

## **BAB IV**

### **PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Paparan Data**

##### **1. Profil MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampang berkembang dari masyarakat, oleh masyarakat dan untuk masyarakat Madura khususnya Sampang. Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan merupakan Sekolah Menengah pertama yang berbasis agama Islam yang berada dalam naungan yayasan Nurul Huda Al Maroniyah yang berstatus akreditasi (B) serta tumbuh dan berkembang diatas kepentingan masyarakat baik secara individu maupun oraganisasi, maka konsep pendidikan berbasis masyarakat (*community based education*) sesungguhnya telah diterapkan. Indikator yang menunjukkan hal ini antara lain:

Dalam sejarah berdirinya sekolah ini, dirintis oleh seorang Kepala Sekolah yaitu Bapak Abu Jakfar. Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampang berdiri pada tahun 1992. Sedangkan letak geografis Madrasah Tsanawiah Nurul huda Pangarengan Sampang, terletak di jalan KH. Zahid Husbullah pangarengan dengan luas seluruh bangunan yaitu 200 m<sup>2</sup> dan luas tanah 3000 m<sup>2</sup>. Pemberdayaan daya dukung masyarakat semakin berarti ketika madrasah mengakomodir kebutuhan masyarakat, baik melalui MoU dengan Puskesmas (program UKS dan PMR), MoU dengan Lembaga Pendidikan Luar Sekolah (kursus Bahasa Inggris, dsb.),

dakwah dari masjid ke masjid, memasukkan kegiatan masyarakat dalam program ekstra kurikuler dsb.

## **2. Visi MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Unggul dalam IMTAQ dan IPTEK dengan indikator pencapaian sebagai berikut :

- 1) Unggul dalam pembinaan pendidikan agama Islam.
- 2) Unggul pada peningkatan prestasi kelulusan peserta didik.
- 3) Unggul di dalam prestasi akademik.
- 4) Bermutu dalam ilmu iman.
- 5) Bermutu dan akhlakul karimah.

## **3. Misi MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

- 1) Melaksanakan pembelajaran secara PAKEMI, tertib, kondusif, bermakna.
- 2) Meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan pemahaman syari'at Islam serta penerapan dalam sikap dan amaliyah syariah dalam kehidupan sehari-hari.
- 3) Fokus dalam pengembangan minat, bakat dan potensi peserta didik dan juga menumbuhkan prestasi akademik siswa maupun non akademik siswa di segala bidang.
- 4) Memubuhkan semangat dalam berbahasa arab, bahasa inggris dan belajar membaca kitab kuning.
- 5) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan teknologi tepat guna.

- 6) Meningkatkan semangat disiplin dan mengembangkan profesionalisme serta kepedulian social.
- 7) Mampu memmbentuk lingkungan madrasah yang sehat, bersih nanindah.
- 8) Meningkatkan kualitas (Quality) dan kuantitas (Quantity) fasilitas serta sarana dan prasarana madrasah yang representative.
- 9) Mewujudkan lembaga madrasah yang merupakan lembaga pendidikan yang mendapatkan kepercayaan dari masyarakat.
- 10) Menerapkan manajemen partisipatif yang melibatkan seluruh warga madrasah, komite madrasah dan stake holder

#### **4. Tujuan MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

- 1) Melaksanakan kurikulum sistem pengujian berbasis kompetensi dan pembekalan kecakapan hidup
- 2) Menggelarkan model-model pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan bagi guru terutama bagi siswa
- 3) Menstimulasi kreatifias pada siswa dalam olimpiade pembelajaran, ilmu pengetahuan, teknologi, olahraga dan juga dalam keagamaan
- 4) Menambah wawasan warga madrasah dalam rangka pengembangan kultur madrasah islami, dan mencerdaskan masyarakat
- 5) Meningkatkan (Achieve) pada kualitas sikap dan amaliyah agama islam untuk warga madrasah
- 6) Menambah wawasan warga madrasah dalam rangka pengembangan kultur madrasah islami, dan mencerdaskan masyarakat

- 7) Meningkatkan (Achieve) pada kualitas sikap dan amaliyah agama islam untuk warga madrasah
- 8) Menanamkan rasa kepedulian warga madrasah terhadap kebersihan, kenyamanan dan keindahan dalam lingkungan madrasah
- 9) Menaikkan kualitas maupun kuantitas sarana dan prasarana serta fasilitas pendukung lainnya demi meningkatkan orientasi akademik dan non akademik madrasah
- 10) Mengoptimalkan prestasi dan mengembangkan minat, bakat dan kemampuan warga madrasah terhadap penggunaan bahasa arab dan bahasa inggris sebagai informasi dan komunikasi dalam kehidupan sehari-hari
- 11) Memaksimalkan pembelajaran dengan cara menggali informasi pengetahuan sebanyak-banyaknya dari berbagai sumber yang ada
- 12) Memupukkan semangat kedisiplinan serta rasa kekeluargaan pada lingkungan madrasah juga masyarakat.

## 5. Fasilitas Pembelajaran dan Pemanfaatannya

Beberapa fasilitas yang sudah disiapkan untuk siswa Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampangialah sebagai berikut:

### 1) Mushalla

Letak Mushalla sekolah yang berada di tengah-tengah area sekolah digunakan warga sekolah untuk shalat dan juga melaksanakan praktek shalat pada mata pelajaran agama islam serta untuk latihan. Ruangannya Musollahnya tidak terlalu luas namun cukup bersih dan dilengkapi oleh peralatan shalat seperti sajadah, al-Qur'an, tulisan doa-doa dan lain sebagainya. Biasanya di Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampang, melaksanakan shalat berjama'ah setiap hari.

