

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Konseling merupakan salah satu intervensi psikologis yang penting dalam membantu individu mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapinya, baik yang bersifat emosional, sosial, maupun psikologis. Dalam praktiknya, konseling bertujuan untuk memberikan bantuan secara sistematis melalui komunikasi yang terarah antara konselor dan konseli, sehingga konseli dapat menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapinya dan mencapai kesejahteraan psikologis. Seiring dengan berkembangnya zaman, model-model konseling pun semakin beragam dan kompleks, mencakup berbagai pendekatan mulai dari psikodinamis, humanistik, kognitif-behavioral, hingga konseling yang berorientasi pada spiritualitas dan moralitas.

Sebelum membahas lebih ada baiknya kita ketahui dulu pengertian konseling. Konseling adalah proses pemberian bantuan pada konseli yang dilakukan oleh konselor untuk mengatasi masalah (Ibid dalam Haryanto 2019). Dapat disimpulkan konseling adalah suatu proses pemberian bantuan pada seseorang atau kelompok yang disebut konseli oleh seorang yang ahli disebut konselor untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami konseli.

Ada banyak pendekatan dalam proses konseling, mulai dari psikodinamis, humanistik, kognitif-behavioral. Pendekatan Psikodinamis adalah pendekatan yang berasal dari teori psikoanalisis dan menggali ke dalam alam bawah sadar untuk memahami konflik internal dan pengalaman masa lalu yang mungkin memengaruhi perilaku dan emosi saat ini (Jumadi, 2023). Pendekatan humanistik adalah pendekatan yang berfokus pada pertumbuhan pribadi dan aktualisasi diri konseli. Konselor yang mengadopsi pendekatan ini percaya bahwa setiap orang mempunyai kapasitas untuk menyembuhkan diri sendiri dan memahami diri sendiri. Mereka menggunakan empati dan penerimaan untuk menciptakan lingkungan yang tidak menghakimi dan mendukung di mana konseli dapat mengeksplorasi perasaan dan pikirannya. Sedangkan pendekatan kognitif-behavioral adalah pendekatan yang menekankan bahwa perubahan tingkah laku dapat terjadi jika seorang individu mengalami perubahan dalam masalah kognitif. Terapi dalam pendekatan Kognitif-Behavioral merupakan gabungan dari terapi yang ada pada pendekatan Kognitif dan pendekatan Behavioral (Arofah 2019).

Namun ada juga pendekatan konseling yang berorientasi pada spiritual dan moralitas. Salah satu tokoh yang memiliki pandangan mendalam tentang kehidupan dan moralitas adalah Mahatma Gandhi. Mahatma Gandhi, atau yang lebih dikenal sebagai Bapu, adalah seorang pemimpin spiritual dan politik dari India yang dikenal luas karena ajaran-ajarannya yang menekankan pada non-kekerasan (*ahimsa*), kebenaran (*satya*), *Swadeshi* dan *Seva Darma*. Ajaran-ajaran ini telah memberikan pengaruh besar tidak hanya dalam konteks perjuangan kemerdekaan India, tetapi juga dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam konteks penyelesaian konflik pribadi dan pengembangan diri.

Mohandas Karamchand Gandhi atau yang dikenal sebagai Mahatma Gandhi merupakan seorang tokoh besar di India yang lahir pada tahun 1869. Gandhi merupakan seorang pejuang HAM dan kemerdekaan India, Gelar *mahatma* yang dikenakan para pengikutnya terhadap dirinya, hendak menjelaskan bahwa Gandhi merupakan seorang “jiwa agung” yang menaruh hati, pikiran dan tindakannya pada kebenaran. Demikian, dalam setiap perjuangan hidup yang dilaluinya, Gandhi selalu berusaha untuk menemukan kebenaran. Sarana untuk menemukan kebenaran, menurut Gandhi, adalah melalui *ahimsa*. Gandhi memperoleh pendidikannya di Gujarat, sebuah negara dibagian barat India, dan kemudian belajar hukum di London (Gideon Arulmani 2014).

Gandhi mengambil alih kepemimpinan Kongres Nasional India pada tahun 1921. Gandhi memimpin kampanye nasional untuk mengakhiri ketidaksetaraan, mempromosikan persaudaraan agama dan etnis, mengurangi kemiskinan, memperluas hak-hak perempuan, meningkatkan kemandirian ekonomi, tetapi di atas semua itu, untuk mencapai *swaraj*-kemerdekaan India dari dominasi asing melalui pembangunan kepercayaan diri, yang menurutnya, hanya dapat dicapai dengan menjadi mandiri (Gideon Arulmani 2014). Gandhi merancang banyak metode orisinal untuk melawan kekuatan Kerajaan Inggris. Inti dari filosofinya adalah penekanannya pada keberanian dan kebebasan Siswa dari dogma dan ketergantungan. Dia percaya bahwa kualitas-kualitas ini akan memungkinkan non-kekerasan menjadi senjata di tangan orang dengan keragaman yang menakjubkan dalam bahasa, budaya dan status ekonomi (Gideon Arulmani 2014).

