

## Konseling kelompok dengan Pendekatan Eksistensial-Humanistik berbasis nilai Budaya Gayo “Alang Tulung” untuk mengurangi sikap apatis siswa

Anissah Fadila Taharani  
Pascasarjana Universitas Negeri Semarang  
[anissahfadila.af@gmail.com](mailto:anissahfadila.af@gmail.com)

<b>Kata Kunci / Keyword</b>	<b>Abstrak / Abstract</b>
Eksistensial Humanistik, Alang Tulung, Sikap Apatis	<p>Dalam dunia pendidikan, interaksi dalam pembelajaran sangat diperlukan, Interaksi sosial akan membantu siswa menambah pengetahuannya, mengembangkan keterampilan sosial siswa dengan individu lainnya, serta dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar. Namun realitanya saat ini banyak siswa yang bertindak tidak peduli, acuh tak acuh terhadap lingkungan bahkan terhadap pendidikannya sendiri. Hal ini akan berdampak buruk bagi kehidupan sosial siswa serta menghambat proses pembelajarannya. Untuk mengurangi perilaku tersebut dapat menggunakan salah satu nilai budaya yang ada di Indonesia yaitu tradisi alang tulung. Alang tulung adalah nilai budaya suku gayo yang berarti sikap tolong-menolong didalam masyarakat, nilai ini juga menegaskan eksistensi manusia sebagai makhluk sosial yang memungkinkan proses memberi dan menerima sebagai perekat sosial. Alang tulung dapat dilakukan melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik yang berfokus pada manusia sehingga dapat membantu siswa dalam mencari kebermaknaan hidup, menurunkan perilaku apatis siswa serta meningkatkan eksistensi siswa sebagai makhluk sosial. Tulisan ini mencoba untuk mengantarkan gagasan bagaimana pendekatan eksistensial-humanistik berbasis nilai alang tulung dapat mengurangi sikap apatis pada siswa.</p> <p><i>In the world of education, interaction in learning is necessary, Social interaction will help students increase their knowledge, develop students' social skills with other individuals, and can increase student motivation in learning. But the reality today many students who act do not care, indifferent to the environment even to his own education. This will adversely affect the students' social life and hinder their learning process. To reduce the behavior can use one of the cultural values that exist in Indonesia is the traditions of alang tulung. Alang tulung is the cultural value of Gayo tribe, which means the attitude of help in the community, this value also affirms the existence of human being as a social creature that allows the process of giving and receiving as social glue. Alang tulung is implied through group</i></p>

*counseling service with humanistic existential approach that focuses on human so as to assist students in finding meaningfulness of life, decreasing apathy behavior of students and increasing student existence as social creature. This paper attempts to deliver the idea of how a value-based humanist-based existential approach can reduce apathy to students.*

## PENDAHULUAN

Interaksi dalam pembelajaran didunia pendidikan sangat diperlukan, Interaksi sosial akan membantu siswa menambah pengetahuannya, mengembangkan keterampilan sosial siswa dengan individu lainnya, serta dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar. Rasa kepedulian merupakan salah satu unsur dalam interaksi sosial yang harus dimiliki individu termasuk siswa, akan tetapi saat ini banyak siswa yang bertindak tidak peduli, acuh tak acuh terhadap lingkungan, sikap ketidakpedulian terhadap permasalahan-permasalahan lingkungan disebut juga dengan sikap apatis. Sikap apatis yang dialami peserta didik seperti ini tidak bisa dibiarkan karena akan berdampak buruk bagi kehidupan sosial siswa serta menghambat siswa dalam proses memperoleh ilmu pengetahuan.

