merasa lebih percaya diri. Mereka tidak sendiri, dengan adanya teman-teman yang sama seperti dia di rumah singgah ini, mereka merasa aman, saling support dan mereka tabah menerima kenyataan ini. Konseling dapat membantu individu merangkul dan menerima diri sendiri, bahkan dalam situasi kesepian. Ini membantu meminimalkan rasa malu atau stigmatisasi terkait dengan perasaan kesepian dan rasa sedih.</p>	
<p>Kondisi klien setelah dilaksanakan layanan konseling : Bisa menerima diri sendiri, memaafkan diri sendiri, lebih percaya diri, merasa aman dan tidak takut untuk berinteraksi dengan orang lain dan menanggapi situasi sosial dengan lebih tenang, sudah tidak lagi merasakan kesedihan yang berlarut-larut karena kehamilan tidak diinginkan.</p>	

Nama	SA
Umur	18
Jenis kelamin	Perempuan
<p>Kondisi klien sebelum dilaksanakan layanan konseling: Tidak percaya diri, rendah diri, selalu berpikir negatif tentang diri sendiri dan orang lain, kecemasan</p>	
<p>Layanan konseling individu :</p>	

Dalam pelaksanaan konseling perasaan malu perubahannya tidak bisa dilihat dalam satu atau dua hari. Minimal pelan-pelan bisa berubah dalam kognitif mereka. Hidup terus berjalan dan lakukanlah hal yang lebih positif untuk kedepannya. Melalui layanan konseling individu juga dapat membangun kepercayaan diri dan harga diri yang lebih baik.

Kondisi klien setelah dilaksanakan layanan konseling :

Sudah mulai membuka diri, memaafkan diri sendiri, memahami diri sendiri untuk lebih mengenal diri sendiri, termasuk kebutuhan dan keinginan mereka, berpikir positif dan melakukan hal-hal positif.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Layanan Konseling Individu Untuk Mengatasi Perasaan Malu Akan Kehamilan Tidak Diinginkan Pada Remaja di Griya Welas Asih Semarang, dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

- 1) Kondisi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang yaitu diantaranya ialah mereka merasakan malu apa yang telah mereka lakukan sendiri, merasa malu ketika berada di lingkungan rumah/keluarga, merasa malu jika berada di tempat atau situasi yang baru, merasa canggung ketika berinteraksi sosial, takut ketika bertemu orang lain, jantung berdetak kencang dan gemetar setelah melakukan interaksi dengan orang lain, selalu berpikir negatif tentang diri sendiri, khawatir berlebihan, tidak percaya diri, merasa selalu diamati dan dipeprhatikan orang lain, ini menjadi tantangan bagi mereka untuk bersosialisasi. Dampak perasaan malu pada remaja kehamilan tidak diinginkan diantaranya yaitu membuat individu takut untuk bertemu orang lain, selalu merasa khawatir akan masa depan setelah melahirkan, dan selalu merasa kesepian karena tidak mau memulai untuk berinteraksi.
- 2) Pelaksanaan layanan konseling individu pada tahap pertengahan (tahap kerja), konselor memberikan bimbingan dan dukungan, memberikan informasi dan edukasi kepada individu tentang kecemasan sosial, gejala-gejalanya, membantu individu untuk berkomunikasi dengan orang terdekat, membantu individu merencanakan masa depan yang lebih baik setelah melahirkan, mendukung proses penerimaan diri individu untuk menerima dan memahami situasi yang dihadapi, memberikan dukungan spiritual dan keagamaan, memberikan dukungan emosional kepada individu yang

mengalami rasa malu akibat kehamilan tidak diinginkan. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan individu sebelum dan sesudah dilakukannya layanan konseling individu. Individu mengalami perubahan walaupun tidak secara cepat atau signifikan. Perubahan pada individu tidak bisa terlihat dalam satu atau dua hari, minimal pelan-pelan bisa berubah dalam kognitif mereka.