### 2) Perpustakaan

Perpustakaan sekolah sangat membantu guru dan dan siswa dalam belajar sebagai upaya menambah ilmu pengetahuan dengan membaca buku yang ada. Keadaan ruang perpustakaan di Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampang lumayan memadai sebagai tempat membaca. Koleksi buku-buku yang terdapat di ruang perpustakaan ini baik itu buku fiksi, non fiksi, buku-buku pelajaran maupun bubku-buku pengetahuan ilmiah sudah lengkap. Sedangkan kelengkapan bahan perpustakaan yang sudah dikatalog dilengkapi dengan :

- Kartu Buku Kantong Kartu Buku
- Lembar Tanggal Kembali
- Label Buku
- Sampul
- Kartu Peminjam

### 3) Aula

Adalah sebuah ruangan yang sangat penting untuk lembaga sekolah. Aula merupakan ruang serbaguna yaitu bisa digunakan untuk ruang rapat atau ruang pertemuan juga bisa digunakan sebagai olahraga lapangan indoor, pentas seni dan lain sebagainya.

### 4) Lapangan Multiguna

Digunakan sebagai tempat olahraga dan juga sebagai tempat latihan upacara, pelaksanaan shalat 'Idul Fitri/'Idul Adha, futsal, dan basket.

Bagian ini akan mendeskripsikan tentang paparan data dan temuan penelitian yang telah diperoleh dari lapangan, yakni Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Pangarengan Sampang. Paparan data ini akan disesuaikan dengan fokus penelitian yang menjadi objek peneliti. Fokus penelitiannya sebagai berikut :

1. Bagaimana gejala kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang
2. Bagaimana pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang
3. Apa saja kendala layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang

Untuk lebih memperjelas tentang paparan data hasil temuan di lapangan, peneliti akan membahas secara lebih detail sehingga dapat dipahami oleh pembaca agar sangat mudah menganalisisnya.

## **1. Gejala kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Penulis dalam upaya memperoleh data tentang gejala dengan menggunakan wawancara semi terstruktur berdasarkan pedoman wawancara yang telah dibuat sebelumnya. Dalam paparan data membahas tentang gejala kecemasan sosial anak introvert. Perilaku kecemasan sosial anak introvert yang dimiliki siswa di sekolah ini adalah karakter yang senang menyendiri dan menarik diri dari pergaulan sosial.

Anak yang berkepribadian introvert cenderung hidup dalam dunianya sendiri, memiliki pribadi yang tertutup, pemalu dan pendiam. Mereka juga kesulitan dalam bersosialisasi dengan orang lain dengan menarik diri dari suasana yang ramai. Sehingga orang dengan kepribadian introvert ini akan melakukan penghindaran sosial pada lingkungannya yang menyebabkan dirinya lebih mudah cemas.

Setiap kepribadian akan menunjukkan bagaimana seseorang akan bersikap terhadap stimulus yang di terimanya. Tipe kepribadian introvert di sebabkan karena adanya perbedaan faktor genetik dan lingkungan yang dapat mempengaruhi pembentukan kepribadian seseorang. Dimana sifat dan pola asuh terhadap anak yang diturunkan dari orang tua merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian seseorang. Meskipun demikian hal itu bisa saja berubah tergantung dari lingkungan yang mempengaruhi individu tersebut adalah lingkungan sosial. Dari hasil penelitian di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang pada hari rabu tanggal 8 september 2021 dalam interview pagi itu peneliti melakukan

wawancara dengan ibu Riski Amalia selaku guru BK di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang.

Kemudian pada wawancara terkait, beliau memberikan pernyataan sebagai berikut:

“ kalau siswa intoverit itu pribadi yang tertutup, pendiam, dan susah untuk di ajak ngobrol, selain itu dia juga susah mengeluarkan pendapatnya di dalam kelas. Siswa introvert itu biasanya lebih suka diam di dalam kelas, sedikit ngomong meskipun dengan teman kelasnya, kecuali dengan teman yang biasa dengannya yang tak lain sahabatnya sendiri”.<sup>1</sup>

Hal senada juga di ungkapkan oleh ibu Nurul Aini guru mata pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang :

“ ya biasanya siswa yang intoverit itu pemalu, pendiam, sukar bergaul dengan teman-temannya, hanya dengan teman tertentu saja dia akan ngobrol dan kalau di ajak untuk berkomunikasi itu susah”.<sup>2</sup>

Dan hasil wawancara dengan kepala sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang bapak Moh Syukron yaitu :

“ kalau anak yang berkepribadian intoverit disini itu biasanya dia lebih suka menyendiri daripada bergabung dengan teman-temannya. Dia pribadi yang tertutup, dan kurang aktif di dalam kelas”.<sup>3</sup>

Sedangkan hasil wawancara dengan siswa intoverit itu sendiri yaitu

Kurrotul Aini:

“ saya lebih suka sendirian saja dibandingkan bergaul dengan teman-teman lainnya. Ketika sendirian saja saya sendirian saya lebih merasa nyaman dan senang”.<sup>4</sup>

Dari beberapa paparan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa anak intoverit di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang memiliki kepribadian introtvert yang cenderung pendiam, lebih senang menyendiri di bandingkan

---

<sup>1</sup> Ibu Riski Amalia, Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung(Rabu, 8 september 2021)

<sup>2</sup> Ibu Nurul Aini, Guru Mata Pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung ( Rabu, 8 september 2021 )

<sup>3</sup> Bapak Moh Syukron, Kepala Sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung ( Rabu, 8 september 2021 )

<sup>4</sup> Kurrotul Aini Siswa Introvert MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung ( Rabu, 8 september 2021 )



bergaul dengan teman-temannya dan susah untuk di ajak berkomunikasi. Siswa yang memiliki kepribadian introvert merasa enggan untuk bersosial dengan teman-temannya di dalam kelas maupun di lingkungan sekolah. Hubungan antara remaja dengan teman sebayanya memegang peranan penting dalam perkembangan kemampuan sosial. Individu dengan gangguan kecemasan adalah merasa tidak nyaman saat melakukan interaksi sosial. Individu yang mempunyai masalah interaksi sosial cenderung memiliki konsep diri negatif. Hal ini dapat memberikan dampak buruk terhadap tumbuh kembang pada anak terutama aspek psikologis dan sosialnya. Sebagaimana hasil wawancara berikut :