Untuk mengatasi sikap apatis pada siswa ini, dapat menggunakan salah satu nilai budaya yang ada di Indonesia yaitu tradisi alang tulong. Alang tulong adalah nilai budaya suku gajo yang berarti sikap tolong-menolong didalam masyarakat sebagaimana tercermin dalam ungkapan tolong menolong dalam ungkapan alang-tulong berat-berbantu. Nilai ini menegaskan eksistensi manusia sebagaimana makhluk sosial, manusia memerlukan interaksi sosial yang memungkinkan proses memberi dan menerima (give and take, bukan take and give sebagaimana yang sering disebut)

sebagai perekat kohesi sosial, Alang tulong dimasukan dalam proses layanan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik yang berfokus pada manusia sehingga dapat membantu siswa dalam mencari kebermaknaan hidup, menurunkan siswa apatis siswa serta meningkat eksistensi siswa sebagai makhluk sosial.

## PEMBAHASAN

### Sikap Apatis

Bruno dalam (Syah, 2013) menerangkan sikap (*attitude*) adalah kecenderungan yang relatif menetap untuk bereaksi dengan cara baik atau buruk terhadap orang atau barang tertentu.

Apatis berasal dari kata *apatheia*, yaitu dari *a* yang berarti tanpa dan *pathos* atau *pathe* berarti perasaan, jadi apatis adalah tanpa perasaan, acuh tak acuh. Secara umum Apatis atau sering disebut apatis merupakan kurangnya emosi, motivasi atau entusiasme. Sejalan dengan pemikiran tersebut, Alwisol (2009) menyatakan bahwa dalam istilah psikologi, apatis merupakan keadaan ketidakpedulian, dimana seseorang individu tidak menanggapi rangsangan kehidupan emosional, sosial atau fisik.

Alwisol (2009) menyatakan bahwa ciri-ciri seseorang bersikap apatis adalah sebagai berikut: (a) Menifestasi kepribadian otoriter, (b) putus asa, (c) tidak percaya, dan (d) tidak berdaya menarik diri dari kegiatan. Heymans

(dalam Kartono, 2005), seorang yang memiliki sikap apatis memiliki aktivitas yang lamban, menyukai cara yang mudah, suka berfikir panjang, memiliki kebiasaan malas, dan cenderung tidak suka berbuat sesuatu, sosiabilitas lemah, sukar berdamai, afeksinya konstan, suka menarik diri, acuh tak acuh terhadap pendapat orang lain, kaku, beku, berpegang secara mati-matian pada kesenangannya, bersikap tertutup, suka menyendiri, dan seorang individu yang sangat menjemukan.

#### **Nilai Budaya Gayo “Alang Tulung”**

Dalam Rusdi Sufi dkk (2004) menjelaskan bahwa alang tulung secara umum berarti tolong- menolong. Dalam bahasa Gayo, Alang berarti “sakit” atau “malang” dan tulung berarti “tolong” atau “bantu”.

Dengan demikian alang tulung diartikan sebagai orang yang sedang sakit atau kesusahan maka harus ditolong atau dibantu. Sedangkan Syamsudin (1980) menerangkan bahwa tradisi alang tulung adalah warisan leluhur yang menginginkan masyarakat Melayu Gayo hidup rukun dan damai. Tradisi ini berdasarkan pada filosofi bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri, melainkan harus tolong menolong. Manusia memiliki waktu sakit dan sehat. Bagi yang sehat harus membantu yang sakit, begitu juga sebaliknya.

#### **Nilai-Nilai Luhur Yang Terkandung dalam Alang Tulung**

Pengetahuan orang Gayo tentang Alang Tulung mengandung nilai-nilai luhur, antara lain:

- a. Harmoni masyarakat. Tradisi gotong royong ini menguatkan harmoni kehidupan masyarakat Gayo. Dengan bergotong royong, kekurangan dan kesusahan dapat terselesaikan dengan baik dan dipikul bersama.
- b. Melestarikan Tradisi. Alang tulung menjadi bukti bahwa pelestarian tradisi leluhur adalah hal penting untuk dilakukan.
- c. Menghargai Sesama Manusia. Tradisi alang tulung adalah wujud penghargaan sesama manusia dan menjadi symbol solidaritas orang Gayo.
- d. Menjaga Adat. Alang Tulung adalah sebuah etika sosial yang bersumber dari ajaran leluhur dan oleh karena itu, pelaksanaannya merupakan wujud dari upaya orang Gayo dalam menjaga adat.
- e. Menerapkan Ajaran Agama. Mayoritas orang Gayo adalah Muslim dan Islam mengajarkan sesama manusia saling membantu. Oleh karena itu, pelaksanaan ajaran agama islam.
- f. Menjaga Persatuan dan Kesatuan. Gotong-royong adalah pondasi yang kuat untuk menjaga persatuan dan kesatuan masyarakat. Oleh karena itu, pelaksanaan tradisi ini adalah upaya penguatan pondasi sosial tersebut.

#### **Pendekatan Eksistensial Humanistik Konsep kemanusiaan**

Menurut Corey (2013) dimensi dasar dari kondisi manusia, menurut pendekatan eksistensial adalah :

- a. Kapasitas untuk kesadaran diri  
Kebebasan, pilihan, dan tanggung jawab merupakan landasan kesadaran diri. Semakin besar kesadaran kita, semakin besar kemungkinan kita untuk kebebasan.
- b. Kebebasan dan tanggung jawab  
Schneider dan Krug (dalam corey, 2013) menulis bahwa terapi eksistensial mencakup tiga nilai: (1) kebebasan untuk menjadi dalam konteks keterbatasan alam dan diri

sendiri; (2) kapasitas untuk merefleksikan makna pilihan kita; dan (3) kapasitas untuk bertindak atas pilihan yang kita buat. Russell, dalam Corey (2013) menganggap bahwa tanggung jawab adalah kondisi dasar untuk perubahan. Klien yang menolak untuk menerima tanggung jawab dengan terus-menerus menyalahkan orang lain atas masalah, mereka tidak mungkin mendapat keuntungan dari terapi.

- c. Menciptakan identitas seseorang dan menjalin hubungan yang bermakna dengan orang lain

Masing-masing dari kita ingin menemukan diri sendiri atau, untuk membuatnya lebih otentik dalam menciptakan identitas pribadi kita. Ini bukan proses otomatis, dan menciptakan identitas membutuhkan keberanian. Sebagai makhluk relasional, kita juga berusaha untuk berhubungan dengan orang lain.

- d. Pencarian makna (*The Search for Meaning*)

Karakteristik manusia yang jelas adalah perjuangan untuk rasa makna dan tujuan dalam kehidupan. Ada beberapa pertanyaan mendasar yang dapat digunakan dalam pencarian makna tersebut yang kemudian disebut dengan pertanyaan-pertanyaan eksistensial yaitu: "Mengapa saya di sini?" "Apa yang saya inginkan dari kehidupan?" "Apa yang memberikan tujuan hidup saya?" "Di mana sumbernya? berarti bagi saya dalam hidup? ".

- e. Kecemasan Sebagai Kondisi Hidup  
Corey (2013) menyatakan bahwa Kecemasan muncul dari upaya pribadi seseorang untuk bertahan hidup dan untuk mempertahankan dan

menegaskan keberadaan seseorang, dan perasaan kecemasan yang dihasilkan merupakan aspek yang tak terelakkan dari kondisi manusia.

- f. Kesadaran Akan Kematian dan Ketidakberadaan

Eksistensial tidak memandang kematian secara negatif tetapi menganggap bahwa kesadaran akan kematian sebagai kondisi dasar manusia memberi arti penting bagi kehidupan. Karakteristik manusia yang membedakan adalah kemampuan untuk memahami realitas masa depan dan keniscayaan kematian.

### **Tujuan Konseling**

Menurut Corey (2013) dalam bukunya menyatakan bahwa terapi eksistensial bertujuan membantu klien menghadapi kecemasan dan terlibat dalam tindakan yang didasarkan pada tujuan otentik untuk menciptakan eksistensi yang layak.