Gandhi memimpin India menuju kebebasan dan juga menginspirasi banyak gerakan kebebasan di seluruh dunia melalui cara non-kekerasan. Hari ulang tahunnya pada 2 Oktober, diperingati di India sebagai *Gandhi Jayanthi*, sebuah hari libur nasional. Pada tanggal 15 Juni 2007, Majelis Umum Perserikatan Bangsa-Bangsa dengan suara bulat mengadopsi sebuah resolusi

yang menyatakan bahwa hari ulang tahunnya sebagai Hari Anti Kekerasan Internasional (Gideon Arulmani 2014).

Peneliti mencoba mengintegrasikan nilai-nilai Mahatma Gandhi ke dalam konseling kedamaian. Yang mana konseling kedamaian berbasis ajaran Mahatma Gandhi ini mencakup beberapa komponen yang ada didalamnya yaitu non kekerasan (ahimsa), kebenaran (satya), pelayanan dan kemandirian (swadeshi). Ahimsa atau non kekerasan ini adalah prinsip utama yang menjadi landasan dalam ajaran Gandhi, ia meyakini bahwa dengan menggunakan cara damai dan non kekerasan, Siswa dan masyarakat dapat mencapai perubahan sosial yang positif. Dalam konteks konseling, ini bisa berarti menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di mana Siswa merasa bebas untuk mengekspresikan diri mereka tanpa takut akan penilaian atau hukuman. Kebenaran (Satya), Gandhi sangat menekankan pada kebenaran dan kejujuran. Baginya, kebenaran adalah prinsip moral yang tidak dapat dikompromikan. Dalam konseling, ini bisa berarti mendorong Siswa untuk jujur terhadap diri mereka sendiri tentang ketakutan, kelemahan dan aspirasi mereka (Hartati, 2017).

Hal lain yang menjadi dasar peneliti mengembangkan konseling kedamaian berbasis ajaran Mahatma Gandhi untuk meningkatkan kesehatan mental Siswa, Gandhi percaya bahwa kita menemukan tujuan kita dalam melayani orang lain. Ia mempraktikkan konsep “sewa” atau pelayanan tanpa pamrih sebagai bagian dari konsep dirinya. Dalam konseling, ini bisa berarti membantu Siswa melihat bagaimana mereka dapat berkontribusi terhadap masyarakat. Yang terakhir adalah swadeshi, ini bisa berarti membantu Siswa mengembangkan kemandirian dan kemampuan untuk membuat keputusan mereka sendiri (Hartati 2017).

Berdasarkan data yang peneliti temukan di Indonesia masih minim pemahaman tentang kesehatan mental terutama dalam usia SMA. Namun, pengembangan model pendampingan yang secara khusus memasukkan ajaran Gandhi ke dalam konseling kedamaian Siswa sekolah menengah mungkin belum dieksplorasi secara luas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan ini dengan mengembangkan model pendampingan berdasarkan ajaran Mahatma Gandhi, sehingga Siswa dapat memperoleh manfaat dari bimbingan yang etis ketika diberikan keputusan terkait Model konseling.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model konseling yang berbasis pada ajaran-ajaran Mahatma Gandhi, dengan mengidentifikasi elemen-elemen kunci dari ajaran Gandhi yang dapat diintegrasikan ke dalam praktik konseling. Penelitian ini juga akan mengeksplorasi bagaimana penerapan prinsip-prinsip Gandhi dapat meningkatkan efektivitas konseling dalam membantu konseli mencapai kesejahteraan emosional dan spiritual. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam bidang konseling, khususnya dalam mengembangkan pendekatan yang lebih manusiawi dan berbasis nilai-nilai moral yang tinggi.

Pendekatan konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi juga dapat memberikan alternatif yang lebih holistik dalam praktik konseling modern. Dalam dunia yang semakin kompleks dan penuh tekanan, pendekatan ini menawarkan cara pandang yang berbeda, yang tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah psikologis tetapi juga pada pengembangan moral dan spiritual konseli. Dengan mengintegrasikan ajaran-ajaran Gandhi ke dalam model konseling, diharapkan dapat tercipta suatu pendekatan yang lebih komprehensif dan manusiawi, yang dapat membantu konseli mencapai kesejahteraan yang lebih mendalam dan berkelanjutan.