Menurut Novi Aulia selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“ saya lebih nyaman sendirian, saya malu untuk bergaul dengan teman-teman saya. Keadaan saya begini, saya tidak cantik, saya cupu, dan tidak gaul seperti mereka. Jadi gak bakal ada yang mau temenan sama saya”.<sup>5</sup>

Menurut Putri Zaitun selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“ saya malas bergaul dengan teman-teman saya. Saya malu untuk bergabung bersama mereka karena saya tidak se level, saya jelek dan miskin. Saya takut kalau bergabung malah jadi bahan ejekan mereka”.<sup>6</sup>

Sedangkan Siska Amelia Putri selaku siswa MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang :

“Mereka itu pemalu, tertutup dan lebih suka menyendiri. Enggan untuk bergaul dengan yang lainnya, baru mau bergabung kalau ada tugas kelompok. Itupun mereka juga tidak banyak bicara dan seperti tidak merasa nyaman. Ketika di ajak ngobrol dan di mintai pendapat pasti jawabannya simpel”.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Novi Aulia Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021 )

<sup>6</sup> Putri Zaitun Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021 )

<sup>7</sup> Siska Amelia Putri Siswa MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021 )

Hal ini di perkuat oleh pernyataan ibu Riski Amalia selaku guru BK :

“Anak introvert yang mengalami kecemasan sosial itu sangat tertutup. Mereka sangat sukar untuk bergabung dan cenderung menarik diri untuk menghindari terjadinya interaksi sosial dengan teman-temannya. Mereka biasanya malu dan tidak PD dengan keadaan mereka sendiri. Rasa takut, malu dan khawatir bahwa mereka tidak akan diterima dilingkungan teman-temannya lah yang selalu ada di pikiran mereka”.<sup>8</sup>

Dari pernyataan responden di atas maka peneliti mengartikan bahwa anak introvert yang mengalami kecemasan sosial memiliki perasaan takut terhadap situasi dan performa sosial yang di rasa akan memalukan. Mereka cenderung akan melakukan penghindaran terhadap adanya interaksi sosial dengan lingkungan. Sebagian dari mereka yang mengalami kecemasan sosial mempunyai pola pikir yang hampir sama yakni sama-sama memiliki tingkat rasa percaya diri yang rendah, sehingga membuat individu tersebut merasa rendah diri dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain.

Selain itu peneliti juga menanyakan kesulitan apa yang dirasakan siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial saat didalam kelas. Sebagaimana hasil wawancara berikut :

Menurut Moh Rosul selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“ saya mengalami kesulitan ketika guru menjelaskan pelajaran tapi saya tidak mengerti, saya malu untuk bertanya kepada guru. Saya juga malu untuk bertanya kepada teman-teman, apalagi ke teman cewek kak”.<sup>9</sup>

Hal senada juga di sampaikan oleh Putri Zaitun siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“Saya malu untuk bertanya kepada guru maupun teman mengenai pelajaran yang tidak saya pahami. Saya gemeteran untuk mengacungkan tangan di

---

<sup>8</sup> Ibu Riski Amalia, Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung (Rabu, 8 september 2021 )

<sup>9</sup> Moh Rosul Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021 )

dalam kelas, karena semua pandangan nantinya akan tertuju pada saya dan sebagian dari mereka pandangnya seperti tidak suka kepada saya”.<sup>10</sup>

Menurut Siti Nor Halisa selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“kesulitan saya di kelas yaitu saya malu bertanya ketika ada hal yang tidak saya mengerti dan malu untuk menjawab soal yang di berikan guru meskipun saya tahu jawabannya. Karena saya takut di tertawakan sama teman-teman kak, mereka juga sering mengejek saya karena badan saya gendut”.<sup>11</sup>

Hal ini juga di perkuat dari keterangan bapak Arif Wahyudi selaku guru mata pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan :

“ Biasanya dia pendiam, ketika pembelajaran berlangsung mereka menyimak dengan baik. Tetapi saat di suruh mengutarakan pendapat mereka menjawab dengan simpel, bahkan kadang tidak menjawab. Semacam ada ketakutan dari diri mereka, entah takut salah akan jawabannya atau memang tidak memahami dengan apa yang telah dijelaskan. Jadi mereka cenderung tidak aktif di dalam kelas sehingga sangat mempengaruhi terhadap nilai mereka sendiri”.<sup>12</sup>

Berdasarkan hasil dari keterangan di atas terkait kesulitan yang dihadapi siswa cukup jelas bahwasannya siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang yaitu individu yang mempunyai konsep diri yang negatif. Individu yang memiliki konsep diri negatif timbul dari kurangnya kepercayaan kepada kemampuan diri sendiri. Individu yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi dalam sosialnya. Mereka khawatir dan takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya. Interaksi antara individu dengan orang disekitarnya merupakan bentuk dari konsep diri. Persepsi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial tidak lepas dari keadaan , peran, dan status sosial yang disandangnya. Hal ini terjadi karena di pengaruhi oleh

<sup>10</sup> Putri Zaitun Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021)

<sup>11</sup>Siti Nor Halisa Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021)

<sup>12</sup>Klara Nur Fitri Aini Guru Mata Pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Rabu, 8 september 2021)

pola pikir yang menganggap dirinya tidak seperti orang lain, takut di terawakan, dan takut bahwa apa yang akan di kemukakannya salah. Sehingga penilaian negatif terhadap diri sendiri tentu akan menyebabkan kurangnya kemampuan bersosial dengan orang-orang sekitar.

Rasa cemas juga memicu terjadinya gangguan emosional dimana mereka akan merasakan kecemasan dalam berbagai situasi selama proses pembelajaran. Ketika pada pembelajaran mereka mengalami kesulitan malu untuk bertanya kepada guru maupun kepada temannya. Mereka juga takut memberikan pendapat dan jawaban pertanyaan meskipun mereka tau jawabannya. Didalam kelas mereka akan hanya menyimak penjelasan dari guru dan cenderung tidak aktif di dalam kelas. Tentu hal ini akan berdampak pada nilai prestasi siswa itu sendiri.

