

Pendekatan Konseling Individual Dalam Novel *Surat - Surat Habel Dan Veronika* Karya Ajen Angelina

Nabila Sarah Setiawan¹, Adila Sandi Nurani², Eva Dwi Kurniawan³

Fakultas Bisnis dan Humaniora, Universitas Teknologi Yogyakarta

E-mail: nabiila.5221211002@student.uty.ac.id¹, Adila.5221211017@student.uty.ac.id²,
eva.dwi.kurniawan@staff.uty.ac.id³

Article History:

Received: 28 November 2023

Revised: 05 Desember 2023

Accepted: 09 Desember 2023

Keywords: Pendekatatan konseling individual, Psikologis, Karya Sastra

Abstrak: Penelitian ini mengeksplorasi pendekatan konseling individual dalam novel *Surat-Surat Habel dan Veronika karya Ajen Angelina*. Dengan fokus pada karakter utama dan naratif yang kompleks, penelitian ini mengidentifikasi mengenai elemen-elemen konseling seperti pemahaman diri, penyelesaian konflik, dan pertumbuhan pribadi. Melalui analisis mendalam terhadap proses konseling yang tersirat dalam novel tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif-deskriptif dengan teori hermeneutika. Teknik pengumpulan data menggunakan baca catat, yaitu dengan membaca keseluruhan cerpen dan mencatat data yang relevan untuk dijadikan sebagai sumber data. Hasil penelitian ini tidak hanya memberikan perspektif baru terhadap konseling dalam konteks sastra, tetapi menyoroti potensi novel sebagai alat refleksi diri dan pertumbuhan psikologis.

PENDAHULUAN

Karya sastra menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah karya tulis yang diciptakan tanpa adanya tiruan atau bukan salinan, dimana tulisan tersebut memiliki keunikan tersendiri, seperti keindahannya, keasliannya dalam isi dan ungkapannya. Tentunya sastra berasal dari bahasa Sanskerta yang memiliki arti sebuah tulisan atau karangan. Maka karya sastra adalah sebuah tulisan yang memiliki kandungan nilai-nilai yang baik dan keindahan dalam bahasanya.

Menurut Zainul Arifin (2019:30), karya sastra adalah karya kreatif yang lahir dari imajinatif pengarangnya, sebuah karya sastra terlahir dari sentuhan pemikiran dan ide-ide seorang sastrawan sebagai penciptanya. Dimana karya sastra merupakan suatu ungkapan pribadi manusia yang berasal dari sebuah pengalaman, perasaan, ide, pemikiran sehingga membangun semangat dalam membentuk suatu rangkaian bahasa yang estetika.

Salah satu karya sastra yang berbentuk prosa adalah novel. Yang mana novel muncul setelah karya sastra lama seperti hikayat atau puisi lama. Kisah dalam novel merupakan sebuah hasil karya imajinasi manusia yang dituangkan dalam sebuah tulisan yang biasanya membahas kehidupan seseorang atau berbagai tokoh. Novel merupakan sebuah karya fiksi naratif yang biasanya diterbitkan dalam sebuah bentuk buku yang banyak menyajikan berbagai permasalahan yang kompleks yang dialami oleh berbagai tokoh. Dimana permasalahan tersebut berfungsi untuk menggambarkan sebuah kehidupan yang nyata dalam jiwa seseorang. Maksudnya sebuah pergulatan jiwa yang dialami oleh tokoh sehingga dapat melihat dan menentukan sikap tokoh dalam menghadapi semua permasalahan yang dihadapinya.

Novel tentunya memiliki ciri deskriptif karena halnya novel harus menggambarkan suatu keadaan atau situasi yang ada dalam novel tersebut sehingga dapat terbangun lebih jelas dan utuh untuk para pembacanya. Selain itu juga ciri novel lainnya adalah memiliki lebih dari satu impresi dan emosi sehingga dapat memberikan efek pada diri pembaca.