B. Saran

Penelitian ini, penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu, peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian ini yang menunjuk pada hasil penelitian yang ada dengan harapan agar penelitian yang dihasilkan dapat menjadi lebih baik. Berdasarkan kesimpulan penelitian yang dipaparkan diatas, maka peneliti menyampaikan saran-saran yaitu Untuk klien yang mengalami kehamilan tidak diinginkan hendaknya selalu sabar dalam menghadapi cobaan dari Allah SWT, karena dibalik cobaan pasti ada hikmahnya. Maka hendaknya lebih menerima diri sendiri, memaafkan diri sendiri dan menyadari dampak yang akan diterima atas perbuatannya. Orang tua klien diharapkan dapat memahami kondisi keadaan remaja. Bagi Griya Welas Asih Semarang dan konselor pentingnya diadakan jadwal tetap dalam proses layanan konseling individu, hal ini supaya klien tahu dan siap ketika hendak melakukan proses konseling atau bertemu dengan konselor. Dan diadakannya ruang khusus konseling supaya ketika proses konseling klien bisa lebih nyaman.

C. Penutup

Alhamdulillahirabbil'alamin, akhirnya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dalam rangka memenuhi kewajiban sebagai mahasiswa dan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata I. Penulis menyadari bahwa skripsi ini dilihat dari bentuk, isi, maupun sistematika penulisannya belum sempurna. Oleh karenanya penulis mengharapkan

kritik dan saran guna penyempurnaan tulisan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi yang telah dibuat ini dapat membawa manfaat yang nyata khususnya dalam hal pengembangan keilmuan layanan konseling individu untuk mengatasi perasaan malu akan kehamilan tidak diinginkan bagi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A., Adhani, D. N., & Hasiana, I. (2014). *Perasaan Malu (Shyness) pada Mahasiswa Baru di Program Studi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura. Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 5(1), 43-63
- Aida, Bakhita, (2020). Strategi Dakwah Pada Pengikut Tarekat Khalidiyah Wa Naqshabandiyah di Masjid Kwanaran Kudus, *Jurnal Ilmu Dakwah Volume 40 No 1*
- Ajeng I, Imam A., (2022). *The relationship between problematic internet use and parenting models in the junior high school students in the pandemic era.* Journal of Advanced Guidance and Counseling Vol.3 No.1,
- Amalia, E. H., & Azinar, M. (2017). Kehamilan tidak diinginkan pada remaja. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 1(1),
- Andriyani, J. (2018). Konsep konseling individual dalam proses penyelesaian perselisihan keluarga. *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1).
- Anggraini, K., Wratsangka, R., Bantas, K., & Fikawati, S. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kehamilan tidak diinginkan di Indonesia. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 27-37.
- Ariana, Atika Dian. Hartini, Nurul. (2016). Psikologi Konseling Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi. Surabaya: Airlangga Press
- Aryanti, Mira & Dartiwen. (2021). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Perimenopause. Sleman: DEEPUBLISH
- Azinar Muhammad. (2013). *Perilaku Seksual Pranikah Beresiko Terhadap Kehamilan Tidak Diinginkan, Journal of Kesehatan Masyarakat*, 8 (1)
- Chusnul Talata. *Konseling Bagi Remaja Kasus Kehamilan Tidak Diinginkan di Luar Nikah di Pusat Informasi Layanan Remaja Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia Jawa Tengah (analisis konseling Islam Tahun 2019.* Skripsi. Semarang: UIN Waisongo. 2019
- Cucu, C. (2017, May). Urgensi Metode Irsyad Islam di Pondok Pesantren: Solusi Alternatif Terhadap Penerapan. In *Proceedings of Annual Conference for Muslim Scholars* (No. Seri 1, pp. 427-435)
- Dessy Anwar, Kamus Besar Bahasa Indonesia Terbaru, (Surabaya: AMELIA, 2003)
- Erlina, N., & Fitri, L. A. (2016). Penggunaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan Behavioral untuk Mengurangi Prilaku Membolos Peserta

Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung Iii Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 19-28

Fatchurahman, M. (2018). Problematik pelaksanaan konseling individual. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2)

Fauziah, P. S., Hamidah, H., & Subiyatin, A. (2022). Kehamilan Tidak Diinginkan di Usia Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 3(2), 53-62.

Febriana, F., & Sari, L. K. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi kehamilan tidak diinginkan di indonesia tahun 2017. In *Seminar Nasional Official Statistics* (Vol. 2020, No. 1, pp. 1041-1051)

Fiana, A. L. (2020). Self-esteem people with HIV/AIDS: Review of reality counseling approach. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 1(2), 121-139.