Hal ini di perkuat dengan hasil pengamatan peneliti di lapangan terhadap kegiatan belajar mengajar di dalam kelas. Anak introvert yang mengalami kecemasan sosial cenderung tidak merespon penjelasan dan pertanyaan dari guru di dalam kelas, mereka hanya menyimak guru di depan kelas. Sedangkan pada saat jam istirahat mereka lebih memilih tetap berada di dalam kelas dibandingkan bergaul dengan teman-teman lain di luar kelas. Anak introvert yang mengalami kecemasan sosial di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang cenderung tidak aktif di sekolah baik di dalam kelas pada saat proses belajar mengajar berlangsung maupun pada saat jam istirahat sekolah.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Hasil Dokumentasi Peneliti ( Kamis, 9 September 2021 )

## **2. Pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Harapan sekolah kepada guru bimbingan dan konseling yaitu dapat pengupayakan pengembangan potensi dan membantu siswa yang bermasalah, baik itu masalah pribadi maupun masalah dalam belajarnya. Maka dari itu perlu adanya kegiatan bimbingan dan konseling yang terorganisir, terprogram dan terarah. Dalam hal ini peneliti akan mengkaji tentang tahapan pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang.

Layanan bimbingan dan konseling tidak hanya bersifat penyembuhan atau pengentasan masalah saja, melainkan bimbingan dan konseling juga bertujuan agar klien setelah mendapatkan pelayanan konseling, di harapkan individu dapat menghindari masalah-masalah dalam hidupnya. Pelaksanaan kegiatan layanan konseling individual yang dilakukan oleh guru BK untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert dilakukan secara bertahap. Berikut hasil wawancara dengan ibu Riski Amalia selaku guru bimbingan dan konseling di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang :

“ tentunya sebelum melakukan konseling hal pertama yang dilakukan ialah melakukan idenifikasi masalah siswa melalui penyebaran angket DCM ataupun dari angket kepercayaan diri siswa, dari hasil tersebutlah dapat diketahui permasalahan apa yang sedang di alami oleh siswa. Setelah itu akan dilakukan tindakan selanjutnya sesuai dengan permasalahan. Layanan yang digunakan untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert yaitu layanan konseling individual. Layanan ini di pakai karena lebih efektif dibandingkan layanan yang lain, yang hasilnya kurang maksimal. Anak introvert itu kan pemalu, jadinya ia tidak akan terbuka akan permasalahan yang dihadapinya”.<sup>14</sup>

Hal ini di perkuat oleh pernyataan Siti Nor Halisa siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

---

<sup>14</sup>Riski Amalia Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, (Kamis, 9 september 2021)

“iya kak ibu Riski Amalia pernah menyebarkan angket tentang kepercayaan diri dan DCM lalu disuruh di isi. Bu Kiki juga sering memanggil saya ke ruang BK untuk di konseling. Disana saya di tanya-tanya tentang masalah yang saya hadapi.”<sup>15</sup>

Hasil wawancara diatas diperkuat dengan hasil observasi atau pengamatan peneliti terhadap dokumen yang ditunjukkan oleh guru BK mengenai hasil DCM atau angket kepercayaan diri siswa, dari hasil DCM dan angket kepercayaan diri tersebut bisa dilihat terdapat beberapa masalah siswa. Dari hasil tersebut presentase tertinggi mengenai kehidupan bersosial dan berorganisasi, tertinggi kedua yaitu hubungan pribadi dan kebiasaan belajar siswa yaitu dengan presentase 30%.<sup>16</sup>

Hasil wawancara dengan bapak Moh Syukron kepala sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang yaitu :

“ untuk menangani dan pemecahan masalah yang di hadapi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial biasanya yaitu layanan konseling individual. Langsung di panggil untuk ke ruang BK guna dilakukan konseling kepada anak tersebut secara empat mata. Konseling individual ini di anggap lebih efektif dalam proses penanganan masalah kecemasan sosial pada anak introvert”.<sup>17</sup>

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang di anggap lebih efektif menggunakan layanan konseling individual. Mengingat anak introvert yang keadaannya pemalu, sehingga sulit untuk terbuka akan permasalahan yang tengah dihadapinya.

Setelah melakukan identifikasi masalah siswa, guru BK langsung merencanakan kegiatan perencanaan konseling individual dengan menentukan

---

<sup>15</sup>Siti Nor Halisa Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Kamis, 9 september 2021)

<sup>16</sup>Hasil Dokumen Guru BK (Kamis, 9 September 2021)

<sup>17</sup> Bapak Moh Syukron, Kepala Sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung ( Kamis, 9 september 2021)

kapan waktu dilakukannya proses konseling tersebut ke dalam beberapa tahapan. Hal ini dijelaskan oleh ibu Riski Amalia sebagaimana berikut :

“ pelaksanaan layanan konseling individual pada siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Seperti pada konseling individual pada umumnya pertama kita harus dekati mereka terlebih dahulu, bikin mereka nyaman dan peracaya kepada kita. Apalagi anak introvert ini susah diajak berkomunikasi. Setelah itu nantinya mereka akan terbuka dan akan menceritakan masalahnya. Nah biasanya di tahap penutup saya akan memberikan nasihat atau motivasi. Dalam proses konseling ini saya sangat begitu menuntunnya, karena bagi saya siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial belum tentu tidak punya potensi atau kelebihan di dalam dirinya. Hanya saja mereka kurang mempunyai rasa kepercayaan diri dan mempunyai pikiran yang irasional terhadap dirinya dan orang lain. Maka dari itu dibutuhkan ketelatenan dalam membimbing dan mengarahkan ke arah yang positif”.<sup>18</sup>