Seligman dalam (Corey, 2013) menjelaskan tujuan dasar terapi eksistensial adalah membantu orang menemukan nilai, makna, dan tujuan dalam hidup mereka. Pengobatan tidak secara khusus berusaha untuk memperbaiki gejala. Dengan kata lain, Tujuan psikoterapi bukan untuk menyembuhkan klien dalam arti yang konvensional, tetapi untuk membantu mereka menyadari apa yang mereka lakukan dan untuk membuat mereka keluar dari peran korban. Untuk mencapai tujuan ini, terapis eksistensial membantu orang menghadapi ketakutan terdalam serta kecemasan tentang tantangan hidup yang tak terelakkan termasuk kematian, keterpencilan, dan kehampaan makna. Meninjau dan bercermin pada riwayat klien dapat memfasilitasi proses ini, terutama jika itu membantu mereka mengidentifikasi hambatan yang

menghalangi gerakan mereka menuju kehidupan yang otentik dan bermakna secara pribadi, di samping itu, terapi membantu orang menjadi sadar akan kebebasan yang mereka miliki, mengakui pilihan mereka, dan membuat pilihan yang membantu mereka menjadi lebih diaktualisasikan dan mampu menjalani hidup yang mencerminkan nilai-nilai dan prioritas mereka.

### **Fungsi dan Peran Konselor**

Corey (2013) menjelaskan bahwa Konselor eksistensial memahami dunia subjektif klien agar dapat membantu mereka untuk menemukan pemahaman dan pilihan baru. Konselor eksistensial sangat memperhatikan klien yang menghindari tanggung jawab; mereka secara konsisten mengundang klien untuk menerima tanggung jawab pribadi. Fokusnya adalah pada situasi hidup klien pada saat itu dan bukan pada menolong klien agar bisa sembuh dari situasi masa lalu. Konselor yang berorientasi eksistensial biasanya berurusan dengan orang-orang yang memiliki apa yang disebut sebagai eksistensi terbatas. Tugas sentral dari konselor adalah langsung mengkonfrontasikan klien ini dengan cara hidup mereka dalam keberadaan terbatas ini dan menolong mereka untuk bisa menyadari bahwa mereka ikut berperan dalam menciptakan kondisi semacam itu.

### **Peran Klien Dalam Hubungan Konseling**

Dalam proses konseling klien harus aktif, Klien dalam didorong untuk mengambil tanggung jawab atas bagaimana mereka saat ini memilih untuk berada di dunia mereka. sehingga dalam konseling harus menentukan rasa takut dan kecemasan yang mereka eksplorasi. Menurut Corey (2013) dalam konseling eksistensial, klien bertugas membuka pintu

bagi dirinya sendiri setelah itu klien bertugas berkonfrontasi dengan kepedulian jauh kedepan dan bukan mengurus *problem-problem* yang akan segera datang.

### **Proses Konseling**

Dalam Corey (2013) Selama fase awal konseling, terapis membantu klien dalam mengidentifikasi dan mengklarifikasi asumsi mereka tentang lingkungan. Klien diundang untuk mendefinisikan dan mempertanyakan cara-cara mereka memahami dan memahami keberadaan mereka. Mereka memeriksa nilai, keyakinan, dan asumsi mereka untuk menentukan validitasnya. Ini adalah tugas yang sulit bagi banyak klien karena pada awalnya mereka mungkin menyajikan masalah mereka sebagai akibat hampir seluruhnya dari penyebab eksternal. Klien fokus pada orang lain "yang membuat merasa" atau bagaimana orang lain bertanggung jawab atas suatu tindakan. Konselor mengajarkan konseli bagaimana merefleksikan keberadaan mereka sendiri dan untuk memeriksa peran mereka dalam menciptakan masalah mereka dalam hidup.

Selama fase tengah konseling eksistensial, klien dibantu untuk sepenuhnya memeriksa sumber dan otoritas sistem nilai mereka saat ini. Ini proses eksplorasi diri biasanya mengarah ke wawasan baru dan beberapa restrukturisasi nilai dan sikap. Individu mendapatkan ide yang lebih baik tentang jenis kehidupan apa yang mereka anggap baik dalam kehidupan dan mengembangkan rasa yang lebih jelas dari proses penilaian internal mereka.