Hayani, N. (2019). PERAN RASA MALU DAN RASA BERSALAH TERHADAP PENGAJARAN MORAL ANAK. *AL-IRSYAD: JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING*, 7(1)

Hibana Rahman S, *Bimbingan dan Konseling Pola* (Jakarta, Rineka Cipta, 2003)

Hidayati, D. S. (2016). Shyness dan loneliness. In *Proceeding seminar ASEAN 2nd. Malang: Program Pasca Sarjana Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*

Herawati, Anita & Oktaviannoor. (2022). *Buku Ajar Pengantar Demografi. Pekalongan: Nasya Expanding Management*

Irwanto, I. (2021). BASIS OF ISLAMIC COUNSELING IN THE PERSPECTIVE OF QURAN VERSES ON GUIDANCE AND COUNSELING. *Ash-Shudur: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1)

Ismarwati, I., & Utami, I. (2017). Faktor faktor yang mempengaruhi kejadian kehamilan tidak diinginkan pada remaja. *Journal of Health Studies*, 1(2), 168-177

Istiati, Mufida. (2021). *Konseling Individual: Sebuah Pengantar Keterampilan Dasar Konseling Bagi Koselor Pendidikan*. Indonesia: Guepedia

Junaedi, Farid & Ardani, T/ristiadi Ardi.(2022) *Bimbingan dan Konseling dalam Lembaga Pemasarakatan*. Malang: Media Nusa Creative

Kamaruzzaman. (2016), *Bimbingan Konseling*. Pontianak: Rumah Aloy

- Khasanah, Y. N., & Umriana, A. (2017). Peranan bimbingan konseling islam dalam meningkatkan moral narapidana anak: studi pada BAPAS Kelas I Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(2), 207-224.
- Kusumawati, P. D., Ragilia, S., Trisnawati, N. W., Larasati, N. C., Laorani, A., & Soares, S. R. (2018). Edukasi masa pubertas pada remaja. *Journal of Community Engagement in Health*, 1(1), 1-3.
- Mardawani. (2020). "Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif". Yogyakarta: DEEPUBLISH
- Maullasari, S. (2019). "Metode Dakwah Menurut Jalaluddin Rakhmat dan Implementasinya dalam Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)." *Jurnal Ilmu Dakwah*, 38(1)
- Mintarsih, W. (2017). "Pendampingan kelas ibu hamil melalui layanan bimbingan dan konseling islam untuk mengurangi kecemasan proses persalinan". *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(2), 277-296.
- Mufid, A. (2020). "Moral and spiritual aspects in counseling: Recent development in the West". *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 1(1), 1-22.
- Murniasih, S., Wibowo, M. E., & Murtadho, A. (2020). Menurunkan Perilaku Antisosial Siswa Melalui Konseling Kelompok Berpusat Pada Klien Yang Berorientasi Religius. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2).
- Murtadho, A., & Hilmawan, M. T. (2022). "Psychological impact and the effort of da'i handling victims of sexual violence in adolescents." *Jurnal Ilmu Dakwah*, 42(1), 22-36
- Muttaqin, F. A., & Saputra, W. (2019). "Budaya Hukum Malu Sebagai Nilai Vital Terwujudnya Kesadaran Hukum Masyarakat." *Al-Syakhsyiyah: Journal of Law & Family Studies*, 1(2), 187-207
- Muttaqin, M. A., Murtadho, A., & Umriana, A. (2016). "Bimbingan konseling bagi perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga di LRC-KJHAM Semarang." *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 177-210.
- Moleong, J, Lexy. (2013). Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Rodas Karya
- Nahdhiyyah, H. (2021). "Stages of crisis counseling interventions on abortus provocatus performers in pregnancy due to rape." *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 2(2), 95-108.
- Nasution, Lisna Khairani. (2023). "Kesehatan Reproduksi Remaja.Padang Sidimpuan Selatan": Inovasi Pratama Internasional