Menurut Novi Aulia selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“ iya kak ibu Riski Amalia sering memanggil saya ke ruang BK untuk di konseling, proses konselingnya bertahap kak. Makanya itu saya sering di panggil ke ruang BK untuk melanjutkan konseling tahap selanjutnya. Ibu Riski juga baik kak dia membimbing saya dengan sangat telaten. ”.<sup>19</sup>

Dari pernyataan diatas dapat peneliti ketahui bahwa proses konseling bagi anak inovert yang mengalami kecemasan sosial dilakukan secara telaten dan dilakukan beberapa tahapan. Hal ini juga diperkuat oleh hasil obeservasi yang dilakukan oleh penelti di sekolah, dimana pada saat proses konseling siswa dibuat nyaman terlebih dahulu agar siswa lebih leluasa dalam menceritakan masalahnya lalu setelah itu diberikan arahan-arahan serta saran agar siswa tersebut dapat menyelesaikan masalahnya sendiri dengan baik.<sup>20</sup> Peneliti juga melakukan observasi kepada guru mata pelajaran mengenai adanya bimbingan dan konseling di sekolah. Berikut pernyataan dari

---

<sup>18</sup>Riski Amalia Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, (Kamis, 9 september 2021)

<sup>19</sup>Siti Nor Halisa Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Kamis, 9 september 2021)

<sup>20</sup> Observasi langsung, ( Kamis, 9 september 2021)

bapak Arief Wahyudi selaku guru mata pelajaran MTs Nurul Huda

Pangarengan Sampang :

“ peran Guru BK sangat penting bagi peserta didik karena adanya guru BK peserta didik selain bisa mengatasi masalahnya juga bisa mengetahui potensi apa yang ada dalam dirinya. Terlebih bagi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial untuk dibimbing ke arah yang lebih baik”.<sup>21</sup>

Sedangkan menurut ibu Nurul Aini selaku guru mata pelajaran MTs

Nurul Huda Pangarengan Sampang :

“ proses konseling ini menurut saya sangat penting, apalagi untuk anak introvert yang mengalami kecemasan sosial. Karena mereka ini di kelas cenderung tidak aktif sehingga akan berdampak pada nilai akademiknya. Maka dari itu mereka butuh di konseling agar bisa di arahkan ke arah yang lebih baik”.<sup>22</sup>

Setelah melakukan wawancara di atas maka dapat di tarik kesimpulan oleh peneliti bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang berjalan dengan lancar dan sesuai harapan. Guru BK menangani masalah yang di hadapi siswa dengan baik dan begitu telaten sampai siswa yang sedang mengalami masalah tersebut menemukan solusi atau jalan keluarnya.

Peneliti selain juga mendapat penjelasan dari beberapa informan juga melakukan observasi sebagai penguat bahwa peran guru BK dalam mengatasi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang berperan secara profesional, aktif dan berkompeten. Dengan begitu pelaksanaan konseling kepada siswa berjalan dengan baik dan maksimal. Guru BK mampu memberikan arahan-arahan yang bisa membangun, mengarahkan dan memandirikan siswa ketika menghadapi

---

<sup>21</sup>Arief Wahyudi Guru Mata Pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, (Kamis, 9 september 2021)

<sup>22</sup>Nurul Aini Guru Mata Pelajaran MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( kamis, 9 september 2021)



masalahnya. Sehingga siswa mampu menjalankan tanggung jawabnya dengan baik dan mempunyai kinerja yang bagus.

Dari hasil analisis dokumentasi yang peneliti lihat berupa dokumentasi sekolah bahwa peran guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial dengan begitu baik. Guru BK di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang dalam memberikan layanan konseling individual mampu menjadi fasilitator bagi siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

### **3. Kendala layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Dalam hal ini peneliti mengkaji tentang apa saja kendala dalam pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang.

Dalam proses konseling adapun kendala yang seringkali di temui di lapangan, entah itu kendala yang kecil maupun kendala yang besar. Di sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang terdapat beberapa kendala yakni salah satunya dari sara dan prasarana belum memadai seperti tidak adanya ruangan khusus atau ruangan bimbingan konseling bagi guru BK serta di temukan sebagian dari klien yang sulit untuk di ajak berkomunikasi sehingga sulit juga didapatkannya informasi atau keterangan dari siswa tersebut.

Hal ini disampaikan oleh ibu Riski Amalia melalui proses wawancara selaku guru BK di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang sebagai berikut :

“ di sekolah ini tidak tersedia ruangan khusus maupun ruangan konseling untuk guru BK. Jadinya jika ingin melakukan proses konseling kadang kita melakukannya di musholla sekolah karena disana cukup sepi, ramanya kalau sudah adzan saja. kadang juga di kantor pada saat kondisi kantor sepi lalu di

tutup menggunakan gorden agar klien lebih merasa nyaman pada saat proses konseling berlangsung. Namun begitu kita tetap berusaha untuk membuat klien merasa nyaman agar proses konseling dapat berjalan dengan lancar”.<sup>23</sup>

Hal ini di benarkan dengan hasil wawancara kepala sekolah MTs

Nurul Huda Sampang yakni bapak Moh Syukron :

“ iya memang benar sekali nak, memang benar di sekolah ini tidak ada ruangan khusus untuk ruang konseling maupun ruangan untuk guru BK. Namun kita sudah mempunyai rencana untuk hal itu tetapi belum terlaksanakan. Kita akan usahakan untuk disegerakan pembangunannya, mengingat proses konseling itu butuh ke privasian, selain itu juga agar lebih nyaman bagi guru BK terutama untuk anak yang sedang melakukan tahap konseling”.<sup>24</sup>

Pernyataan kepala sekolah juga di perkuat oleh pernyataan salah

satu siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial yakni Putri Zaitun :

“ iya kak kalau ibu Riski Amalia memanggil saya untuk di konseling, biasanya ibu memakai ruangan musholla sekolah kadang juga di kantor tapi kalo sepi kak, nanti sama ibu di tutupin pakek gorden biar gak kelihatan sama guru-guru lain”.<sup>25</sup>