Fase terakhir konseling eksistensial berfokus pada membantu orang mengambil apa yang mereka pelajari tentang diri mereka dan mewujudkannya dalam tindakan. Tujuan konseling adalah memungkinkan klien untuk menemukan

cara menerapkan nilai mereka yang telah diinternalisasi dengan cara konkret setiap sesi dan setelah terapi dihentikan. Klien biasanya menemukan kekuatan mereka dan menemukan cara untuk menempatkan mereka ke layanan tujuan kehidupan eksistensi.

### **Teknik Konseling**

Pendekatan eksistensial adalah tidak seperti kebanyakan terapi lain dalam hal itu tidak fokus pada orientasi teknik. Meskipun terapis berorientasi eksistensial dapat menggabungkan banyak teknik dari model lain, intervensi ini dibuat dalam konteks berjuang untuk memahami dunia subjektif dari klien. Tugas konselor disini adalah menyadarkan konseli bahwa ia masih ada di dunia ini dan hidupnya dapat bermakna apabila ia memaknainya. Serta membantu individu menyadari diri sesungguhnya dapat memecahkan masalah mereka dengan intervensi ahli terapi yang minimal.

Dalam hal ini Ada empat teknik eklektik yang dapat membantu siswa untuk mengurangi perilaku apatis siswa yaitu yang pertama Teknik Mutual Storytelling, Erford (2017) menjelaskan bahwa teknik ini dilakukan dengan menceritakan tradisi yang kental dikalangan manusia yang mempengaruhi perilaku manusia. Cerita yang mencerminkan hukum kultural, etika dan aturan sehari-hari yang mengatur perilaku dan memedomani pengambilan keputusan. Teknik ini dapat diterapkan dalam konseling kelompok dimana para anggota kelompok bergiliran bercerita.

Kedua Teknik Role Play, James dan Gilliland dalam (Erford, 2017) menyatakan teknik role play adalah sebuah teknik yang digunakan dalam oleh konselor dari beragam orientasi teoritis untuk klien yang perlu mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang atau melakukan

perubahan dalam dirinya sendiri, lebih lanjut Kottman dalam (Erford, 2017) menerangkan bahwa dengan teknik Role Play siswa dapat belajar tentang keyakinan dan nilai-nilai yang mereka anut dan dapat mencapai pemahaman lebih jauh tentang keyakinan dan nilai-nilai yang dianut orang lain. Teknik ini juga sesuai diterapkan dalam layanan konseling kelompok dalam rangka meningkatkan interaksi sosial siswa dan eksistensi siswa sebagai makhluk sosial,

Ketiga, Teknik Acting As If adalah teknik yang didasarkan pada pendekatan Adlerian. Tujuan Adlerian adalah untuk meningkatkan minat sosial dan perasaan kemasyarakatan klien yang diukur menurut empat kriteria : (1) berkurangnya gejala, (2) meningkatkan fungsi, (3) meningkatnya selera humor klien, dan (4) menghasilkan perubahan pada perspektif klien, Carlson, dkk dalam (Erford, 2017).

### **1. Konseling Kelompok**

Bentuk intervensi dalam penanganan sikap apatis siswa adalah melalui konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (feedback) dan pengalaman belajar (Latipun, 2006). Menurut Prayitno (2004) layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suasana kelompok.

