

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

A. Tinjauan Pustaka

Pertama, penelitian yang dihasilkan oleh Hana dengan judul “Konseling Eksistensial Humanistik untuk Meningkatkan Makna Hidup Pada Korban Pelecehan Seksual”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh setelah diberikan konseling eksistensial humanistik dalam meningkatkan makna hidup pada korban pelecehan seksual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *assessment non-tes* dan *tes*. Metode tes yang digunakan mencakup tes grafis dan TAT (*Thematic Apperception Test*), sementara metode non-tes meliputi wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada subjek penelitian. Subjek-subjek berhasil mendapatkan wawasan bahwa peristiwa pelecehan seksual yang mereka alami tidak mengakhiri segalanya bagi mereka. Mereka tidak lagi menyalahkan diri sendiri atas kejadian tersebut, terinspirasi untuk melakukan perubahan, tidak terjebak dalam masalah yang mereka hadapi, dan berhasil menemukan makna dari peristiwa yang mereka alami. Perubahan yang dialami subjek-subjek merupakan keputusan pribadi mereka dalam menetapkan sikap terhadap peristiwa negatif dalam hidup mereka. Ketika individu mampu menentukan sikap mereka terhadap peristiwa buruk yang dialami, mereka telah berhasil menemukan makna dalam hidup mereka.¹

Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti teliti yaitu sama-sama menggunakan konseling eksistensial humanistik untuk meningkatkan makna hidup dengan jenis penelitian kuantitatif. Sedangkan perbedaannya dalam penelitian ini

¹ Hana, “Konseling Eksistensial Untuk meningkatkan Makna Hidup Pada Korban Pelecehan Seksual”, Universitas Muhammadiyah Malang 2016.

menggunakan media komik digital sebagai medianya dan peneliti akan menangani remaja di panti asuhan Al-fatih lorok pakjo, Palembang dengan konseling eksistensial humanistik menggunakan media komik digital.

Kedua, penelitian yang dihasilkan oleh Muzaki, Siti Dila Nur Aldini dengan judul “Implementasi konseling eksistensial humanistik untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa terisolir di Cirebon”. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan arahan atau bimbingan melalui pendekatan teori eksistensial humanistik dengan menerapkan konsep-konsep kesadaran diri, kebebasan, tanggung jawab, dan penciptaan makna. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif yang menggambarkan fenomena melalui kata-kata dan bahasa dalam konteks yang alami, serta memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Bentuk penelitian yang akan diimplementasikan adalah penelitian deskriptif kualitatif.² Hasil dari penelitian ini menunjukkan dampak positif dari penerapan konseling eksistensial-humanistik dalam meningkatkan rasa harga diri pada siswa yang mengalami isolasi sosial. Penelitian ini mengidentifikasi perbedaan yang signifikan dalam efektivitas penerapan konseling tersebut.

Persamaan antara penelitian terdahulu dan penelitian yang akan peneliti teliti adalah keduanya menggunakan pendekatan konseling eksistensial humanistik. Namun, perbedaannya terletak pada metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Objek yang diteliti adalah peningkatan kebermaknaan hidup remaja di Panti Asuhan Al-fatih, Lorok Pakjo, Kecamatan Ilir Barat I, Palembang.

² Muzaki, Siti dila nur aldina, ‘Implementasi Konseling Eksistensial Humanistik untuk Meningkatkan Self-Esteem pada Siswa Terisolir di Cirebon’, Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal – Vol. 3, No. 2, Desember 2020

Ketiga, penelitian yang dihasilkan oleh Zen et al., dengan judul “Implementasi Media Komik Digital Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti Siswa Kelas X SMAN 1 Malang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak media komik digital terhadap motivasi belajar siswa. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif dengan menerapkan wawancara, observasi, hasil tes, dan angket motivasi siswa sebagai metode pengumpulan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media komik digital secara efektif meningkatkan motivasi belajar siswa karena materi yang disajikan dalam desain yang menarik dan format yang jelas, padat serta ringkas.

Melalui observasi, skor yang diperoleh pada siklus pertama adalah 44 dengan nilai rata-rata 4,4. Hal ini mengindikasikan bahwa motivasi memiliki dampak signifikan terhadap hasil belajar siswa. Upaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa melalui penggunaan media komik digital telah terbukti berhasil, dengan persentase rata-rata hasil belajar siswa mengalami peningkatan yang positif.³

Persamaan antara penelitian terdahulu dan penelitian yang akan peneliti teliti adalah keduanya menggunakan media komik digital sebagai alat atau media dalam konteks pengajaran atau pembelajaran. Sedangkan perbedaannya yaitu media komik digital untuk membantu dalam meningkatkan kebermaknaan hidup remaja, dan metode yang digunakan yaitu kuantitatif eksperimen.

Keempat, penelitian yang dihasilkan oleh Ni Ketut Jeni Adhi dengan judul “Efektivitas Konseling Eksistensial Humanistik dengan Kebermaknaan Hidup Pada Tunanetra”. Dalam penelitian ini, tujuan utamanya adalah untuk menguji efektivitas

³ Sukaina Zen, Lia Nur Atiqoh Bela Dina, Qurroti A'yun, "Implementasi Media Komik Digital Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti Siswa Kelas X SMAN 1 Malang". Jurnal Pendidikan Islam Vol. 7. No. 3. 2022

konseling eksistensial humanistik dalam meningkatkan kebermaknaan hidup bagi tunanetra. Metode yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Quasi Experiment* menggunakan desain Eksperimen Seri (*equivalent time samples design*).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling eksistensial humanistik secara signifikan meningkatkan kebermaknaan hidup pada klien tunanetra yang menjadi subjek penelitian. Sebelum menerima konseling, klien-klien ini mengalami tingkat kebermaknaan hidup yang rendah, serta perasaan rendah diri, isolasi sosial, dan perasaan menjadi beban bagi orang lain. Namun, setelah mendapatkan intervensi konseling eksistensial humanistik, terjadi peningkatan yang signifikan dalam kebermaknaan hidup mereka.