Novel adalah sebuah cerita fiksi yang di dalamnya terdapat unsur instrinsik dan ekstrinsik yang mana dalam novel *Surat-Surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina ini novel yang menceritakan kisah antara Habel, seorang pendeta, dan Veronika, seorang jemaatnya. Dalam novel ini berisikan sebuah percakapan antara Habel dan Veronika melalui surat-surat yang mereka kirimkan satu sama lain.

Kisah dalam novel *Surat-Surat Habel dan Veronika* ini berawal dari sebuah ciuman di malam tahun baru antara Habel dan Veronika, yang menjadi sebuah awal dari surat-surat yang mereka kirimkan. Dimana dalam surat-surat tersebut membuat dunia Habel ini yang sebelumnya hanya berisikan ayat-ayat kitab suci dan doa-doa, namun kini dipenuhi dengan sebuah celotehan Veronika. Dan sebaliknya, dunia Veronika yang sebelumnya dipenuhi dengan banyak kekecewaan akan Tuhannya namun perlahan terisi oleh doa-doa dan ayat kitab suci. Dalam novel ini Habel menggunakan pendekatan konseling individual dengan berbasis menunjukkan rasa empati, menghargai, dan sebuah kejujuran terhadap Veronika.

Pendekatan konseling individual merupakan pendekatan yang dilakukan secara personal antara konselor dengan konseli. Pendekatan ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengeksplorasi dan memahami konflik batin, perasaan, serta masalah pribadinya. Dengan pendekatan ini, konselor dapat memberikan bantuan yang lebih terfokus dan mendalam sesuai dengan kebutuhan konselinya. Menurut Helen, dalam Putri, Sesmiarni, dan Rahmi (2021:23), konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan konselor dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang diderita konseli.

Menurut Prayitno, dalam Putri, Sesmiarni dan Rahmi (2021:23), konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Berdasarkan pendapat para pendahulu diatas dapat disimpulkan bahwa pendekatan konseling individual itu merupakan suatu proses layanan konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap konseli dengan maksud memberikan bantuan terhadap permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

Dalam novel tersebut terdapat dialog-dialog antar tokoh yang di dalamnya terdapat banyak kata yang mengandung komunikasi interpersonal. Menurut Purwanti, Utami, Latifah (2022:49), menyatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses penyampaian informasi, pikiran dan sikap tertentu antara dua orang atau lebih yang terjadi pergantian pesan baik sebagai komunikan maupun komunikator dengan tujuan untuk mencapai saling pengertian, mengenai masalah yang akan dibicarakan yang akhirnya diharapkan terjadi perubahan perilaku. Dalam penelitian ini, novel yang akan dibahas yaitu novel *Surat – Surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina. Novel ini diterbitkan pada Oktober, 2019 untuk cetakan pertama oleh basabasi.

Pendekatan konseling individual dalam novel *Surat-surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina, dapat membantu dalam mengeksplorasi dan memahami konflik batin serta perasaan tokoh utama, Veronika. Dimana dalam novel ini, Veronika berkomunikasi melalui surat dengan Romo Habel, dan melalui pendekatan konseling individual, sehingga ia mendapatkan bantuan

untuk mengembangkan pemahaman, mengelola, dan menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapinya. Pendekatan ini memberikan bantuan kepada Veronika secara mendalam, sehingga dapat mencapai pertumbuhan dan pemulihan spiritual. Dengan pendekatan konseling individual dalam novel *Surat-Surat Habel dan Veronika* ini melalui pertukaran surat yang berisi pesan yang di dalamnya doa-doa dan pemahaman teori dari buku yang dibaca oleh habel. Pada akhirnya melalui pertukaran surat itu memunculkan pendekatan individu dari Veronika sehingga memberikan perubahan pada diri Veronika.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan analisis deskriptif. Dengan cara menggunakan jurnal-jurnal, buku-buku dan studi pustaka dari berbagai literature serta sumber-sumber lain dari penelitian ini. Di mana pendekatan yang digunakan adalah hermeneutika (menafsirkan teks). Objek formal penelitian ini adalah bentuk pemahaman, sementara objek materialnya adalah novel *Surat-surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina yang diambil dari buku kumpulan cerpen, yang dieditori oleh Arco Transept dan diterbitkan oleh basabasi. Teknik pengumpulan data menggunakan baca catat, yaitu dengan membaca keseluruhan cerpen dan mencatat data yang relevan untuk dijadikan sebagai sumber data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam buku Pendekatan Konseling karya Budi Purwoko (2020:23) mengatakan bahwa dalam melakukan pendekatan konseling individual kita harus memahami teori psikologi individual, pandangan tentang manusia, proses konseling serta peran konselor dan konseli. Pada novel *Surat - Surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina, dengan begitu dapat diamati. Penjelasan lebih lanjut akan hal tersebut, akan dipaparkan melalui subbab di bawah ini.