### **Tujuan Konseling Kelompok**

Tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (2004) mempunyai dua tujuan sekaligus yaitu: *pertama*, terkenalnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkahlaku khususnya bersosialisasi dan berkomunikasi. *Kedua*, terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbas

pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain yang menjadi peserta layanan. Sedangkan menurut Nursalim dan Hariastuti (2007) tujuan konseling kelompok dalam setting sekolah adalah untuk membantu siswa dalam penyesuaian sosial di lingkungan yang baru, sebab pada masa ini dorongan dari teman sebaya merupakan suatu yang amat penting yang dapat memotivasi mereka melakukan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka tujuan konseling kelompok sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yaitu membantu siswa memecahkan masalah pribadi yang dialami agar tercapai perkembangan yang optimal (perkembangan sosial). Dalam hal ini siswa diberikan layanan konseling kelompok untuk menurunkan sikap apatis siswa. Konseling kelompok digunakan karena untuk melatih siswa berinteraksi dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya.

#### **Tahap-Tahap Konseling Kelompok**

Dalam melaksanakan konseling kelompok ada beberapa tahap-tahap yang harus dilalui. Menurut Corey (2012) ada beberapa tahap dalam konseling kelompok yang akan diuraikan sebagai berikut.

##### **a. Tahap Pembentukan**

Dalam tahap pembentukan perlu suatu perencanaan yang dimulai dengan penyusunan tujuan, populasi anggota kelompok, alasan yang jelas, kebutuhan dan justifikasi bahwa cara kelompok untuk merekrut anggota kelompok, penyaringan dan seleksi untuk anggota, ukuran dan durasi konseling kelompok, frekuensi dan waktu pertemuan, struktur dan format kelompok, metode dari persiapan anggota kelompok.

##### **b. Tahap Awal Orientasi dan Eksplorasi**

Tahap awal konseling kelompok adalah masa orientasi dan eksplorasi. Pada tahap ini adalah menentukan struktur kelompok, berkenalan, dan menjelajahi harapan anggota kelompok. Selama tahap ini anggota kelompok belajar bagaimana fungsi kelompok, menentukan tujuannya sendiri, mengklarifikasi harapannya dan mencari tempat mereka di kelompok.

##### **c. Tahap Transisi**

Selama tahap ini, anggota mengatasi kecemasan mereka, pembelaan diri, konflik, dan keraguan tentang berpartisipasi dalam kelompok. Pemimpin membantu para anggota belajar bagaimana untuk mulai bekerja pada kekhawatiran yang membawa mereka ke kelompok. Tahap transisi umumnya ditandai dengan peningkatan kecemasan dan defensif. Perasaan ini biasanya memberikan cara untuk keterbukaan dan kepercayaan penuh dalam tahap yang diikuti.

##### **d. Tahap Tahap Kerja**

Pada tahap kerja ini ditandai dengan eksplorasi lebih mendalam dari masalah yang signifikan dan dengan tindakan efektif untuk membawa perubahan perilaku yang diinginkan. Tahap kerja ditandai dengan komitmen anggota kelompok untuk mengeksplorasi masalah signifikan yang mereka bawa ke kelompok dan dengan perhatian anggota terhadap dinamika kelompok. Pada tahap ini anggota telah belajar bagaimana untuk melibatkan diri dalam interaksi kelompok dengan cara yang lebih spontan.

##### **e. Tahap Akhir**

Pada tahap akhir ini pemimpin kelompok membantu anggota dalam mentransfer apa yang telah mereka

pelajari dalam kelompok untuk lingkungan luar mereka. Pada setiap tahap, peserta menerapkan pelajaran dalam kelompok untuk kehidupan sehari-hari mereka. Sebagai kelompok yang berkembang menuju tahap akhir, kerja kognitif adalah hal yang penting, serta perasaan menjelajahi terkait dengan akhiran. Untuk memaksimalkan dampak dari pengalaman kelompok, peserta perlu konsep apa yang mereka pelajari, bagaimana mereka belajar, dan apa yang akan mereka lakukan tentang menerapkan wawasan mereka ke situasi setelah kelompok berakhir.

f. Tahap Evaluasi dan Tidak Lanjut

Tahap terakhir dari konseling kelompok bukanlah sinyal bahwa tugas pemimpin selesai, karena ada pertimbangan penting setelah penghentian. Bagian dari praktek yang efektif memerlukan mengembangkan strategi untuk memastikan melanjutkan penilaian dan merancang prosedur tindak lanjut untuk kelompok. Selanjutnya evaluasi merupakan aspek dasar dari setiap pengalaman kelompok, dan dapat menguntungkan kedua anggota dan pemimpin. Tahap tindak lanjut juga memberikan kesempatan untuk mengekspresikan dan bekerja melalui pikiran susulan atau perasaan terhubung dengan pengalaman kelompok.