Selain dari bukti hasil wawancara hal ini juga di buktikan dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang belum mempunyai ruangan khusus ataupun ruangan konseling untuk guru BK. Hal ini memang kurang memadai dan kurang masuk dalam standart ruangan BK yang di anjurkan pada umumnya. Namun pihak sekolah tetap berusaha memberikan pelayanan dengan baik demi tetap terlasanakannya layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Sedangkan kendala berikutnya ialah terletak pada siswa yang sulit di ajak berkomunikasi

<sup>23</sup>Riski Amalia Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( jumat, 10 september 2020)

<sup>24</sup> Bapak Moh Syukron, Kepala Sekolah MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung ( Jumat, 10 september 2020 )

<sup>25</sup> Putri Zaitun Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Jumat, 10 September 2021)

dan tidak terbukanya masalah yang tengah dihadapinya sehingga guru BK susah mendapatkan informasi.<sup>26</sup>

Hal ini dijelaskan oleh guru BK yaitu ibu Riski Amalia sebagaimana petikan wawancara berikut :

“ ya benar memang sulit untuk menggali informasi dari siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial ini, karena mereka sangat pemalu dan susah diajak ngobrol. Memang susah mendekati mereka lalu memberikan stimulus agar mereka bisa terbuka tentang masalahnya. Dalam hal ini cukup memakan waktu yang sedikit lama, namun pada akhirnya mereka mau bicara dan terbuka”.<sup>27</sup>

Pernyataan di atas dibenarkan oleh Moh Rosul selaku siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial :

“ ketika saya di panggil sama ibu Riski Amalia ke ruang BK saya takut kak, saya juga malu sama ibu untuk menceritakan masalah saya kak. Makanya kalo di tanya saya itu lebih memilih diam saja.tapi ibu Riski Amalia itu baik kak dia baik, sabar, telaten. Akhirnya saya bisa terbuka sama beliau kak”.<sup>28</sup>

Keterangan dari bapak Moh Syukron selaku kepala sekolah di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang menginformasikan bahwa kendala pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert adalah tidak tersedianya ruangan khusus untuk konseling, dan keterangan dari Moh rosul yang membenarkan bahwa sulit terbukanya masalah yang di hadapi siswa.

Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor kepada klien yang sedang menghadapi masalah. Didalam proses layanan konseling individual ada beberapa tahap yang harus dilakukan oleh guru BK demi tercapainya tujuan

---

<sup>26</sup>Observasi langsung ( Jumat, 10 September 2021)

<sup>27</sup>Riski Amalia Guru BK MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( jumat, 10 September 2021)

<sup>28</sup> Moh Rosul Siswa Introvert kecemasan sosial MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang, Wawancara Langsung, ( Jumat, 10 september 2020)

konseling, salah satunya yaitu guru BK mampu bersikap simpati dan empati demi memberikan kepercayaan penuh terhadap siswa. Dengan demikian siswa akan merasa di ayomi dan diperhatikan sehingga siswa dengan mudah terbuka untuk menceritakan permasalahannya. Selain itu guru BK harus membuat kliennya merasa nyaman misalnya dari tempat atau ruangan yang di pakai pada proses konseling nyaman dan memungkinkan pembicaraan tidak akan terdengar keluar yang sifatnya privasi. Tentunya jika ruangan atau tempat yang dipakai pada proses konseling nyaman maka klien akan merasakan kenyamanan saat menceritakan masalahnya pada saat proses konseling berlangsung.

## **B. Temuan Penelitian**

Setelah dilakukan analisa terhadap hasil paparan data penelitian, maka didapatkan temuan penelitian dari masing-masing fokus penelitian. Dalam bagian ini, peneliti memaparkan data-data dari hasil temuan peneliti yang di anggap penting yang diperoleh hasil penelitian baik berupa hasil pengamatan (observasi), wawancara, maupun analisis dari hasil dokumen:

### **1. Gejala kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Temuan penelitian yang berkaitan dengan perilaku kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang yakni ada beberapa perilaku diantaranya :

- a. Mereka merupakan pribadi yang pemalu, tertutup, dan lebih senang menyendiri.
- b. Rasa cemas yang muncul pada diri mereka dikarenakan takut secara psikis terhadap pendengar, yaitu takut bahwa dirinya tidak menarik, takut di

tertawakan, dan rasa takut untuk mengemukakan yang mungkin tak pantas untuk dikemukakan.

- c. Lemahnya rasa percaya diri sehingga didalam pikirannya muncul pikiran-pikiran negatif mengenai dirinya. Pola pikir sangat berpengaruh terhadap reaksi seseorang, apabila seseorang mempunyai pola pikir negatif, maka efek yang akan ditimbulkan adalah rasa cemas, panik, dan bahkan akan mengalami depresi.
- d. Mempunyai konsep diri yang negatif. konsep diri yang negatif timbul karena kurangnya rasa kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri. Individu yang mempunyai konsep diri negatif akan menarik diri dari pergaulan, menghindari adanya interaksi sosial dan takut orang lain akan menyalahkannya. Hal ini menyebabkan individu tersebut cenderung tidak aktif didalam kelas karena takut bertanya ataupun takut untuk mengemukakan pendapatnya.

## **2. Pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

- a. Pertama-tama guru BK melakukan penyebaran angket DCM (Daftar cek masalah) dari situ nantinya dapat teridentifikasi masalah apakah yang sedang dialami oleh masing-masing siswa setelah itu dilakukan penyebaran angket lagi berupa angket kepercayaan diri siswa
- b. kegiatan pelaksanaan layanan konseling individual guru BK melakukannya dengan beberapa tahapan. Pertama guru BK akan membuat klien merasa nyaman, dibuat percaya untuk menceritakan masalahnya. Setelah siswa atau klien merasakan hal itu nantinya dengan mudah untuk menceritakan masalahnya kepada guru BK, dengan begitu akan didapat informasi

mengenai masalah apa yang tengah dihadapi siswa tersebut. Guru BK di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang dengan begitu telaten mengarahkan siswanya ke arah yang lebih baik lagi. Di tahap akhir guru BK akan memberikan nasihat dan motivasi yang bersifat membangun pada siswa. Melalui proses konseling individual ini diharapkan siswa akan lebih terbuka atas permasalahan yang dihadapinya, sehingga tidak terjadi kesenjangan diantara keduanya untuk mempermudah pemecahan dan pemberian solusi masalahnya.