Selain itu, hasil *follow up* menunjukkan bahwa peningkatan kebermaknaan hidup ini dapat bertahan dalam jangka waktu tertentu, menunjukkan efektivitas jangka panjang dari konseling yang diberikan. Secara kualitatif, intervensi konseling ini juga memberikan gambaran bahwa klien mengalami peningkatan yang nyata dalam pengalaman kebermaknaan hidup mereka.

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung bahwa konseling eksistensial humanistik adalah metode yang efektif dalam membantu meningkatkan kebermaknaan hidup bagi individu tunanetra, dengan implikasi positif baik secara kuantitatif maupun kualitatif.⁴

Persamaan dari penelitian ini dengan peneliti yang akan dilakukan yaitu sama-sama menggunakan konseling eksistensial humanistik dalam meningkatkan kebermaknaan hidup, sama sama menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan peneliti konseling eksistensial humanistik

⁴ Ni Ketut Jeni Adhi, "Efektivitas Konseling Eksistensial Humanistik dengan Kebermaknaan hidup pada Tunanetra". Jurnal Psikologi "Mandala" 2017, Vol. 1, No. 1, 42-52.

menggunakan medianya yaitu media komik digital dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan Al-Fatih.

B. Kerangka Teori

1. Konseling Eksistensial Humanistik

a. Pengertian Konseling Eksistensial Humanistik

Konseling adalah suatu proses di mana seorang konselor memberikan bantuan kepada klien dengan tujuan membantu mereka mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi.⁵

Kata “eksistensi” berasal dari bahasa Latin “existere”, yang secara harfiah berarti “muncul”. Konsep eksistensi tidak hanya mengacu pada proses statistik, tetapi lebih kepada proses menjadi atau berkembang (*becoming*). Sementara itu, aliran humanistik merupakan teori yang memusatkan perhatian pada bagaimana individu dipengaruhi dan dipandu oleh tujuan-tujuan pribadi yang mereka hubungkan dengan pengalaman-pengalaman mereka sendiri. Pendekatan eksistensial humanistik memiliki dampak signifikan dalam memahami keberadaan individu dan kesadaran akan potensi diri mereka, serta dalam mengembangkan kemampuan untuk mengambil tanggung jawab atas kehidupan mereka.⁶

Corey menyatakan bahwa konseling eksistensial humanistik menitikberatkan pada pertumbuhan positif dalam kehidupan seseorang. Pendekatan ini menekankan pentingnya pengalaman hidup saat ini yang dapat signifikan memengaruhi masa depan individu. Dengan kata lain, bagaimana individu bertindak saat ini dapat menentukan arah dan hasil dari kehidupannya di masa yang akan datang.

⁵ Yulianto. Guided imagery: konsep konseling kreatif untuk penanganan post traumatic stress disorder (PTSD). 2015. Vol. 1.No. 1. STKIP Muhammadiyah Pringsewu.

⁶ Rochem. . Teori belajar humanistik, 2011.

Konseling eksistensial humanistik menciptakan kondisi yang mendukung untuk meningkatkan kesadaran diri dan menghilangkan hambatan-hambatan yang menghalangi individu untuk mengoptimalkan potensinya. Dalam proses ini, individu dibimbing untuk memilih jalannya sendiri menuju kebebasan, yang diiringi dengan tanggung jawab yang disadari dan diterima sepenuh hati.⁷ Pendekatan eksistensial humanistik mengajak individu untuk mengalami dan memahami keterhubungan dari berbagai aspek yang ada, dalam upaya untuk mengurangi penderitaan yang tidak perlu. Fokusnya adalah pada pengembangan kapasitas manusia untuk meningkatkan kesadaran, pertumbuhan pribadi, dan menciptakan kehidupan yang bermakna.⁸

Menurut Jones, konseling eksistensial humanistik membantu klien untuk memulai proses eksplorasi diri, dengan fokus pada beberapa tujuan utama. Ini mencakup memahami konflik tak sadar yang mungkin ada, mengurangi tingkat kecemasan yang berlebihan dalam interaksi sosial, serta mengembangkan strategi untuk mengatasi kecemasan yang timbul dari pemikiran individu. ⁹

Pendekatan eksistensial humanistik memang tidak menekankan teknik-teknik khusus dalam pelaksanaannya seperti halnya pendekatan lainnya. Perspektif eksistensial lebih mengedepankan pemahaman tentang bagaimana individu menghadapi dan memberi makna pada kehidupannya. Bagian ini membahas dampak konseling dari konsep-konsep yang telah diuraikan sebelumnya menurut Corey :

1. Kesadaran diri.

⁷ Sabrina, R. "Konseling eksistensial untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada penderita skizofrenia": studi kasus. Seminar asean. Psychology forum umm. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. E- Journal. Print. 2016

⁸ Felder, A. J., Aten, H. M., Neudeck, J. A., Shiomi-Chen, J., & Robbins, B. D. Mindfulness at the heart of existential phenomenology and humanistic psychology: A century of contemplation and elaboration. *Humanistic Psychologist*, 2014. 42(1), 6–23.

⁹ Jones, RN. Teori dan praktik konseling dan terapi. Edisi ke empat. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011.

2. Kebebasan dan tanggung jawab.
3. Upaya untuk membentuk identitas dan menjalin hubungan dengan orang lain.
4. Pencarian makna.
5. Kecemasan sebagai kondisi dalam hidup
6. Kesadaran terhadap kematian dan ketiadaan.¹⁰

Pada penelitian ini Konseling yang diterapkan adalah konseling eksistensial humanistik menurut Corey, yang berfokus pada aspek positif kehidupan dan mencakup konsep-konsep yang mempengaruhi kehidupan seseorang baik dari segi perilaku maupun sikap. Konseling eksistensial humanistik ini berfokus juga mengurangi penderitaan seseorang serta mempengaruhi kesadaran serta memberikan arti makna pada kehidupan.

