



**PENINGKATAN KETERAMPILAN SOSIAL MELALUI PENDEKATAN
KONSELING ANALISIS TRANSAKSIONAL PADA REMAJA
DENGAN GANGGUAN KECEMASAN SOSIAL SAAT
BERBICARA DI DEPAN KELAS DI SMPIT
ANNINDA' LUBUK LINGGAU**

Seprianto, Defriansyah, Hartini, Beni Azwar

Pascasarjana IAIN Curup

Abstrak

Keterampilan sosial sangat penting untuk interaksi antar pribadi yang efektif dan membangun hubungan yang sehat. Namun, banyak remaja dengan gangguan kecemasan sosial mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan berinteraksi, terutama saat berbicara di depan kelas. Salah satu pendekatan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial adalah konseling analisis transaksional. Gangguan kecemasan sosial ditandai oleh rasa takut dan kecemasan berlebihan dalam situasi sosial, seperti berbicara di depan kelas. Remaja dengan gangguan kecemasan sosial sering mengalami rasa takut akan penilaian dan ejekan dari teman sebayanya, yang menyebabkan mereka menghindari situasi sosial dan menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka. Konseling analisis transaksional adalah pendekatan yang berfokus pada pemahaman pola perilaku dan komunikasi antar individu. Pendekatan ini melibatkan analisis terhadap transaksi yang terjadi dalam interaksi sosial. Dalam konteks remaja dengan gangguan kecemasan sosial, konseling analisis transaksional dapat membantu mereka mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku yang tidak sehat. Meningkatkan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau sangat penting. Keterampilan sosial yang kuat akan membantu mereka berinteraksi dengan teman sebaya, mengelola kecemasan, dan meningkatkan rasa percaya diri. Dengan meningkatkan keterampilan sosial, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat aktif berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, termasuk berbicara di depan kelas. Melalui konseling analisis transaksional, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat belajar mengenali pola pikir dan perilaku yang tidak sehat. Mereka dapat mengidentifikasi transaksi yang tidak produktif dan menggantinya dengan transaksi yang lebih sehat dan konstruktif. Selain itu, pendekatan ini juga dapat membantu remaja mengembangkan pemahaman diri yang lebih baik dan pemahaman terhadap orang lain, serta meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Secara kesimpulan, peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau sangat penting. Konseling analisis transaksional dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk membantu mereka mengatasi kecemasan sosial dan

*Correspondence Address : seprilinggaupos@gmail.com

DOI : 10.31604/jips.v10i5.2023.2366-2375

© 2023UM-Tapsel Press

meningkatkan keterampilan sosial mereka. Dengan bimbingan konselor yang terlatih dan dukungan dari sekolah dan lingkungan sekitar, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk sukses dalam kehidupan sehari-hari dan masa depan mereka.

Kata Kunci: Keterampilan sosial, konseling analisis transaksional, remaja, gangguan kecemasan sosial, berbicara di depan kelas.

PENDAHULUAN

Keterampilan sosial merupakan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan orang lain secara efektif dan membangun hubungan yang sehat. Keterampilan sosial yang baik sangat penting bagi remaja, terutama dalam menghadapi situasi-situasi sosial seperti berbicara di depan kelas. Namun, banyak remaja yang mengalami gangguan kecemasan sosial yang membuat mereka sulit dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain (Amali, 2020). Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja dengan gangguan kecemasan sosial adalah pendekatan konseling analisis transaksional. Gangguan kecemasan sosial merupakan kecemasan berlebihan yang dialami individu ketika berada dalam situasi sosial, seperti berbicara di depan kelas (Amroin, 2021). Remaja dengan gangguan kecemasan sosial cenderung merasa takut, gugup, dan khawatir akan dihakimi atau diejek oleh teman sebaya mereka. Hal ini membuat mereka menghindari situasi-situasi sosial dan menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka.