### **3. Kendala layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

- a. Tidak adanya ruangan khusus atau ruangan untuk guru BK yang memadai. Jadi guru BK menggunakan musholla sekolah dan kantor sebagai tempat proses konseling kepada siswa.
- b. Selanjutnya yaitu konseli sulit untuk terbuka kepada guru BK, karena mereka mempunyai pribadi introvert yang mengalami kecemasan sosial jadi guru BK sulit menggali informasi mengenai permasalahan yang tengah di alami oleh siswa tersebut.

## **C. Pembahasan**

### **1. Gejala kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Gangguan kecemasan sosial adalah salah satu gangguan mental yang paling umum dialami oleh setiap manusia. Hal ini biasanya terjadi mulai pada awal hingga umur pertengahan belasan tahun, meskipun terkadang bisa lebih usia awal pada masa kanak-kanak maupun dewasa. Gangguan kecemasan sosial adalah suatu kondisi kesehatan mental kronis, namun ada pengobatan

yang dapat membantu meningkatkan rasa kepercayaan diri dan juga kemampuan interaksidengan orang lain seperti konseling psikologis, pengobatan dan belajar *coping* (mengaasi sesuatu masalah).<sup>29</sup>

Manusia mempunyai hakikat makhluk sosial yang artinya manusia memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dengan manusia lainnya. Dimana hal ini dapat membentuk sebuah struktur atau sistem masyarakat. Lingkungan sekolah merupakan tempat bersosial bagi siswa yang akan menciptakan dan memberikan suasana psikologis yang dapat mendorong perilaku sosial pada setiap siswanya. Pada masa remaja perkembangan segi sosial ditandai dengan adanya tuntutan dari lingkungan sosial, tekanan dari teman sebayanya, perubahan hormon dan ketertarikan terhadap sesuatu yang baru. Hubungan antara individu dengan teman sebayanya memegang peranan penting dalam perkembangan kemampuan interaksi sosial dan hal apapun yang berkaitan dengan kompetensi diri. Hubungan pertemanan merupakan langkah awal penyusunan pondasi sosialisasi melalui interaksi sosial pada anak. Salah satu faktor yang mempengaruhi interaksi sosial pada anak adalah karakter kepribadian. Kepribadian introvert yang cenderung pemalu,tertutup dan kurang percaya diri menyebabkan individu ini akan melakukan penghindaran sosial dengan lingkungan sekitar. Maka dari itu tipe kepribdian introvert lebih mudah mengalami kecemasan sosial.

Berikut merupakan beberapa gejala kecemasan sosial:<sup>30</sup>

- 1) Timbul rasa takut secara berlebihan ketika berinteraksi dengan orang asing,
- 2) Takut dituasi dimana anda dapat di nilai

---

<sup>29</sup>Abdul Samam,Farida Aryani, Muhammad Ilham Bakhtiar, "mengatasi kecemasan sosial melalui pendekatan *behavioral rehearsal*"(Seminar Nasional Dies Natalis ke 56, Universitas Negeri Makassar,2017),hlm.322

<sup>30</sup>Ibid.

- 3) Khawatir akan memalukan diri sendiri ataupun memalukan orang lain
- 4) Takut jika orang lain akan melihat bahwa dirinya terlihat cemas
- 5) Kecemasan mengganggu rutinitas harian anda, pekerjaan, sekolah atau kegiatan lain
- 6) Menghindari tindakan adanya interaksi atau berbicara dengan orang lain karena takut malu.
- 7) Menghindari situasi yang kemungkinan menjadi pusat perhatian
- 8) Kesulitan membentuk kontak mata dengan orang lain.
- 9) Kesulitan berbicara dan berinteraksi dengan orang asing.
- 10) Cenderung menarik diri dari keramaian.

Freud mengemukakan ada tiga macam kecemasan yaitu :

- 1) Kecemasan realistik, rasa takut akan bahaya luar atau cemas jenis ini bersumber dari *ego*.
- 2) Kecemasan neuritis, adalah kecemasan yang bersumber dari *id*, kalau-kalau insting tidak bisa dikendalikan sehingga berbuat sesuatu yang dapat menyebabkan dihukum.
- 3) Kecemasan moral yang bersumber pada *ego*, kecemasan ini dinamakan juga kecemasan kata hati. Kecemasan ini disebabkan oleh pertentangan moral yang sudah baik dengan perbuatan-perbuatan yang mungkin menentang norma-norma moral itu.<sup>31</sup>

Kecemasan merupakan suatu hal yang sangat umum dialami oleh manusia di dalam kehidupan. Gangguan kecemasan ditandai dengan adanya rasa takut, khawatir, panik. Individu yang mengalami kecemasan sosial akan merasa khawatir memperoleh evaluasi negatif dari orang lain saat individu tersebut terlibat dalam aktivitas sosial tertentu. Mereka cenderung akan menarik diri dan sebisa mungkin akan menghindari kontak sosial dengan lingkungannya. Pada masa remaja penting adanya sebuah interaksi sosial demi memenuhi

---

<sup>31</sup>Prof. Dr. Sofyan S. Willis, *Konseling Individual*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 59.



tugas-tugas perkembangan pada siswa. Apabila tugas itu tidak dapat dituntaskan atau gagal maka akan menyebabkan hal negatif pada individu tersebut salah satunya adalah menimbulkan penolakan pada lingkungan, prestasi akademik dan kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas berikutnya.