Dari pemahaman terhadap bimbingan konseling eksistensial humanistik yang telah dijelaskan di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling eksistensial humanistik adalah suatu proses di mana konselor membantu klien dalam mengatasi permasalahan yang mereka hadapi. Permasalahan tersebut dapat diklasifikasikan baik masalah hukum sosial, ekonomi dan sebagainya.

b. Ciri-ciri konseling eksistensial humanistik:

Ajeng menjelaskan karakteristik dari pendekatan eksistensial humanistik sebagai berikut :

1. Eksistensialisme adalah pendekatan yang menekankan perhatian pada individu yang keberadaannya diakui di dunia ini.
2. Adanya dalil-dalil yang melandasi, yaitu;

¹⁰ Corey, G. Teori dan praktek konseling dan psikoterapi (edisi ke tujuh). Bandung: PT Refika Aditama. 2013.

- a. Setiap individu adalah makhluk yang unik dalam cara mereka merespons dan memahami keberadaan mereka sendiri.
 - b. Manusia memiliki peran yang unik yang ditentukan oleh elemen-elemen pribadi yang membentuknya.
 - c. Dalam sistem persepsi, manusia menggunakan alat penginderaan untuk merespons stimulus yang diterima.
3. Menyempurnakan atau mengintegrasikan semua aspek psikologis yang ada dalam diri setiap individu.
 4. Tujuannya adalah untuk memahami bagaimana individu merasakan dan mengalami perasaan mereka sebagai hasil dari keberadaan eksistensial mereka.
 5. Memiliki ciri-ciri khusus yang berkaitan dengan tanggung jawab individu, nilai-nilai yang diyakini, makna hidup, kecemasan, pengambilan keputusan, dan pemahaman mengenai kematian.¹¹

Dari gambaran ciri-ciri konseling eksistensial humanistik yang telah disebutkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa konseling ini mencakup eksistensialisme, dasar-dasar yang mendasari pengalaman manusia, integrasi seluruh aspek psikologis individu, fokus pada pemahaman individu terhadap perasaannya, serta penekanan pada tanggung jawab individu..

c. Tujuan Konseling Eksistensial Humanistik

Tujuan konseling eksistensial humanistik adalah untuk membantu klien mengembangkan kesadaran yang mendalam tentang potensi diri mereka sendiri. Selain itu, konseling ini bertujuan untuk mengajak klien menyadari tanggung jawab yang timbul dari keputusan-keputusan mereka. Selanjutnya, konselor membantu mengidentifikasi hambatan-

¹¹ Ajeeng, N. Terapi eksistensial humanistik. 2013.

hambatan yang menghalangi pengembangan pribadi klien. Pendekatan ini lebih menitikberatkan pada pengembangan pribadi klien daripada hanya menangani masalah spesifik yang dibawa oleh klien. Artinya, konseling berfokus pada memperbaiki fungsi pribadi klien agar mereka dapat mengatasi masalah mereka sendiri secara mandiri, daripada hanya menyelesaikan masalah yang spesifik yang dihadapi oleh klien.¹²

Menurut Gerald Corey, tujuan dari konseling eksistensial humanistik mencakup beberapa hal, antara lain :

1. Supaya klien dapat mengalami keberadaan mereka secara autentik dengan menyadari keberadaan dan potensi-potensi mereka, serta menyadari bahwa mereka mampu membuka diri serta bertindak sesuai dengan kemampuan mereka. Keotentikan dianggap sebagai 'fokus utama dalam psikoterapi' dan 'nilai eksistensial fundamental. Terdapat tiga ciri dari keberadaan yang autentik: a) kesadaran penuh terhadap keadaan saat ini, b) kemampuan untuk memilih cara hidup di saat ini, dan c) tanggung jawab atas pilihan yang dibuat.
2. Memperluas kesadaran diri klien, sehingga meningkatkan kapasitasnya untuk membuat pilihan.
3. Menolong klien untuk mengatasi kecemasan terkait dengan proses memilih untuk dirinya sendiri, serta menerima pemahaman bahwa dirinya memiliki peran yang lebih aktif daripada hanya menjadi objek dari kekuatan-kekuatan deterministik yang ada di luar dirinya.¹³

¹² Anwar, M. F. (2011). Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Konseling Islam. Jurnal Holistik, Vol. 12 (No. 1), 157–175.

¹³ Maulida Krisni, Marina Dililla, Kadek Paradista P, "Buku Panduan Konseling Kelompok Eksistensial Humanistik 2019".

d. Tahap-Tahap Konseling Eksistensial Humanistik

Ada tiga tahap yang dilakukan dalam proses konseling eksistensial, yaitu :

1. Tahap awal, konseling eksistensial melibatkan konseli dalam memperjelas asumsi mereka tentang dunia dan pengalaman mereka, dengan bantuan konselor. Konseli dibimbing untuk mendefinisikan dan mengeksplorasi cara pandang mereka terhadap eksistensi mereka, dengan tujuan agar dapat diterima.
2. Pada tahap pertengahan, konseling melibatkan konseli dalam mengeksplorasi lebih nilai-nilai yang mereka pegang dalam perilaku dan kehidupan sehari-hari mereka.
3. Pada tahap akhir, konseling fokus pada membantu konseli menerapkan pemahaman yang telah mereka peroleh tentang diri mereka sendiri. Proses ini membantu mereka mengenali konsekuensi positif dan negatif dari perilaku mereka, serta membentuk konsep diri yang positif sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku. Tujuannya adalah agar konseli dapat menghargai diri mereka sendiri dengan baik. ¹⁴