**Implementasi Konseling Kelompok dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Berbasis Nilai Budaya Gayo “Alang Tulung” untuk Mengurangi Sikap Apatitis Siswa**

Telah dijelaskan bahwa Rasa kepedulian merupakan salah satu hal yang harus dimiliki individu termasuk siswa, akan tetapi saat ini banyak siswa yang bertindak tidak peduli, acuh tak acuh terhadap lingkungan, sikap

ketidakpedulian terhadap permasalahan-permasalahan lingkungan disebut juga dengan sikap apatis. Sikap apatis yang dialami peserta didik seperti ini tidak bisa dibiarkan karena akan berdampak buruk bagi kehidupan sosial siswa serta menghambat siswa dalam proses memperoleh ilmu pengetahuan.

Untuk mengatasi sikap apatis pada siswa ini, menggunakan pendekatan konseling eksistensial humanistic yang bertujuan untuk membantu orang menemukan nilai, makna, dan tujuan dalam hidup mereka. Dengan tiga teknik eklektik yaitu teknik mutual storytelling, teknik role play dan teknik acting as if yang dimana masing-masing dari teknik tersebut berguna untuk membantu klien mengembangkan pemahaman mengenai nilai-nilai dirinya dan nilai yang dianut oleh orang lain serta meningkatkan interaksi dan minat sosial serta kemasyarakatan klien yang diterapkan dalam konseling kelompok yang berguna untuk melatih siswa berinteraksi dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya. Dan berbasis budaya alang tulung suku Gayo yang dimana nilai budaya ini menegaskan eksistensi manusia sebagaimana makhluk sosial, manusia memerlukan interaksi sosial yang memungkinkan proses memberi dan menerima (give and take, bukan take and give sebagaimana yang sering disebut) sebagai perekat kohesi sosial.

Jadi dengan pemberian konseling kelompok dengan pendekatan konseling eksistensial humanistik dengan tiga teknik eklektik berbasis nilai budaya suku Gayo Alang Tulung siswa dapat membantu siswa memecahkan masalah pribadi yang dialami agar tercapai perkembangan yang optimal, meningkatkan pemahaman akan nilai-nilai dirinya dan nilai-nilai yang

dianut orang lain serta dapat meningkatkan interaksi sosial diantara siswa hingga mengurangi sikap apatis siswa dan siswa dapat mencapai eksistensi dirinya sebagai manusia yang memiliki makna.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan konseling kelompok dengan pendekatan eksistensial humanistik berbasis nilai budaya Gayo “alang tulung” dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan mengenai sikap apatis siswa terhadap interaksi sosial dalam proses pembelajaran disekolah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Corey, Gerald. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling, Eighth Edition*. Belmont, USA. Brooks/Cole.
- Corey, Gerald. 2013. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (9th edition)*. California: Brooks/Cole.
- Erford, Bradley T. 2017. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kartono, Kartini. 2005. *Teori Kepribadian*. Bandung: Mandar Maja.
- Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Nursalim, Mochammad & Hariastuti, Retno Tri. 2007. *Konseling Kelompok*. Surabaya: Unesa University Press.
- Prayitno. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rusdi Sufi, dkk. 2004. *Keanekaragaman Suku dan Budaya di Aceh*. Banda Aceh: Balai Kajian Sejarah dan Nilai Tradisional Banda Aceh.
- Syah, Muhibbin. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- T. Syamsudin, dkk.1980. *Sistem Gotong-Royong dalam Masyarakat Pedesaan Provinsi Daerah Istimewa Aceh*. Aceh: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