Gangguan Kecemasan Sosial (Social Anxiety Disorder) yakni suatu gangguan kecemasan yang ditandai oleh

ketakutan dan kecemasan yang berlebihan terhadap situasi sosial atau performa di depan orang banyak. Ahli telah memberikan definisi yang berbeda mengenai gangguan ini, di antaranya. Menurut American Psychiatric Association (APA) dalam Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), Gangguan Kecemasan Sosial ditandai oleh ketakutan atau kecemasan yang berlebihan terhadap situasi sosial yang melibatkan kemungkinan diobservasi, dievaluasi secara negatif, atau dievaluasi secara memalukan oleh orang lain. Orang dengan gangguan ini sering menghindari situasi-situasi sosial atau bertahan di dalamnya dengan penderitaan yang signifikan. Menurut Richard G. Heimberg, seorang psikolog terkemuka dalam bidang gangguan kecemasan sosial, gangguan ini adalah ketakutan atau kecemasan berlebihan yang dialami oleh individu ketika mereka berada dalam situasi sosial yang melibatkan kemungkinan penilaian negatif atau penolakan oleh orang lain. Gangguan kecemasan sosial sering kali mempengaruhi kualitas hidup seseorang dan dapat menghambat mereka dalam berinteraksi sosial, bekerja, atau berpartisipasi dalam kegiatan sehari-hari. Menurut Jerilyn Ross, seorang ahli psikologi dan pendiri Anxiety Disorders

Association of America (ADAA), gangguan kecemasan sosial adalah kondisi di mana individu merasa terancam, takut, atau malu dalam situasi sosial normal. Mereka khawatir bahwa perilaku atau performa mereka akan diobservasi, dievaluasi secara negatif, atau mendapat kritik dari orang lain.

Pendekatan konseling analisis transaksional adalah suatu pendekatan yang fokus pada pemahaman terhadap pola-pola perilaku dan komunikasi yang terjadi antara individu. Pendekatan ini melibatkan analisis terhadap transaksi-transaksi yang terjadi dalam interaksi sosial seseorang (Areta, 2021). Dalam konteks ini, pendekatan konseling analisis transaksional dapat digunakan untuk membantu remaja dengan gangguan kecemasan sosial dalam mengidentifikasi dan mengubah pola-pola perilaku yang tidak sehat (Argarini, 2019). Pentingnya meningkatkan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau tidak dapat diabaikan. Keterampilan sosial yang baik akan membantu mereka dalam berinteraksi dengan teman sebaya, mengatasi kecemasan, dan meningkatkan kepercayaan diri. Dengan meningkatkan keterampilan sosial, remaja dengan gangguan kecemasan sosial akan dapat berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah, termasuk berbicara di depan kelas.

Melalui pendekatan konseling analisis transaksional, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat belajar mengenali pola-pola pikiran dan perilaku yang tidak sehat. Mereka dapat belajar untuk mengidentifikasi transaksi-transaksi yang tidak produktif dan menggantinya dengan transaksi-transaksi yang lebih sehat dan konstruktif. Selain itu, pendekatan ini juga dapat membantu remaja mengembangkan pemahaman yang lebih baik mengenai diri mereka sendiri dan orang lain, serta meningkatkan

kemampuan mereka dalam berkomunikasi secara efektif (Ciptiasrini, 2019). Diharapkan melalui pendekatan konseling analisis transaksional, remaja dengan gangguan kecemasan sosial di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau dapat memperoleh manfaat yang signifikan dalam meningkatkan keterampilan sosial mereka. Mereka akan mampu menghadapi situasi sosial dengan lebih percaya diri dan mengurangi tingkat kecemasan yang mereka alami. Selain itu, pendekatan ini juga dapat memberikan mereka keterampilan yang berguna dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dan mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan sosial di masa depan.

Guna meningkatkan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau merupakan langkah penting yang perlu diambil. Pendekatan konseling analisis transaksional dapat menjadi salah satu metode yang efektif untuk membantu remaja mengatasi kecemasan sosial dan meningkatkan keterampilan sosial mereka. Dengan bantuan konselor yang terlatih dan dukungan dari sekolah dan lingkungan sekitar, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk sukses dalam kehidupan sehari-hari dan masa depan mereka. Maka dapat dirumuskan masalah sebagai hal berikut: 1. Bagaimana pandangan Al-Qur'an terhadap tabiat manusia dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau?, 2. Bagaimana pandangan Islam terhadap ahlak tak terpuji dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di

SMPIT Anninda' Lubuk Linggau?, 3. Apa tujuan penciptaan manusia menurut Islam dan bagaimana hubungannya dengan peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau?