2. Media Komik Digital

a. Pengertian Media Komik Digital

Menurut Lamb & Johnson (2009), komik digital adalah bentuk narasi bergambar yang sederhana yang disampaikan melalui media elektronik khusus. ¹⁵

Komik adalah bentuk narasi visual yang menyajikan cerita lengkap dengan gambar

¹⁴ Qawiyah Fitri, Alimuddin Mahmud, Abdul Saman, "Penerapan Pendekatan Konseling Eksistensial Humanistik untuk Mengurangi Perilaku Hedonis Siswa di SMAN 10 Makassar". Jurnal Ilmiah Psikologi Juni 2019, Vol 6, No. 1, Hal. : 41-52

¹⁵ **Yuliana, Siswandari, Sudyanto** "Belajar Akutansi Menggunakan Komik Digital"**Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta Hal-30 Majalah jendela Kemendikbud**

menarik dan teks yang membantu menjelaskan isi cerita sehingga dapat dipahami oleh pembaca dari segala usia.¹⁶

Di era Industri 4.0 ini, revolusi industri dan digital telah berkembang dengan cepat. Terutama dalam bidang informasi dan komunikasi, dimana informasi tidak hanya didapat dari media cetak, melainkan bisa dengan mudah diakses melalui media digital. Fenomena ini dikenal sebagai literasi media digital.

Literasi media digital mencakup kemampuan individu untuk memanfaatkan teknologi digital dan alat komunikasi guna mengakses, mengelola dan menganalisis, serta mengevaluasi informasi secara efektif. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan wawasan pengetahuan baru yang dapat diterapkan di kehidupan sosial dan masyarakat secara lebih baik.¹⁷

Media komik adalah alat yang dapat meningkatkan makna hidup anak. Penggunaan komik digital dapat memperdalam pemahaman anak, serta mendorong mereka untuk mengeksplorasi lebih jauh dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis mereka.¹⁸

Sebelum komik dapat digunakan sebagai media konseling, perlu dilakukan pengembangan terlebih dahulu agar pesan-pesan yang disampaikan melalui komik digital bisa menarik perhatian dan minat anak-anak secara efektif.¹⁹

Penggunaan komik digital bertujuan untuk mengatasi kebosanan anak selama proses konseling dan menyediakan suasana baru yang dapat meningkatkan pemahaman

¹⁶ Wulandari Pratiwi, Riza Kurniawan. "Penerapan Media Komik Sebagai Media Pembelajaran Ekonomi di SMAN 3 Ponorogo." *Jurnal Pendidikan Ekonomi* 1. No. 3. 2013. Hal 1-16

¹⁷ Juliana Kurniawati, Siti Barorah, " Literasi Media Diital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu." *Jurnal Komunikator* 8. No. 2. 2016. Hal. 51-66

¹⁸ Anip Dwi Saputro."Aplikasi komik Sebagai Media Pembelajaran". Vol.5. No. 1. 2015 hal 1

¹⁹ Rani Parera." Pengembangan Media Komik Berbasis Digital untuk Meningkatkan Perkembangan Moral Pada Peserta Didik Kelas IV SD/MI 2020

mereka terhadap konsep-konsep materi serta keterampilan berpikir kritis. Indikator penggunaan komik digital meliputi hal-hal berikut:

- 1) Penyajian materi dengan cara yang mudah dipahami atau simpel.
- 2) Pemilihan bahasa yang jelas dan efektif.
- 3) Cerita yang disajikan memiliki alur yang menarik dan memikat.
- 4) Komik digital menggunakan desain visual yang menarik dan mengundang perhatian.
- 5) Teks yang disajikan mudah dipahami dan dibaca.
- 6) Ilustrasi yang digunakan dalam komik digital sangat menarik dan memikat.²⁰

Dari penjelasan tentang media komik digital yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa media komik digital adalah bentuk cerita bergambar dengan karakter tertentu yang menyampaikan informasi melalui media digital untuk menarik perhatian semua usia. Penggunaan komik digital bisa meningkatkan pemahaman anak-anak serta mendorong mereka untuk mengeksplorasi dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis mereka. Media komik digital ini umumnya populer di kalangan anak-anak karena memberikan pengalaman belajar yang menarik dan interaktif.

b. Karakteristik Komik

Sudjana dan Rivai menguraikan bahwa komik mempunyai beberapa karakteristik, di antaranya terdiri dari situasi cerita yang terhubung dengan unsur humor dan perwatakan yang khas, yang harus dikenali agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca. Cerita dalam komik dapat mempengaruhi perasaan pribadi pembaca sehingga mereka dapat mengidentifikasi diri

²⁰ Riyan Arthur, Amos Neolaka, “ Pengembangan Media Pembelajaran Bebas Komik Pada Konstruksi Bangunan.” Jurnal Pensil Pendidikan Teknik Sipil 8. No. 1. 2019. Hal. 40-46

melalui tokoh utama dalam komik tersebut. Komik umumnya memiliki cerita yang singkat namun mampu menarik perhatian pembaca dengan aksi yang kuat. Di media seperti surat kabar dan buku, komik sering kali diberi warna-warni yang mencolok untuk membuatnya lebih hidup dan menarik.²¹

c. Jenis – Jenis Komik

Berikut adalah beberapa jenis komik:²²

a) Buku Komik (*Comic Book*)

Buku komik adalah karya yang menggabungkan gambar, teks, dan cerita dalam format buku dengan sampul khusus. Komik biasanya dianggap sebagai cerita pendek yang mencakup narasi, dialog, iklan, dan elemen lainnya.

b) Komik Novel (*Graphic Novel*)