Psikologi Individual

Psikologi individual adalah konsep yang menyajikan tentang pandangan optimistik tentang manusia dengan menitikberatkan pada konsep kepedulian sosial, yaitu perasaan kesatuan dengan seluruh umat manusia. Konsep ini merujuk pada teori kepribadian yang diciptakan oleh Alfred Adler. Adler berpendapat bahwa individu sebagai makhluk yang saling tergantung secara sosial dan memberikan tekanan pada pentingnya sifat khas atau sifat unik dari kepribadian, yakni individualitas.

“Kita tidak akan pernah bisa bahagia kalau kita tidak tahu apa yang membuat kita bahagia dan untuk tahu hal itu, satu-satunya cara mengajak diri berbicara.”

(Angelina, 2019:65)

Kutipan diatas menegaskan bahwa pentingnya memahami diri dalam mencapai suatu kebahagiaan, yang merupakan salah satu aspek penting dalam pendekatan konseling individual. Dengan mengajak diri berbicara, seseorang dapat lebih memahami keinginan, nilai, dan kebutuhan pribadinya, yang merupakan langkah awal untuk mencapai kebahagiaan. Oleh karena itu untuk memperoleh suatu kebahagiaan yang sesuai dengan harapan kita maka perlu menekankan pentingnya untuk introspeksi atau refleksi diri dalam memahami diri sendiri dan menemukan kebahagiaan.

Setiap orang tentunya mempunyai harapan untuk bahagia dalam hidupnya. Maka dalam mewujudkan tersebut diperlukan suatu pemahaman terhadap diri sendiri. Di mana kita harus

mengenal diri sendiri karena dengan mengenal diri akan membuat kita dapat lebih mudah mencari sumber kebahagiaan tersendiri.

Pandangan Tentang Manusia

Menurut Adler, manusia di motivasi oleh hubungan sosial bukannya dorongan seksual. Dimana perilaku berorientasi pada tujuan dan kesadaran. Menurut Adler (2020:23), selain itu juga mengemukakan bahwa pendekatan psikologi subjektif yang berfokus pada faktor dalam yang mempengaruhi tingkah laku seperti nilai, bakat, tujuan, minat, dan persepsi individu pada realitas. Menurut Adler (2020:24), dalam psikologi individual ini mengasumsikan bahwa semua perilaku manusia memiliki tujuan. Manusia menetapkan tujuan untuk diri mereka sendiri dan perilaku menjadi bersatu dalam konteks tujuan-tujuan tersebut.

Dalam novel Surat-surat Habel dan Veronika karya Ajen Angelina ini menggambarkan suatu pandangan tentang manusia melalui kedua tokoh utamanya, yaitu Habel dan Veronika. Dimana Habel digambarkan sebagai seorang Romo yang mempelajari filosofi dan membagikan pandangan alkitab serta kutipan dari berbagai buku yang ia baca dan pelajari. Disisi lain, Veronika digambarkan sebagai seseorang yang awalnya dipenuhi dengan kekecewaan akan tuhan, namun perlahan-lahan terisi oleh doa-doa sehingga Veronika belajar untuk berdamai dengan diri sendiri dan dunia. Pandangan tentang manusia dalam novel ini tentunya dapat dilihat melalui perjalanan dan pertumbuhan kedua tokoh utamanya.