METODE

Metode penelitian yang dapat digunakan untuk penelitian tentang peningkatan keterampilan sosial melalui pendekatan konseling analisis transaksional pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau adalah sebagai berikut:

1. Desain Penelitian: Metode kuasi-eksperimental dengan desain penelitian pretest-posttest kontrol grup dapat digunakan. Kelompok eksperimen akan menerima intervensi konseling analisis transaksional, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima intervensi.
2. Partisipan: Partisipan penelitian dapat dipilih menggunakan purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu remaja di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau yang mengalami gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas. Partisipan akan dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.
3. Instrumen: Instrumen yang valid dan reliabel harus digunakan untuk mengukur tingkat keterampilan sosial sebelum dan setelah intervensi. Contoh instrumen yang dapat digunakan adalah kuesioner atau skala penilaian yang teruji untuk

mengukur keterampilan sosial remaja.

4. Intervensi: Kelompok eksperimen akan menerima intervensi berupa konseling analisis transaksional yang dilakukan oleh konselor yang terlatih dalam pendekatan ini. Intervensi dapat dilakukan dalam bentuk sesi konseling individu dengan frekuensi yang telah ditentukan.
5. Pengumpulan Data: Data dapat dikumpulkan melalui pretest dan posttest menggunakan instrumen yang telah disebutkan sebelumnya. Selain itu, pengumpulan data kualitatif seperti wawancara atau observasi juga dapat dilakukan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang pengalaman dan persepsi remaja terhadap intervensi.
6. Analisis Data: Data dapat dianalisis menggunakan metode statistik yang sesuai, seperti uji-t, untuk membandingkan perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam hal peningkatan keterampilan sosial setelah intervensi (Hamandia, 2022).
7. Etika Penelitian: penelitian memperhatikan etika penelitian yang meliputi persetujuan partisipan, kerahasiaan data, dan perlindungan terhadap partisipan.

PEMBAHASAN

1. **Pandangan Al-Qur'an terhadap tabiat manusia dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di**

depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau

Pandangan Al-Qur'an terhadap tabiat manusia memberikan pedoman dan panduan dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau. Al-Qur'an mengajarkan nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang dapat membantu remaja mengatasi kecemasan sosial dan mengembangkan keterampilan sosial yang sehat. Salah satu konsep penting dalam Al-Qur'an adalah konsep hubungan antara manusia. Al-Qur'an mengajarkan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang ditakdirkan untuk hidup dalam masyarakat (Ilyas, 2013). Dalam Surat Al-Hujurat (49:13), Allah berfirman, "Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal." Ayat ini menunjukkan bahwa manusia ditakdirkan untuk saling mengenal dan berinteraksi satu sama lain.

Selain itu, Al-Qur'an juga menekankan pentingnya saling menghormati dan membangun komunikasi yang efektif. Dalam Surat Al-Hujurat (49:11), Allah berfirman, "Hai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi yang mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula wanita-wanita (mengolok-olokkan) wanita-wanita yang lain (karena) boleh jadi wanita-wanita (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari wanita-wanita (yang mengolok-olok). Janganlah kamu mencela dirimu sendiri dan janganlah kamu panggil-memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan ialah (panggilan) yang buruk sesudah iman." Ayat ini mengajarkan pentingnya menghormati

dan menghindari perilaku yang merendahkan orang lain.