Komik novel biasanya menghadirkan cerita yang lebih panjang dan memerlukan tingkat berpikir yang lebih matang bagi pembacanya. Buku ini sering kali memiliki lebih dari 100 halaman, dan merupakan kompilasi yang memadukan elemen-elemen naratif kompleks.

c) Komik Potongan (*Comic Strip*)

Komik potong ialah gambar-gambar yang disusun atau dirangkai untuk membentuk alur cerita pendek. Meskipun ceritanya dapat berdiri sendiri dalam satu episode, namun bisa juga menjadi cerita berseri.

d) Komik Tahunan (*Comic Annual*)

²¹ Nursiwi Nugraheni. "Penerapan Media Komik Pada Pembelajaran Matematika di Sekolah Dasar". Jurnal Refleksi Edukatika. Vol. 7. No. 2. 2017. Hal 112

²² Wibowo. "Komik Iklan Komik". Jurnal Dekave. Vol. 12. No. 2. 2019. Hal. 55

Pembuat komik yang telah bekerja sama dengan penerbit biasanya menerbitkan buku komik secara rutin, baik dalam bentuk cerita pendek maupun serial, mengikuti jadwal tertentu seperti setiap tahun atau setiap bulan.

e) Album Komik (*Comic Album*)

Para penggemar komik, baik komik karikatur maupun komik strip, sering mengumpulkan potongan-potongan dari berbagai sumber media untuk disusun menjadi koleksi atau album yang rapih.

f) Komik Online Atau Komik Digital (*Webcomic*)

Selain melalui media cetak, komik-komik juga dapat dipublikasikan melalui internet.

g) Buku Instruksi Sebuah Format Komik (*Instructional Comic*)

Banyak panduan saat ini disajikan dalam format komik. Pendekatan ini membantu pembaca untuk lebih cepat memahami atau memahami informasi, karena mereka dapat melihat alur cerita gambar daripada harus membaca teks yang panjang.

h) Rangkaian Ilustrasi (*Storyboard*)

Dalam pertunjukan dan periklanan, seringkali langkah pertama sebelum pembuatan film atau iklan adalah membuat rangkaian ilustrasi. Rangkaian ilustrasi ini bisa berupa gambar-gambar yang disusun secara berurutan, mirip dengan pembuatan komik.

d. Kelebihan dan Kekurangan Media Komik Digital

Kelebihan dan kekurangan media komik digital sebagai media konseling menurut Trimmo adalah sebagai berikut :

Kelebihan:

1. Menarik bagi anak-anak karena cenderung lebih menyukai bacaan hiburan seperti komik daripada buku.
2. Memiliki potensi untuk menyampaikan pesan-pesan konseling dengan cara yang lebih menarik dan interaktif.
3. Dapat memperkuat pemahaman terhadap materi konseling melalui penggunaan gambar dan narasi visual.

Kekurangan:

1. Terkadang mungkin sulit untuk menyampaikan konsep yang kompleks atau mendalam dengan komik.
2. Tidak semua topik atau masalah konseling cocok disampaikan melalui format komik.²³

Menurut Yang, menggunakan komik memiliki keunggulan dalam memotivasi siswa untuk belajar bahasa Inggris dengan cara yang menyenangkan dan menarik. Karena komik mengandung gambar, siswa dapat dengan mudah memahaminya. Gambar-gambar tersebut dapat menceritakan cerita dengan lebih efektif daripada hanya menggunakan kata-kata.

Jon menyatakan bahwa terdapat keuntungan dalam pemanfaatan komik, yaitu:

1. Anak-anak dapat belajar kosakata baru karena hubungan antara gambar dan teks tertulis dapat membantu siswa dalam memahami.
2. Anak-anak dapat mengembangkan kemampuan berpikir analitis mereka.

²³ Trimo, S. (2017). *Pengadaan dan Pemilihan Bahan Pustaka*. Yogyakarta: Angkasa

3. Gambar visual dapat membantu anak memahami kosakata yang kompleks yang mungkin sulit dipahami oleh pembaca.
4. Dengan adanya visualisasi teks yang selaras dengan gambar, anak-anak dapat memahami informasi dengan lebih mudah.
5. Karena teks dan gambar saling berinteraksi, anak-anak dapat memahami cerita secara menyeluruh dan membentuk makna.
6. Komik dapat meningkatkan minat baca anak dan membuat proses belajar menjadi lebih menyenangkan.
7. Memberikan dorongan kepada anak
8. Komik strip dapat merangsang dan mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan kognitif serta meningkatkan kemampuan membaca mereka.
9. Komik digital bisa dianggap sebagai media yang tetap dan konsisten dalam proses pembelajaran.²⁴

b) Kekurangan Komik

Kelemahan atau kekurangan komik sebagai media pembelajaran sebagai berikut:

1. Kemudahan dalam membaca komik dapat menyebabkan rasa malas membaca, yang pada gilirannya dapat menyebabkan penolakan terhadap buku-buku yang tidak dilengkapi gambar.
2. Dari segi bahasa, komik sering menggunakan kata-kata kasar.
3. Banyak aksi dalam komik yang menonjolkan kekerasan atau perilaku yang tidak pantas.

²⁴ Lestari Suci, dkk. 2009. Media Grafis; Media Komik. Bandung : Jurusan Kurikulum dan Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. (Online).

4. Banyak adegan romantic yang menjadi sorotan.²⁵

Berdasarkan pendapat tersebut, bisa disimpulkan bahwa komik digital memiliki nilai edukatif yang signifikan sebagai media pembelajaran. Komik dapat memicu minat di kalangan peserta didik, meningkatkan efektivitas proses pembelajaran, serta merangsang minat belajar dan apresiasi terhadap materi pelajaran.