Dalam konteks penelitian ini, beberapa elemen kunci yang akan diidentifikasi dan diintegrasikan meliputi prinsip ahimsa, satya, dan aparigraha. Penelitian ini akan mengkaji bagaimana prinsip-prinsip ini dapat diterapkan dalam praktik konseling, serta bagaimana dampaknya terhadap kesejahteraan emosional dan spiritual konseli. Dengan pendekatan yang berbasis pada ajaran Mahatma Gandhi, diharapkan model konseling yang dikembangkan dapat memberikan manfaat yang lebih besar dan lebih mendalam bagi konseli, serta memberikan kontribusi yang berarti dalam bidang konseling secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut diatas, maka rumusan permasalahan peneliti adalah :

1. Bagaimana keberterimaan model konseling berbasis ajaran mahatma Gandhi secara teoritis dan praktis?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi keberterimaan model konseling berbasis ajaran mahatma Gandhi secara teoritis dan praktis

D. Hipotesis Penelitian

1. Ha : Model konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi secara teoritis memiliki kesesuaian dengan prinsip-prinsip humanistik dalam psikologi, khususnya dalam hal penekanan pada nilai-nilai kemanusiaan, kebebasan, dan tanggung jawab individu.
2. Ho : Penerapan model konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi secara praktis dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis konseli, seperti mengurangi tingkat kecemasan, depresi, dan meningkatkan kualitas hubungan interpersonal.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Menambah literatur dan kerangka teori konseling dengan pendekatan berbasis ajaran Mahatma Gandhi.
- b. Mengembangkan model konseling holistik yang mencakup aspek psikologis, moral, dan spiritual.
- c. Memperdalam pemahaman tentang integrasi nilai-nilai spiritual dalam praktik konseling.

2. Secara Praktis

- a. Memberikan alternatif yang manusiawi dan berbasis nilai moral, meningkatkan efektivitas konseling.
- b. Menyediakan alat praktis bagi konselor untuk menangani masalah konseli dengan pendekatan non-kekerasan, kejujuran, dan kesederhanaan.
- c. Lebih mudah diterima dan diterapkan dalam konteks budaya dan spiritual Indonesia.
- d. Membantu institusi pendidikan dalam mengembangkan kurikulum dan program pelatihan konseling.
- e. Membantu konseli mencapai kesejahteraan emosional dan spiritual yang lebih baik.

F. Asumsi Penelitian

1. Prinsip-prinsip ajaran Mahatma Gandhi dapat diaplikasikan secara efektif dalam konteks konseling modern

2. Model konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi akan lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan spiritual konseli dibandingkan dengan model konseling konvensional.
3. Masyarakat Indonesia, yang memiliki nilai-nilai budaya dan spiritual yang kuat, akan lebih menerima dan merespons positif model konseling yang berbasis ajaran Gandhi.
4. Konselor yang terlatih dalam model konseling berbasis ajaran Gandhi akan mampu mengintegrasikan prinsip-prinsip ini dalam praktik konseling mereka, sehingga dapat memberikan dampak positif bagi konseli.
5. Konseli yang mengikuti konseling dengan model berbasis ajaran Gandhi akan menunjukkan peningkatan dalam kesejahteraan emosional dan spiritual mereka.
6. Data yang dikumpulkan melalui studi literatur, wawancara, dan analisis kasus akan memberikan informasi yang akurat dan relevan untuk mengembangkan dan mengevaluasi model konseling berbasis ajaran Gandhi.

G. Definisi Operasional

1. Model Konseling, Pendekatan sistematis untuk membantu individu atau kelompok mengatasi masalah pribadi, sosial, atau psikologis melalui interaksi terstruktur antara konselor dan konseli.
2. Ajaran Mahatma Gandhi, Prinsip-prinsip moral dan filosofis yang dikembangkan oleh Mahatma Gandhi, termasuk ahimsa (non-kekerasan), satya (kebenaran), swadeshi dan seva darma).
3. Model Konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi, Pendekatan konseling yang mengintegrasikan prinsip-prinsip ajaran Mahatma Gandhi ke dalam praktik konseling untuk mempromosikan kesejahteraan emosional, spiritual, dan moral konseli.

H. Keterbatasan Penelitian dan Pengembangan

1. Penelitian ini mungkin terbatas dalam kemampuannya untuk menggeneralisasi temuan ke populasi yang lebih luas atau konteks yang berbeda. Karena model konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi sangat tergantung pada nilai-nilai budaya dan kontekstual, hasil penelitian mungkin tidak dapat langsung diterapkan atau relevan di luar lingkup budaya atau konteks tertentu.

2. Model konseling yang berbasis ajaran Mahatma Gandhi mungkin menghadapi tantangan dalam diterima dan diimplementasikan oleh praktisi konseling dan masyarakat umum. Nilai-nilai seperti ahimsa (non-kekerasan), satya (kebenaran), dan aparigraha (kesederhanaan) mungkin tidak selalu sejalan dengan norma atau praktik yang sudah ada dalam masyarakat atau institusi konseling.
3. Pengukuran dan evaluasi efektivitas model konseling ini dapat menjadi rumit. Konsep seperti kesejahteraan spiritual atau implementasi nilai-nilai Gandhi mungkin sulit untuk diukur secara objektif dan dapat memerlukan pendekatan yang lebih kualitatif. Dengan demikian, validitas dan reliabilitas dari hasil pengukuran ini dapat menjadi perhatian utama dalam mengevaluasi dampak dari penggunaan model konseling berbasis ajaran Mahatma Gandhi