“Aku tak percaya takdir. Aku tak percaya Tuhan telah mengatur perjalanan hidup kita. Dia juga tidak mengatur dengan siapa kita jatuh cinta dan menikah”

(Angelina, 2019:23)

“Kau benar juga, manusia ini diatur oleh tiga hal, perasaan, pikiran dan perilaku. Untuk bahagia ketiga hal itu harus diseimbangkan. Berpikir baik akan menyebabkan perasaan baik dan perilaku baik. hal ini aku sadari betul dalam hidup”

(Angelina,2019:78)

Kutipan diatas menjadi salah satu indikasi perubahan pandangan tentang manusia. Di mana yang dikatakan oleh Veronika di awal dia tidak mempercayai adanya Tuhan, dengan begitu dia di kehidupan sebelumnya dipenuhi dengan rasa kekecewaan terhadap situasi dan kondisi dia. Salah satu faktor yang mempengaruhi perubahan adalah memahami diri. Dalam novel tersebut terdapat nasihat yang berisi tentang takdir yaitu orang yang menyalahkan takdir akan segala sesuatu buruk adalah orang lemah. Selain itu, percaya pada takdir membuat semua orang malas berusaha. Bisa kita simpulkan bahwa dengan mengenal diri sendiri kita akan memperoleh suatu pikiran, perasaan yang baik mengenai sesuatu hal.

Proses Konseling Serta Peran Konselor dan Konseli

Menggunakan teknik analisis mimpi yang dimana teknik ini merupakan refleksi gambaran tujuan hidup konseli. Dengan menganalisis mimpi yang dialami konseli maka konselor dapat memperkirakan tujuan hidup konseli. Atas dasar itu kemudian konselor membantu konseli.

Menurut Laela dalam Purwoko (2020:31), menganggap hubungan baik antara konselor dan konseli adalah sederajat yang didasari kerjasama, saling percaya, saling menghormati, saling menjaga rahasia dan keselarasan. Mimpi yang sering dialami karena hal itu menggambarkan prioritas dan keinginan. Menurut Hall & lindzey, dalam Purwoko 2020:31), mengenai prioritas

itu sendiri konseli diarahkan untuk menilai mana prioritas yang lebih utama dalam hidupnya. Menurut Fatchurahman, layanan konseling individual adalah suatu layanan yang membantu konseli dalam mengentaskan masalah pribadinya. (Fachurahman, 2017:26). Tentunya dalam melakukan suatu layanan akan ada proses yang harus dilakukan pada saat melakukan konseling individual. Proses konseling individual tentunya melibatkan serangkaian tahapan yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada individu yang mengalami masalah. Tahapan tersebut antara lain: a) tahap awal dimana tahap melakukan pengenalan dan penggalan permasalahan pada konseli. b) tahap pertengahan mulai penggalan permasalahan lebih mendalam dan mulai pemberian perlakuan atas permasalahan klien. c) tahap akhir yaitu menentukan tindak lanjut dari permasalahan klien dan lihat perkembangan klien selama proses konseling. Dalam novel Surat-Surat Habel dan Veronika ini memang tidak secara eksplisit menggambarkan proses konseling individual. Namun, dalam novel tersebut, terdapat unsur-unsur komunikasi antara Habel dan Veronika yang dapat diinterpretasikan sebagai bentuk konseling informal.

Penelitian sebelumnya mengemukakan, konselor berperan untuk mengidentifikasi dan mengumpulkan segala informasi secara sistematis terkait dengan hal yang melatarbelakangi, dimensi masalah, dan konsekuensi dari masalah yang dihadapi. (Setiawan, 2018:43). Peneliti tersebut menekankan bahwa peran konselor itu untuk mengidentifikasi dan mengumpulkan semua informasi yang terkait dengan permasalahan yang sedang dihadapi individu tersebut gunanya untuk mengentaskan suatu permasalahan yang terjadi dan mencari jalan keluar dari masalah tersebut.