3. Kebermaknaan Hidup

a. Pengertian Kebermaknaan Hidup

Crumbaugh dan Maholick mendefinisikan makna hidup sebagai kemampuan individu untuk menetapkan tujuan dan nilai-nilai yang terintegrasi dalam kehidupan mereka. Dengan kata lain, kebermaknaan hidup seseorang berkaitan dengan kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan dalam hidup.²⁶

Bastaman menjelaskan bahwa makna hidup merujuk pada aspek-aspek yang dianggap sangat krusial, sehingga menjadi tujuan yang layak dalam hidup. Sementara itu, tujuan hidup adalah hal-hal yang harus dicapai dan dilakukan. Bastaman menekankan bahwa makna hidup dan tujuan hidup saling terkait dan tidak bisa dipisahkan.²⁷

Keinginan utama manusia adalah mencari makna dalam hidupnya, yang berfungsi sebagai motivasi utama dalam kehidupan mereka. Pandangan ini berbeda dari pendapat Adler, yang menyatakan bahwa dorongan utama manusia adalah perjuangan untuk sukses atau mencapai superioritas, serta berbeda pula dari pandangan Freud yang menganggap kepuasan sebagai sumber utama dari dorongan manusia. Seseorang yang telah menemukan makna

²⁵ Marlinda, "Pengembangan Media Komik Digital Untuk Meningkatkan Kemampuan Menulis Teks Naratif Siswa Kelas X di SMAN 1 Terbanggi Besar". 2023

²⁶ Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychosomatic Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200-207.

²⁷ Siska Marlina Lubis, dan Sri Masliha, "Analisis Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup". *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 11. No. 1, April 2012.

hidupnya akan memiliki alasan yang kuat untuk menjalani hidup atau menghadapi kematian, sebagai upaya untuk mempertahankan pemikiran atau nilai-nilai yang mereka pegang.

Frankl menyatakan bahwa manusia tidak hanya terdorong oleh dorongan atau impuls, tetapi mereka mengarahkan diri mereka sendiri menuju apa yang mereka anggap penting, yaitu makna dalam hidup. Kebermaknaan hidup tidak dapat diberikan dari luar, tetapi individu sepenuhnya bertanggung jawab untuk menciptakan makna dalam kehidupannya sendiri. Kebermaknaan hidup individual penting untuk mencegah kekosongan eksistensial. Karena sebagian besar manusia menyadari bahwa kebermaknaan hidup diciptakan oleh diri mereka sendiri, langkah kedua yang diperlukan adalah komitmen. Setiap individu perlu bekerja dengan sungguh-sungguh untuk mencapai kebermaknaan hidup yang mereka pilih, agar dapat menghindari kegelisahan yang disebabkan oleh *nihilisme*. Kegelisahan ini sering kali diperparah oleh rasa takut akan kematian. Bagi mereka yang merasa bahwa segalanya akan lenyap dengan kematian, harapan akan kebermaknaan hidup pun lenyap.²⁸

Menurut teori Yalom, memberikan atribusi terhadap makna hidup kepada peristiwa eksternal membantu menjaga keamanan dan stabilitas psikologis seseorang. Sebaliknya, jika seseorang menyimpulkan bahwa lingkungan sekitarnya tidak mampu memberikan makna hidup, hal ini dapat menimbulkan kekecewaan dan menyebabkan perasaan gagal dalam memenuhi tanggung jawab atau bahkan menimbulkan perasaan putus asa.²⁹

Berdasarkan pembahasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah suatu proses dalam memaknai kehidupan dengan nilai-nilai yang di anggap berharga dalam kehidupan sendiri. Dalam hal ini dapat meningkatkan motivasi, tujuan hidup serta

²⁸ Fatma laili Khoirun Nida.2013. Peran Kecerdasan Spiritual dalam pencapaian Kebermaknaan Hidup. Frankl, V.E. (1964).Man's Searching for Meaning An Introduction to Logotherapy.London:Hoddder and Stoughton Ltd.

²⁹ Sumanto," Kajian Psikologis Kebermaknaan Hidup". Buletin Psikologis, Vol. 14. No.2. Desember 2006

memaknai kehidupan tersebut. Kebermaknaan hidup itu sendiri muncul dari individu dalam memberikan sebuah visi dan misi serta memberikan nilai, moral, tingkah laku yang diarahkan oleh keinginan tersebut.

b. Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup

Makna hidup tidak hanya hadir dalam keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dapat ditemukan dalam penderitaan, selama kita mampu menemukan hikmah di dalamnya. Tanpa berniat untuk secara rigid menetapkan tujuan dan makna hidup seseorang, ada tiga area kegiatan dalam kehidupan yang memiliki potensi besar untuk mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup mereka. Ketiga nilai ini adalah *creative values, experience values, dan attitudinal values*:³⁰

- a) *creative values* adalah dengan bertindak atau terlibat dalam sebuah proyek yang berharga dalam kehidupan. Pendekatan ini merupakan ide eksistensial tradisional, di mana seseorang mencari makna hidup melalui keterlibatan aktif dalam proyek yang memiliki nilai signifikan bagi mereka.
- b) Melalui *experience values*, seseorang dapat mengalami hal atau individu yang memiliki makna signifikan bagi mereka. "Ini mencakup keyakinan dan pengalaman terhadap nilai-nilai seperti kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini nilai-nilai ini dapat memberikan arti dalam hidup seseorang. Misalnya, cinta kasih dapat memberikan perasaan berarti dalam hidup, di mana mencintai dan merasa dicintai membuat seseorang merasa hidupnya dipenuhi dengan pengalaman yang memenuhi hati. Cinta kasih juga

³⁰ Siska Marlina Lubis, Sri Maslihah, Analisis Sumber-Sumber Kebermaknaan Hidup Narapidana Yang Menjalani Hukuman Seumur Hidup, Jurusan Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung Jl. Dr. Setiabudi 229 Bandung <https://media.neliti.com/media/publications/126962-ID-analisis-sumber-sumber-kebermaknaan-hidu>. Pdf.

mencerminkan kesediaan untuk melakukan sebanyak mungkin kebaikan bagi orang yang dicintai, serta upaya untuk menunjukkan yang terbaik di hadapan mereka.