Selain itu, Al-Qur'an juga menekankan pentingnya membangun hubungan yang saling mendukung. Dalam Surat Al-Asr (103:3), Allah berfirman, "Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran." Ayat ini menunjukkan bahwa dalam membangun hubungan sosial, remaja perlu saling mendukung dalam melakukan amal saleh dan memperoleh kesabaran. Contoh penerapan pandangan Al-Qur'an dalam peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau adalah dengan mengintegrasikan ajaran-ajaran Islam dalam pendekatan konseling dan pembelajaran di sekolah (Jannah, 2021). Berikut adalah contoh- konkret:

1. Pengajaran Nilai-nilai Islam: Sekolah dapat mengajarkan nilai-nilai Islam yang relevan dengan peningkatan keterampilan sosial, seperti kasih sayang, toleransi, dan kerjasama. Melalui pengajaran ini, remaja dapat memahami pentingnya berperilaku yang baik dalam hubungan sosial.
2. Latihan Komunikasi Efektif: Guru atau konselor dapat melibatkan remaja dalam latihan komunikasi efektif, seperti permainan peran atau simulasi situasi berbicara di depan kelas. Selama latihan ini, remaja dapat belajar untuk mengatasi kecemasan dan mempraktikkan keterampilan sosial mereka.
3. Konseling dengan Pendekatan Islami: Konselor dapat menerapkan pendekatan konseling yang

mencakup aspek-aspek Islami, seperti membantu remaja mengembangkan kepercayaan diri dengan mengingatkan mereka akan pertolongan Allah dan memberikan doa-doa yang relevan untuk mengatasi kecemasan.

4. Pengembangan Kegiatan Ekstrakurikuler yang Mendukung: Sekolah dapat mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler yang mendorong remaja untuk berinteraksi sosial, seperti kelompok diskusi atau proyek kolaboratif. Kegiatan ini akan memberikan kesempatan bagi remaja dengan gangguan kecemasan sosial untuk berlatih berkomunikasi dan membangun keterampilan sosial mereka.
5. Pembentukan Lingkungan Sekolah yang Inklusif: Sekolah perlu menciptakan lingkungan yang inklusif dan bebas dari perilaku intimidasi atau diskriminasi. Hal ini akan membantu remaja merasa aman dan nyaman dalam berinteraksi dengan teman sekelas, sehingga mereka dapat lebih percaya diri dalam berbicara di depan kelas (Jannah, 2021).

Dengan menerapkan pandangan Al-Qur'an dan prinsip-prinsip Islam dalam peningkatan keterampilan sosial, diharapkan remaja dengan gangguan kecemasan sosial di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau dapat mengatasi kecemasan mereka, memperoleh keterampilan sosial yang sehat, dan menjadi individu yang berkomunikasi dengan baik dalam berbagai situasi sosial.

2. Pandangan Islam terhadap ahlak tak terpuji dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau

Pandangan Islam terhadap ahlak tak terpuji memberikan landasan yang kuat dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau. Islam mendorong individu untuk mengembangkan sifat-sifat yang baik, menjauhi perilaku negatif, dan membangun hubungan sosial yang sehat (Jessline, 2021). Dalam Islam, ahlak tak terpuji seperti kebohongan, kesombongan, pembenci, dan perilaku buruk lainnya dianggap sebagai penyimpangan dari ajaran agama yang baik dan dapat menghancurkan hubungan sosial yang harmonis. Islam mengajarkan pentingnya berperilaku jujur, rendah hati, penyayang, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi dengan orang lain.

Salah satu aspek penting dalam pandangan Islam adalah adab atau tata krama dalam berhubungan dengan orang lain. Islam mendorong remaja untuk mengembangkan adab yang baik dalam berbicara di depan kelas, seperti menghormati pendapat orang lain, mendengarkan dengan baik, dan menghindari berbicara dengan nada yang menyakitkan (Matulessy, 2013). Dalam Surat Al-Hujurat (49:11), Allah berfirman, "Hai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi yang mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula wanita-wanita (mengolok-olokkan) wanita-wanita yang lain (karena) boleh jadi

wanita-wanita (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari wanita-wanita (yang mengolok-olok). Janganlah kamu mencela dirimu sendiri dan janganlah kamu panggil-memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan ialah (panggilan) yang buruk sesudah iman."