- Nawati, N., & Nurhayati, F. (2018). "Dampak Kehamilan Tidak Diinginkan terhadap Perawatan Kehamilan dan Bayi (Studi Fenomenologi) di Kota Bogor". *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 21-25.
- Nihayah, Ulin. (2022) "Konseling Interpersonal dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental Korban Bullying", *Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling Vol. 3, No. 2, 2022*
- Nugroho, Z. S. (2017) . *Program Hipotetik Bimbingan Dan Konseling Pribadi Sosial Untuk Mengurangi Kecenderungan Shyness: Studi Deskriptif terhadap Siswa SMP N 4 Bandung Tahun Ajaran 2016/2017* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia)
- Nyoman Sukma Arida. 2005. "Seks dan Kehamilan Pranikah." Yogyakarta: Universitas Gajah mada.
- Pertiwi, N. F. A., & Abida, L. L. (2022). "Dampak Kehamilan Tidak Diinginkan pada Remaja." *Jurnal Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 2(02)
- Prasetya, A. F. (2017). "Model *Cybercounseling*: Telaah Konseling Individu Online *Chat-Asynchronous* Berbasis Aplikasi Android." In *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling* (Vol. 1, No. 1, pp. 31-38).
- Prayitno, *Konseling Perorangan* (Padang, Universitas Negeri Padang, 2005)
- Puspitaningrum, D., SiT, S., Diaz, M. F., ST, S., Saleh, U. K. S., ST, S., ... & SiT, S. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Putra, A. (2019). Dakwah Melalui Konseling Individu. *Enlighten: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2),
- Rachmadhani, D. P. (2016). Studi Deskriptif Persepsi Peserta Didik terhadap Guru Bimbingan dan Konseling dalam Pelaksanaan Layanan Konseling Individual. *Jurnal Psikopedagogia*, 5(1), 57-65
- Ratnaningsih, Ester, dkk. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Perempuan dan Anak dalam Kondisi Rentan*
- Riyadi, Agus. Adinugraha, Hendri, H. 2021. *The Islamic Counseling Construction in Da'wah Science Structure*. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*. 2 (1),
- Santoso, B. R. (2019). Revitalisasi Metode Dakwah Anakronistis Dai Generasi Milenial. *Tasâmuh*, 17(1)
- Setiawan, Muhammad Andri. (2021), *Layanan-Layanan Bimbingan dan Konseling Pendekatan Qur'an Mempertemukan Urutan Surah Pada Juz*

28-Juz 30 Al-Qu'an, Yogyakarta: DEEPUBLISH

- Syahri, A., & Afifah, L. A. (2017). Fenomena hamil di luar nikah di kalangan remaja ditinjau dalam perspektif pendidikan Islam. *Attarbiyah*, 27, 1-18
- Surhayat, Yayat. (2019), Model Perkembangan Karya Ilmiah Bidang Pendidikan Islam. Klaten: Lakeisha
- Sugiarto. (2022). METODOLOGI PENELITIAN BISNIS. Yogyakarta: ANDI OFFSET
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sukardi. (1993). Proses Bimbingan dan Penyuluhan. Jakarta: Rineka Cipta
- Sukmawati, Fitri, & Patmawati (2018) "METODE DAKWAH IRSYAD UMAR BIN KHATTAB DALAM PERSPEKTIF SEJARAH", *Al-Hikmah: Jurnal Dakwah*, Volume 12, Nomor 2
- Tanjung, Syahrul. (2021), Bimbingan Konseling Islami di Pesantren. Medan: Umsu Press
- Theofani, E. (2020). Resiliensi pada Wanita yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan. *Jurnal Diversita*, 6(1), 87-94.
- Utama, N. P. (2019). *Rasa Malu Ditinjau dari Jenis Kelamin Pada Penyandang Tunawicara di SLB B Yakut Purwokerto* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO).
- Widodo, B. (2019, December). Manajemen konseling individual (studi kasus: pelaksanaan konseling individual di SMP N 7 Madiun). In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling* (Vol. 3, No. 1, pp. 24-30).
- Yusuf, Samsu. (2009) Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Bandung: Rizqi Press,

LAMPIRAN

Lampiran I

Daftar Pertanyaan Wawancara Konselor, Kepala Griya Welas Asih dan Remaja Kehamilan Tidak Diinginkan