## **2. Pelaksanaan layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Konseling merupakan proses bantuan yang dilakukan oleh guru BK melalui wawancara konseling kepada individu yang sedang menghadapi masalah yang bertujuan untuk membantu siswa menjadi individu yang lebih baik lagi. Di sekolah guru bimbingan dan konseling mempunyai peranan penting dalam mengembangkan dan membantu siswa mengatasi masalahnya. Terlebih bagi siswa introvert yang mengalami kecemasan sosial. Individu introvert yang mengalami kecemasan sosial cenderung tertutup, pemalu dan menghindari adanya kontak sosial di lingkungan sekolah. Maka dari itu dibutuhkan penanganan khusus oleh guru BK berupa pelaksanaan konseling. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui teknik konseling individual yang merupakan kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling.

Konseling individual merupakan salah satu cara pemberian bantuan secara langsung kepada individu. Pemberian bantuan tersebut dilakukan secara *face toface relationship* (hubungan langsung dengan muka ke muka, atau hubungan empat mata), antara konselor dan anak (anak). Biasanya, permasalahan yang dipecahkan menggunakan teknik atau cara ini ialah masalah yang sifatnya pribadi.<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup>Drs. Anas Salahudin, M.Pd., *Bimbingan dan Konseling*, ( Bandung: Pustaka Setia, 2010 ), hlm.98

Dalam konseling individual, seorang konselor bisa bersikap penuh simpati dan empati. Simpati artinya menunjukkan sikap turut merasakan apa yang tengah dirasakan oleh klien. Sedangkan empati ialah berusaha menempatkan diri pada situasi diri klien dengan segala masalah yang dihadapinya. Karena dengan sikap ini, klien dapat memberikan kepercayaan sepenuhnya kepada konselor sehingga klien dengan terbuka menceritakan permasalahannya. Dengan cara ini, segala masalah yang dihadapi klien dapat berkurang dan membantu keberhasilan dalam konseling.<sup>33</sup>

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Dengan konselor menguasai teknik konseling individual nantinya akan mempermudah dalam proses bimbingan dan konseling yang lainnya. Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Dengan kata lain tujuan konseling yaitu demi tujuan klien itu sendiri. Hal ini amat perlu ditekankan terutama pada konselor pemula atau yang kurang profesional, bahwa subjektivitas konselor sangat menonjol di dalam proses konseling. Seolah-olah mengutamakan tujuan konselor sementara tujuan klien terabaikan.<sup>34</sup>

Tahap layanan konseling individual :

- 1) Tahap perencanaan : mengidentifikasi siswa, mengatur waktu pertemuan, mempersiapkan dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan, menetapkan fasilitas layanan, menyiapkan kelengkapan administrasi
- 2) Tahap pelaksanaan : menerima siswa, mengadakan penstrukturan, membahas masalah siswa dengan menggunakan beberapa teknik yang

---

<sup>33</sup>Ibid.

<sup>34</sup>Prof. Dr. Sofyan S. Willis, *Konseling Individual*, ( Bandung: Alfabeta, 2014 ), hlm. 159.

ada, mendorong pengentasan masalah siswa, menetapkan komitmen siswa dalam pengentasan masalahnya.

- 3) Tahap evaluasi jangka pendek : menganalisis hasil dari kegiatan tahap perencanaan dan pelaksanaan. Kemudian menafsirkan hasil konseling yang telah dilaksanakan selama kegiatan tersebut berlangsung.
- 4) Tahap tindak lanjut : menetapkan jenis arah tindak lanjut, membicarakan mengenai rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak yang terkait.
- 5) Laporan : menyusun laporan hasil konseling individual, lalu menyampaikan laporan tersebut kepada kepala sekolah, dokumentasi laporan.<sup>35</sup>

Layanan konseling individual merupakan bentuk realisasi antara guru BK dengan siswa bermasalah dengan tujuan agar dapat memecahkan masalah pada siswa. Layanan konseling individual salah satu upaya bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap serta tingkah lakunya. Diharapkan dengan terlaksananya konseling individual dapat memecahkan permasalahan yang tengah dihadapi oleh siswa sehingga nantinya dapat belajar dengan nyaman dan tenang yang secara tidak langsung hal itu dapat meningkatkan prestasi belajar siswa di sekolah.

### **3. Kendala layanan konseling individual untuk mereduksi kecemasan sosial anak introvert di MTs Nurul Huda Pangarengan Sampang**

Dalam pelaksanaan konseling individual seringkali seorang guru bimbingan dan konseling mengalami berbagai hal yang dapat menghambat atau menghalangi dalam proses pelaksanaan layanan konseling individual. Dengan demikian kendala atau hambatan adalah segala bentuk kondisi yang

---

<sup>35</sup>Muhammad Husni, "layanan konseling individual remaja pendekatan behaviorisme" (Skripsi, IAI Al-Qolam Malang, 2017), hlm, 71.

tidak mendukung konseling sehingga menyebabkan tidak terlaksananya atau terselenggaranya dengan baik dan benar proses konseling.

Hambatan yang dialami guru bimbingan dan konseling bermacam-macam dapat berupa guru BK mengalami kesulitan dalam pelaksanaan layanan konseling individual yakni mulai dari siswa yang enggan di konseling meskipun sudah ada janji sebelumnya, siswa yang enggan terbuka akan masalah yang sedang dialami, siswa menganggap bahwa yang dikonseling hanya siswa yang bermasalah saja, guru bimbingan dan konseling dianggap sebagai polisi sekolah dan ada juga yang enggan di konseling karena fasilitas ruangan konseling yang kurang memadai.

Setiap masalah pasti ada solusi atau jalan keluarnya untuk permasalahan tersebut. Banyak cara untuk mengatasi hal tersebut misalnya guru bimbingan dan konseling melakukan kerja sama dengan wali kelas maupun guru mata pelajaran dengan begitu akan mempermudah dalam penanganan masalah pada siswa.