Erik Fromm, "Seorang pakar psikoanalisis modern yang disebutkan dalam Hall & Lindzey mengidentifikasi empat unsur dari cinta kasih yang sejati, yaitu perhatian, tanggung jawab, rasa hormat, dan pemahaman..

- c) *Attitudinal Values* merujuk pada kemampuan untuk menerima dengan tabah, sabar, dan berani segala bentuk penderitaan yang tidak dapat dihindari meskipun telah dilakukan usaha maksimal. Fokusnya bukan pada mengubah keadaan tersebut, melainkan pada sikap yang diambil dalam menghadapinya. Dalam konteks ini, sikap menerima dengan ikhlas dan tabah terhadap situasi tragis yang tak dapat dihindari dapat mengubah perspektif kita dari sekadar penderitaan menjadi penemuan makna dan hikmah di dalamnya.

c. Faktor-Faktor Kebermaknaan Hidup

Agustiansari dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa terdapat beberapa teori baru mengenai faktor-faktor kebermaknaan hidup, antara lain: ³¹

a. Teori lonelines

Keadaan emosi dan kognitif yang tidak bahagia disebabkan oleh keinginan untuk memiliki hubungan yang dekat, tetapi merasa kesulitan untuk mencapainya.

b. Kebutuhan

³¹ Maulidah, Izanatul Laily. (2016). Kebersyukuran Dan Kebermaknaan Hidup Pada Penderita Jantung Koroner. IDE PSYCHO. 14 (2). 1693-1076.

Konsep tentang kekuatan di bagian otak yang mengatur berbagai proses seperti persepsi, berpikir, dan bertindak untuk mengubah kondisi yang tidak memuaskan.

c. *Agresivitas*

Ini adalah suatu cara untuk bertarung dengan keras, berperang, melukai, menyerang, membunuh, atau menghukum orang lain.

d. *Pemahaman diri*

Ini adalah gambaran mental individu tentang dirinya sendiri, yang mencakup dasar dan isi dari konsep diri individu.

e. *Ketahanan diri*

Kapabilitas untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan, dan bahkan menghilangkan dampak-dampak negatif dari situasi yang tidak menyenangkan, atau mengubah kondisi tersebut agar dapat diatasi.

f. *Self commitment*

Komitmen seseorang tampak semakin kuat ketika keterikatan terhadap makna hidup yang ditemukan dalam tujuan hidup yang telah ditetapkan semakin mendalam.

g. *Pengambilan keputusan*

Pengambilan keputusan adalah proses memilih dari berbagai alternatif tindakan yang tersedia untuk mencapai satu atau lebih tujuan yang telah ditetapkan.

h. *Empati*

Respon afektif dan kognitif yang kompleks terhadap distress emosional orang lain meliputi kemampuan untuk merasakan keadaan emosional mereka, merasakan simpati, berusaha menyelesaikan masalah mereka, serta melihat situasi dari perspektif mereka.

i. Interaksi sosial

Ini adalah hubungan antar manusia yang melibatkan proses saling mempengaruhi, yang menghasilkan hubungan yang berkelanjutan dan akhirnya memungkinkan terbentuknya struktur sosial.

j. Sikap positif

Azwar menjelaskan Sikap positif adalah respons atau reaksi yang menggambarkan evaluasi yang menguntungkan atau menghargai terhadap suatu objek atau aspek dalam lingkungan. Ini mencakup reaksi positif dalam bentuk perasaan, pemikiran, dan kecenderungan untuk bertindak secara menguntungkan terhadap objek tersebut.

k. *Well being*

Suatu konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi individu sebagai manusia yang utuh dapat dijelaskan sebagai integrasi dari berbagai aspek kehidupan dan pengalaman yang membentuk keseluruhan identitas individu.

l. Kebersyukuran

Kebersyukuran adalah sifat atau karakteristik pribadi yang mencerminkan pola pikir positif, di mana seseorang menghargai dan mengakui berbagai hal baik dalam hidupnya.

Frankl menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi makna hidup, yaitu :

a. Frustrasi eksistensi memiliki tiga makna utama: 1) Keberadaan manusia itu sendiri atau cara unik manusia menjalani hidupnya. 2) Makna hidup. 3) Usaha manusia untuk menemukan makna konkret dalam hidupnya.

b. Neurosis Noogenik, neurosis timbul sebagai hasil dari aspek-aspek kemanusiaan yang terkait secara khusus dengan masalah-masalah kehidupan yang dihadapi seseorang dalam dimensi humanis atau manusiawi.³²

d. Karakteristik kebermaknaan Hidup

Karakteristik kebermaknaan hidup menurut Bastaman antara lain:

- a. Makna hidup adalah sesuatu yang sangat individual dan sementara. Apa yang dianggap penting bagi satu orang belum tentu sama pentingnya bagi orang lain. Begitu juga, nilai-nilai yang dianggap krusial dapat berubah seiring berjalannya waktu.
- b. Makna hidup dapat ditemukan secara konkret dan spesifik dalam pengalaman sehari-hari, tidak selalu terkait dengan konsep-konsep filosofis atau idealis yang abstrak, atau dengan pencapaian kreatif dan akademis yang mengagumkan.
- c. Makna hidup yang ditemukan oleh seseorang memberikan pedoman dan arah bagi aktivitas yang dilakukan, serta menantang dan mendorong individu untuk mencapainya.