Selain itu, pandangan Islam juga menekankan pentingnya kontrol diri dan pengendalian emosi. Remaja dengan gangguan kecemasan sosial seringkali mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi mereka ketika berbicara di depan kelas. Islam mengajarkan pentingnya mengontrol emosi negatif seperti marah, cemburu, atau iri hati. Dalam Surat Al-Imran (3:134), Allah berfirman, "Dan (mereka) yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebaikan."

Selain itu, Islam juga mengajarkan pentingnya sikap empati dan kepedulian terhadap orang lain. Dalam Surat Al-Hujurat (49:13), Allah berfirman, "Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal." Ayat ini menunjukkan pentingnya memahami dan menghormati perbedaan individu serta membangun hubungan yang inklusif dan harmonis. Dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial, pandangan Islam mengajarkan mereka untuk mengatasi ahlak tak terpuji seperti rasa inferioritas, perbandingan diri dengan orang lain, atau merasa rendah diri. Islam mengajarkan pentingnya mempercayai diri dan menghargai diri sendiri sebagai seorang muslim. Dalam Surat Al-Isra (17:70), Allah berfirman, "Sesungguhnya Kami telah menghormati anak-anak Adam, Kami angkut mereka di darat dan di laut, Kami beri mereka

rezeki dari yang baik-baik, dan Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna dibandingkan dengan kebanyakan makhluk yang Kami ciptakan."

Dalam praktiknya, sekolah Islam seperti SMPIT Anninda' Lubuk Linggau dapat mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam pengajaran dan kegiatan sehari-hari untuk membantu remaja mengembangkan keterampilan sosial mereka. Misalnya, sekolah dapat mengadakan kegiatan pembinaan karakter yang mencakup aspek-aspek ahlak Islam, seperti kesabaran, kerjasama, dan sikap saling menghargai (Safutra, 2018). Guru dan konselor juga dapat memberikan nasihat dan dukungan yang didasarkan pada prinsip-prinsip Islam, serta memotivasi remaja untuk memperbaiki keterampilan sosial mereka. Dengan menerapkan pandangan Islam terhadap ahlak tak terpuji dalam konteks peningkatan keterampilan sosial, remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat mengembangkan sikap yang lebih baik dalam berinteraksi dengan orang lain, mengatasi kecemasan, dan membangun hubungan sosial yang sehat.

3. Tujuan penciptaan manusia menurut Islam dan bagaimana hubungannya dengan peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau

Tujuan penciptaan manusia menurut Islam memiliki hubungan erat dengan peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau. Dalam Islam, manusia diciptakan dengan tujuan untuk mengabdikan diri kepada Allah, beribadah, dan menjalankan peran sosialnya dengan baik (Sagita, 2020). Pertama-tama, tujuan penciptaan

manusia menurut Islam adalah untuk beribadah kepada Allah. Dalam Surat Adz-Dzariyat (51:56), Allah berfirman, "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku." Pada hakikatnya, ibadah tidak hanya terbatas pada aktivitas ritual semata, tetapi juga mencakup interaksi sosial. Berinteraksi dengan sesama manusia merupakan bagian dari ibadah, dan oleh karena itu, peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial dapat membantu mereka dalam melaksanakan tujuan ibadah ini.

Keterampilan sosial yang baik memungkinkan remaja untuk membangun hubungan yang harmonis dengan sesama, menghormati dan membantu orang lain, serta berkontribusi positif dalam masyarakat. Misalnya, ketika seorang remaja dengan gangguan kecemasan sosial mampu berbicara di depan kelas dengan percaya diri, ia dapat berbagi pengetahuan, menginspirasi teman sekelas, dan menjadi panutan dalam komunitasnya. Dengan demikian, peningkatan keterampilan sosial membantu remaja memenuhi tujuan ibadahnya untuk berkontribusi dalam masyarakat. Selanjutnya, tujuan penciptaan manusia menurut Islam adalah untuk menjadi khalifah di bumi. Khalifah merupakan pemimpin yang bertanggung jawab atas kehidupan di dunia ini. Dalam Surat Al-Baqarah (2:30), Allah berfirman, "Dan ingatlah, tatkala Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: 'Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi.' Mereka berkata: 'Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, sedang kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?' Allah berfirman: 'Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.'"