“Mengenal diri kita penting. Ingat pepatah lama, tak kenal maka tak sayang. Kita tidak bisa mencintai diri sendiri tanpa mengenal diri kita. Hal itu penting karena jika kita mencintai diri sendiri kita akan tahu yang terbaik untuk kita,”

(Angelina,

2019:96)

“Bagi saya berbicara dengan diri sendiri hal paling penting yang harus saya lakukan terutama ketika menghadapi masalah.”

(Angelina,

2019:96)

Pada kutipan diatas menjelaskan bahwa novel ini menggambarkan adanya perubahan setelah adanya proses saling membalas surat dengan isi surat tentang kitab-kitab serta pemahaman mengenai mengenal diri. Sehingga pada tokoh Veronika ini terjadi adanya perubahan pemikiran tentang dirinya, setelah Veronika mengenal dirinya dia semakin percaya akan kehidupan dirinya dan adanya keberadaan Tuhan. Pada akhirnya kehidupan Veronika dipenuhi dengan doa-doa dan Veronika sering datang ke gereja.

Dengan demikian penggunaan pendekatan konseling individual pada novel *Surat-Surat Habel dan Veronika* ini dapat menyelesaikan permasalahan yang ada pada alur cerita. Permasalahan yang dialami pada Veronika dan Habel dapat memberikan nuansa yang menarik bagi pembaca. Sehingga permasalahan tersebut menarik pembaca untuk lebih mendalami isi dalam novel tersebut. Dengan demikian, novel ini memberikan gambaran menarik tentang bagaimana dalam melakukan pendekatan konseling dalam menyelesaikan permasalahan konseli sehingga pada akhirnya dapat membentuk cerita fiksi dengan cara yang lebih unik dan inovatif.

KESIMPULAN

Dalam mengakhiri penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pendekatan konseling individual ini digunakan dalam novel *Surat-Surat Habel dan Veronika* karya Ajen Angelina. Dimana Tokoh utama yaitu Veronika, di dalam novel ini ia mengalami kekecewaan karena permasalahan yang ada dihidupnya. Veronika membuat surat yang berisi permasalahan yang dialami oleh dirinya untuk diberikan kepada sang pastor atau yang dikenal dengan nama Habel. Dalam pendekatan konseling individual ini Habel memberikan pemahaman kepada Veronika melalui balasan surat. Perlahan Veronika mulai memperlihatkan perubahan yang ada pada dirinya, ia mampu untuk memahami dirinya dan bisa lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan cara dia lebih sering beribadah ke gereja dan berdoa.

DAFTAR REFERENSI

- Angelina, Ajen. (2019). *Surat-Surat Habel dan Veronika*. Yogyakarta: Basabasi.
- Arifin, M. Z. (2019). Nilai moral karya sastra sebagai alternatif pendidikan karakter (Novel Amuk Wisanggeni karya Suwito Sarjono). *Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajarannya*, 3(1), 30-40, DOI: <http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v3i1.1953>
- Fatchurahman, M. (2018). Problematik pelaksanaan konseling individual. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2), 25-30.
- Putri E.I, Sesmiarni Zulfani, Rahmi Alfi. (2021). *Efektivitas Konseling Individual Melalui Pendekatan Konseling Rasional Emotive Dalam Mengatasi Kecemasan*. Sumatera Utara, Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan. *Jurnal Consilium: Berkala Kajian Konseling dan Ilmu Keagamaan*. Vol 8, No 01, 19-34.
- Purwanti, S., Utami, S. W., & Latifah, L. (2022). Konseling Sebaya Pada Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 2(2), 47-55.
- Purwoko, Budi. (2020). *Pendekatan Konseling*. Purwokerto Selatan: CV Pena Persada.
- Setiawan, M. A. (2018). *Pendekatan-Pendekatan Konseling (Teori Dan Aplikasi)*. Deepublish.