Menurut Bastaman, tanda-tanda seseorang yang merasa tidak memiliki makna hidup dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Seseorang merasa kosong dan tidak memiliki tujuan hidup,
- b. Individu merasa bahwa hidup mereka tidak memiliki arah atau tujuan yang jelas,
- c. Merasa bahwa hidupnya tidak memiliki makna atau arti yang signifikan,

³² Frankl, V, E. (2004). *Man's Search for Meaning: Mencari Makna Hidup* (Lala Hermawati Dharma, Penerjemah). Bandung: Nuansa

d. Merasa tidak tertarik dan kehilangan semangat.³³

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup memiliki karakteristik yang unik, pribadi, dan sementara. Makna hidup juga bersifat konkret dan spesifik, memberikan pedoman serta arah bagi individu.

e. Aspek-aspek kebermaknaan hidup

Frankl (2000) menjelaskan aspek-aspek yang terdapat dalam kebermaknaan hidup, yaitu :

- a. Tujuan hidup adalah keputusan individu yang dipilih untuk memberikan nilai khusus dan menjadi sasaran dalam hidupnya.
- b. Kepuasan hidup adalah perasaan yang dimiliki individu dalam menilai kehidupan dan aktivitasnya, serta sejauh mana mereka dapat menikmati dan merasakan kepuasan dari hidup yang dijalani.
- c. Kebebasan, merupakan rasa tanggungjawab yang dimiliki individu dalam mengendalikan kebebasan hidup yang dimiliki.
- d. Sikap terhadap kematian, merupakan sudut pandang individu tentang bagaimana melihat dan mempersiapkan kematian. Individu yang memiliki kebermaknaan dalam hidupnya, maka ia merasa lebih siap untuk menghadapi kematian sehingga akan membekali hidupnya dengan perbuatan baik.
- e. Pikiran tentang bunuh diri, merupakan pikiran negatif yang timbul dari individu untuk mengakhiri hidupnya karena hidup sudah tidak lagi memiliki makna, lain

³³ Diah Dinar Utami dan Farida Agus Setiawati, MAKNA HIDUP PADA MAHASISWA RANTAU: ANALISIS FAKTOR EKSPLORATORI SKALA MAKNA HIDUP. Universitas Negeri Yogyakarta.

halnya jika individu memiliki makna dalam hidupnya maka akan berusaha menghindari keinginan dan tidak pernah ada keinginan untuk bunuh diri.

- f. Kepantasan hidup, merupakan hasil dari evaluasi diri tentang perjalanan hidupnya apakah masih pantas untuk diperjuangkan dan sebagai tolak ukur apakah yang mereka lalui masih dalam batas wajar.³⁴

Menurut Seloadji (1999), aspek-aspek kebermaknaan hidup terbagi menjadi empat kategori, yaitu :

1. Aspek pertama dari makna hidup adalah memiliki tujuan hidup. Agar seseorang dapat membuat hidupnya lebih bermakna, penting bagi mereka untuk memiliki tujuan hidup yang jelas dan terdefinisi dengan baik.
2. Aspek kedua dari kebermaknaan hidup adalah pemahaman tentang potensi diri. Ini berarti bahwa untuk mencapai tujuan hidup secara bermakna, seseorang perlu mengenali dan memahami potensi diri yang dimiliki.
3. Aspek ketiga dari makna hidup adalah kemampuan untuk bertindak secara positif ketika menghadapi kenyataan.
4. Aspek keempat dari makna hidup adalah kemampuan untuk membangun hubungan sosial yang positif.³⁵

4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pemikiran yang telah dikemukakan pada pembahasan tentang kajian teoretik, jelas bahwa hipotesis penelitian tidak ditentukan secara asal-asala, tetapi berdasarkan

³⁴ Armiyati, Risna Febriani, Rizqi Amalia Aprianty, "Peran Kepribadian Conscientiousness dengan Kebermaknaan Hidup Warga Binaan Residivis". Jurnal Literasi Psikologi Vol 3. No. 2, 59-68. 2023

³⁵ Berima Ritonga dan Esti Listiari "Kebermaknaan hidup mahasiswa sekolah tinggi Theologia Nazarene Indonesia dari tingkat religiusitasnya". Jurnal Psikologi 2006, Vol.2

atas teori, kerangka berpikir, dan fakta komperasi yang cukup kuat sehingga secara teoretik telah memiliki kebenaran yang dapat dipertanggung jawabkan. Jadi, hipotesis penelitian adalah hasil dari suatu proses teoretik atau proses rasional, melalui tinjauan pustaka atau pengkajian konsep dan teori yang relevan mendukung hipotesis penelitian sehingga diyakini bahwa hipotesis penelitian telah memiliki kebenaran teoretik. Namun demikian, kebenaran hipotesis masih harus diuji secara empirik dengan menggunakan data hasil penelitian. Oleh karena itu, hipotesis juga dapat dianggap sebagai jawaban sementara terhadap masalah yang telah dirumuskan dalam suatu penelitian, dan masih harus diuji kebenarannya dengan menggunakan data empirik hasil penelitian. Dari uraian tersebut jelas bahwa hipotesis perlu diuji kebenarannya dengan menggunakan data empirik hasil penelitian.³⁶

Dalam konteks ini, hipotesis diajukan untuk memberikan arahan dan panduan dalam penelitian yang akan dilakukan. Jika hipotesis tersebut ternyata salah, masalah dapat diatasi dengan kebenaran yang diperoleh dari hasil keputusan yang telah diambil sebelumnya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H_a : Konseling Eksistensial Humanistik menggunakan media komik digital berpengaruh signifikan terhadap kebermaknaan hidup remaja.

H_o : Konseling Eksistensial Humanistik menggunakan media komik digital tidak berpengaruh signifikan terhadap kebermaknaan hidup remaja.

³⁶ Djaali, *Metedologi Penelitian Kuantitatif*, 2020. Hal 13