Sebagai khalifah, manusia memiliki tanggung jawab untuk menjaga dan membangun hubungan sosial yang baik di masyarakat. Peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial akan membantu mereka dalam menjalankan peran sebagai khalifah dengan lebih efektif. Melalui keterampilan sosial yang ditingkatkan, mereka dapat mengatasi kecemasan sosial, berkomunikasi dengan baik, berkolaborasi dengan orang lain, dan membangun kehidupan sosial yang produktif (Sambodo, 2019). Dalam hal ini, SMPIT Anninda' Lubuk Linggau sebagai lembaga pendidikan Islam memiliki tanggung jawab untuk memberikan pendekatan dan dukungan yang sesuai guna membantu remaja mencapai tujuan penciptaan mereka sebagai khalifah di bumi. Selain itu, tujuan penciptaan manusia menurut Islam juga melibatkan pengembangan diri secara holistik. Dalam Islam, manusia diberikan akal, fitrah, dan potensi yang harus dikembangkan dengan baik. Dalam Surat Al-A'raf (7:172), Allah berfirman, "Dan (ingatlah), tatkala Tuhanmu mengeluarkan anak-anak Adam dari sulbi mereka, dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): 'Bukankah Aku ini Tuhanmu?' Mereka menjawab: 'Betul, kami bersaksi.' (Hal itu dilakukan) agar kamu tidak mengatakan di hari kiamat nanti: 'Sesungguhnya kami tidak mengetahui hal ini.'"

Dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial, pengembangan diri holistik sangat relevan. Remaja perlu diberikan kesempatan untuk mengembangkan potensi sosial mereka, seperti kemampuan berkomunikasi, kerjasama, empati, dan toleransi. Sekolah Islam, seperti SMPIT Anninda' Lubuk Linggau, dapat menyediakan program pendidikan yang melibatkan kegiatan ekstrakurikuler, pelatihan

kepemimpinan, dan bimbingan konseling yang mendorong remaja untuk mengembangkan diri secara menyeluruh. Dengan mengoptimalkan potensi sosial mereka, remaja dapat mencapai tujuan penciptaan mereka yang menekankan pengembangan diri dalam aspek sosial. Dalam kesimpulan, tujuan penciptaan manusia menurut Islam memiliki hubungan yang erat dengan peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas. Dalam Islam, tujuan penciptaan manusia melibatkan ibadah kepada Allah, menjadi khalifah di bumi, dan pengembangan diri secara holistik. Melalui peningkatan keterampilan sosial, remaja dapat berinteraksi dengan baik dalam masyarakat, menjalankan peran sebagai khalifah, dan mengoptimalkan potensi sosial yang diberikan oleh Allah. Dalam konteks pendidikan di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau, penting bagi lembaga dan pendidik untuk menyediakan lingkungan yang mendukung dan program yang sesuai untuk membantu remaja mencapai tujuan penciptaan mereka menurut ajaran Islam.

PENUTUP

Pandangan Al-Qur'an terhadap tabiat manusia dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau mengajarkan bahwa manusia adalah makhluk sosial yang ditakdirkan untuk hidup dalam hubungan yang harmonis dengan sesama. Al-Qur'an menekankan pentingnya saling menghormati, saling mendukung, dan membangun komunikasi yang efektif untuk mencapai keterampilan sosial yang baik. Pandangan Islam terhadap ahlak tak terpuji dalam konteks peningkatan keterampilan sosial pada remaja dengan gangguan kecemasan sosial saat