A. Pertanyaan untuk Koordinator Griya Welas Asih

1. Adakah jadwal khusus untuk pelaksanaan bimbingan konseling?
2. Apa jenis layanan konseling yang biasanya diberikan kepada anak-anak yang mengalami kehamilan tidak diinginkan?
3. Bagaimana rumah singgah ini berusaha membantu anak-anak yang mengalami kehamilan tidak diinginkan untuk mengatasi stigmatisasi atau diskriminasi yang mungkin mereka hadapi?
4. Apakah ada program atau kegiatan khusus yang ditawarkan untuk membantu anak-anak yang mengalami kehamilan tidak diinginkan membangun rasa percaya diri dan menghadapi rasa malu mereka?
5. Bagaimana rumah singgah ini bekerja sama dengan keluarga anak-anak yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dalam proses konseling dan pemulihan?
6. Bagaimana rumah singgah ini mendukung anak-anak yang mengalami kehamilan tidak diinginkan dalam mempersiapkan masa depan mereka setelah melahirkan?
7. Apakah ada cerita sukses dari anak-anak yang telah menggunakan layanan konseling di rumah singgah ini dan berhasil mengatasi rasa malu serta membangun kehidupan yang lebih baik?

B. Pertanyaan untuk Konselor

1. Bagaimana cara konselor mendapatkan informasi terkait klien?
2. Bagaimana cara konselor mengetahui keluhan-keluhan klien?
3. Bagaimana konselor menemukan masalah atau mengidentifikasi masalah pada klien?
4. Bagaimana tahap akhir yang dilakukan pada layanan konseling individu, apakah ada perubahan pada klien?

5. Bagaimana proses analisis pada layanan konseling individu?
6. Bagaimana langkah alternatif bantuan yang dapat diberikan kepada klien dengan masalah yang dihadapinya?
7. Apa saja langkah-langkah konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap klien?
8. Bagaimana langkah tindak lanjut dalam membantu klien kembali memecahkan masalah-masalah barunya?
9. Bagaimana fungsi layanan konseling dalam menghasilkan pemahaman terkait dengan pengembangan individu?
10. Bagaimana fungsi pengentasan dalam mengatasi permasalahan yang dialami individu/klien?
11. Bagaimana pengembangan pemeliharaan dalam pengembangan dan pemeliharaan potensi klien?
12. Bagaimana cara konselor memberikan fungsi pencegahan mengenai masalah-masalah yang terjadi terhadap klien?
13. Bagaimana cara konselor dalam menasehati dan membuat keputusan kepada klien yang sedang bermasalah?
14. Bagaimana cara konselor menampung semua pembicaraan klien ketika konseling sedang berlangsung?
15. Apakah metode efektif cocok dengan pelaksanaan layanan konseling individu pada remaja kehamilan tidak diinginkan di Griya Welas Asih Semarang?
16. Bagaimana solusi yang diberikan konselor terkait permasalahan perasaan malu kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Griya Welas Asih Semarang?

C. Pertanyaan untuk Remaja Kehamilan Tidak Diinginkan

1. Bagaimana perasaan anda ketika mendapatkan suasana baru/lingkungan baru?
2. Apa saja hal yang kamu tidak sukai dalam kehidupan sehari-hari?
3. Apakah suatu sifat yang ingin kamu hilangkan dalam diri kamu?
4. Apa saja hambatan yang menimbulkan kerugian dalam diri kamu?

5. Apakah anda merasa nyaman ketika berinteraksi dengan orang lain?
6. Bagaimana cara anda berinteraksi kepada orang-orang?
7. Bagaimana cara anda fokus dan konsentrasi ketika berbicara di depan orang banyak?
8. Apakah masih ada ambisi untuk melanjutkan pendidikan dan karir setelah keluar dari Griya Welas Asih Semarang?

Lampiran II Dokumentasi Penelitian



(Dokumentasi penelitian dengan koordinator Griya Welas Asih Semarang)



(Dokumentasi Penelitian dengan konselor Griya Welas Asih Semarang)





(Ruangan-ruangan di Griya Welas Asih Semarang)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Vivi Rakhmah Wati
NIM : 1901016113
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Cirebon, 05 Mei 2001
Agama : Islam
Nama Ayah : Nasikin
Nama Ibu : Wasi'ah
Alamat : Dusun I RT 03/RW 01 Desa Bendungan Kecamatan
Pangenan Kabupaten Cirebon Provinsi Jawa Barat

Pendidikan Formal

1. TK Riyadlul'ulum Bendungan (2005-2006)
2. SDN 1 Bendungan (2007-2013)
3. MTs Riyadlul 'Ulum Bendungan (2013-2016)
4. MAN 3 Cirebon (2016-2019)
5. UIN Walisongo Semarang (2019-2023)

Semarang, 26 September 2023

Penulis

Vivi Rakhmah Wati

NIM 1901016113