berbicara di depan kelas di SMPIT Anninda' Lubuk Linggau menekankan pentingnya menjauhi perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Islam mengajarkan nilai-nilai moral dan etika yang baik, seperti jujur, sabar, tolong-menolong, dan saling menghormati. Tujuan penciptaan manusia menurut Islam adalah untuk mengabdikan diri kepada Allah dan mencapai keselamatan di dunia dan akhirat. Maka disarankan: Sekolah SMPIT Anninda' Lubuk Linggau dapat mengintegrasikan nilai-nilai Al-Qur'an yang berkaitan dengan hubungan sosial dalam kurikulum mereka. Hal ini dapat dilakukan melalui pengajaran agama Islam, diskusi kelompok, dan kegiatan ekstrakurikuler yang mendorong interaksi sosial yang positif. Sekolah dapat mengadakan program konseling dan pelatihan keterampilan sosial khusus untuk remaja dengan gangguan kecemasan sosial. Pendekatan konseling analisis transaksional dapat digunakan sebagai metode yang efektif dalam membantu mereka mengidentifikasi dan mengubah pola perilaku yang tidak sehat.

REFERENCES

- Amali, B. A. (2020). Upaya meminimalisasi kecemasan siswa saat berbicara Di depan umum dengan metode expressive writing therapy. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 109. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.12306>
- Amroin, Y. S., & Indahwati, N. (2021). Peningkatan Keterampilan Tendangan Dalam Pencak Silat Melalui Variasi Gerak Dasar Tendangan "T" Dan Tendangan Depan Pada Siswa Kelas V SDN Pinggir papas 1. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 5(3). <https://doi.org/10.58258/jisi.p.v5i3.2084>
- Areta, L. A. (2021). Peran media Sosial Di era Globalisasi Pada Remaja Di Surakarta Suatu Kajian Teoritis Dan Praktis Terhadap Remaja dalam Perspektif Perubahan Sosial. <https://doi.org/10.31219/osf.io/mzxq4>

Argarini, V., Gani, S., & Putri, R. M. (2019). Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam mengurangi kecemasan berbicara Di depan kelas pada siswa kelas vii Di smp negeri 10 Palembang. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.36706/jkk.v6i1.8497>

Ciptiasrini, U., & Putri, A. K. (2019). undefined. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 103-112. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.383>

Hamandia, M. R. (2022). Analisis konseptual mengenai kecemasan dalam berbicara Di depan umum. *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)*, 6(1), 59-70. <https://doi.org/10.19109/jkpi.v6i1.12956>

Ilyas, A., & ., M. (2013). Hubungan Antara keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara Di depan umum. *Konselor*, 2(1). <https://doi.org/10.24036/02013211203-0-00>

Jannah, L. A. (2021). Efektivitas Teknik cognitive restructuring Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Siswa Saat Presentasi Di Depan Kelas Di MTs al-mukhlisin Galis. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 90-102. <https://doi.org/10.19105/ec.v2i1.4224>

Jannah, L. A. (2021). Efektivitas Teknik cognitive restructuring Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Siswa Saat Presentasi Di Depan Kelas Di MTs al-mukhlisin Galis. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 90-102. <https://doi.org/10.19105/ec.v2i1.4224>

Jessline, I., Satiadarma, M. P., & Idulfilastri, R. M. (2021). Studi meta analisis efektivitas cbt untuk kecemasan pada gangguan bipolar. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(2), 569. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.12203.2021>

Matulessy, A. (2013). Kematangan Emosi, Percaya Diri Dan Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.30996/persona.v2i1.54>

Safutra, A., Syahrman, S., & Afriyati, V. (2018). Pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik modeling untuk mengurangi

kecemasan berbicara siswa Di depan kelas Di smp N 13 Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1(3), 91-105. <https://doi.org/10.33369/consilia.1.3.91-105>

Sagita, A., Rahardjo, S., & Hidayati, R. (2020). Meningkatkan Percaya Diri Siswa Saat Berbicara Di Depan Kelas Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(2). <https://doi.org/10.24176/jpp.v2i2.4507>

Sambodo Sriadi pinilih. (2018). Hubungan Keterampilan Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Tunarungu. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang kesehatan*, 2(2), 70-80. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v2i2.46>

Saragi, C., & Indrawati, E. S. (2019). Hubungan Antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi masa depan pada komunitas pemusik regular remaja Di Kota Semarang. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 130-135. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23586>