

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada sebuah kenyataan atau realitas yang ada bahwa setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT. itu diberikan kemampuan atau kelebihan dan kekurangan, akan tetapi manusia terkadang tidak sadar akan kelebihan dan kekurangannya. Manusia juga diberikan oleh Allah SWT. potensi yang baik dan potensi yang buruk. Potensi yang baik ini bisa diwujudkan bahwa manusia memiliki kemampuan berfikir yang positif sehingga dapat bertindak ke arah yang positif pula. Sedangkan potensi yang buruk itu manusia tidak lepas dari kesulitan yang kerap kali manusia menyerah dan tidak kuat terhadap kesulitan-kesulitan yang dihadapinya, dan hal ini dapat menimbulkan gangguan emosional pada diri manusia. Gangguan emosional terjadi apabila manusia tidak dapat mengendalikan emosinya, emosi muncul secara berlebihan dan tidak pada tempatnya, dan tidak stabil.<sup>1</sup>

Salah satu gangguan emosional tersebut ialah *Anxiety Disorder* (gangguan kecemasan). Setiap manusia atau individu hampir bisa dipastikan pernah mengalami rasa cemas, gelisah, khawatir, dan panik. Dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan merupakan hal yang sering terjadi dan wajar pada setiap manusia seperti seorang siswa merasa cemas dalam menghadapi ujian akhir yang menentukan nasibnya yaitu naik kelas atau gagal. Namun, apabila seseorang

---

<sup>1</sup> MIF Baihaqi, Sunardi, Riksmas N. Rinalti Akhlan, Euis Heryati, *Psikiatri (Konsep Dasar dan Gangguan-gangguan)*, (Bandung : PT. Refika Aditama, 2005), hal. 111.

tersebut tidak memiliki kontrol diri yang baik, maka akan dapat berdampak buruk dan terjadi perubahan perilaku negatif bagi dirinya. Sebagai umat muslim, hendaknya kita senantiasa berdo'a untuk meminta perlindungan dari godaan setan yang bisa membuat kita menjadi gelisa, resah, cemas. Dalam firman Allah SWT. surat An-Nas ayat 1 – 6 yang berbunyi :

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾

﴿٥﴾ الَّذِي يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٦﴾ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٧﴾

Artinya : *“Katakanlah : “Aku berlindung kepada Tuhan (Yang Memelihara dan Menguasai) manusia, Rajanya manusia, Sembahan manusia. Dari kejahatan (bisikan) setan yang biasa bersembunyi, yang membisikkan (keburukan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia.”*<sup>2</sup>

Maksudnya kita sebagai umat Nabi Muhammad SAW. hendaknya senantiasa berlindung kepada Allah SWT. dari was-was setan seperti halnya gangguan kecemasan, karena setan selalu membisikkan hal-hal negatif kepada hati kita. Setan bisa menyerang kapan saja dan kita tidak tahu kapan, karena kita tidak bisa melihatnya. Oleh karena itu, kita memerlukan perlindungan yang kokoh dan tidak ada sebaik-baik tempat perlindungan kecuali berlindung kepada Allah SWT.

*Anxiety Disorder* merupakan gangguan kecemasan atau gangguan suasana hati. Rasa tidak aman, kebingungan memutuskan sesuatu, ketidak matangan atau

---

<sup>2</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Semarang : Asy-Syifa, 1991), hal. 485.

kekurangan kemampuan dalam menghadapi tuntutan realitas kehidupan.<sup>3</sup> *Anxiety* (kecemasan) ini juga merupakan wujud nyata dari proses emosi yang bercampur baur. Gangguan emosi seperti inilah yang terjadi pada seorang guru di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.

Dalam penelitian ini, peneliti meneliti seorang guru bernama Wawan yang mengalami gangguan kecemasan yang disebut sebagai klien. Pada tahun 2012, klien memperoleh beasiswa S-1 jurusan pendidikan untuk guru yang belum memiliki ijazah S-1, tetapi tidak sesuai dengan harapannya. Sebab sebelum adanya program beasiswa tersebut, klien sangat menginginkan melakukan penelitian tentang sejarah, kebudayaan, atau jejak-jejak keislaman yang ada di Indonesia dengan cara masuk ke perguruan tinggi bidang sejarah islam. Akan tetapi klien memiliki hambatan yakni ekonomi keluarga yang belum mampu membiayai dirinya untuk mewujudkan keinginannya. Dengan adanya beasiswa tersebut tentunya akan meringankan beban orang tuanya untuk memasukkan klien ke perguruan tinggi. Akan tetapi, klien tidak berminat pada jurusan yang menjadi pilihan beasiswa tersebut. Dan apabila beasiswa tersebut tidak diambil, maka ia tidak bisa masuk ke perguruan tinggi. Akibatnya klien merasa gelisah, cemas, bingung, serta pikiran tidak fokus dalam beraktifitas sehari-hari.

Hingga sampai batas akhir pendaftaran beasiswa, klien belum memutuskan jawaban untuk menerima atau tidak beasiswa S-1 tersebut. Karena hal itu, klien akhirnya digantikan temannya yang belum mendapatkan kesempatan beasiswa.

---

<sup>3</sup> Yusria Ningsih, "Kesehatan Mental", Modul Kesehatan Mental, hal. 36.

Lalu pada tahun 2013. Ada program beasiswa yang sama, masih tetap ditujukan untuk para guru sekolah yang belum memiliki ijazah sarjana S-1. Di sekolah tempat klien mengajar itu memperoleh kesempatan lagi untuk 2 orang yang belum memiliki ijazah sarjana S-1. Ternyata yang belum mendapatkan kesempatan beasiswa dan belum memiliki ijazah sarjana S-1 hanya klien seorang. Maka oleh ketua yayasan sangat menganjurkan kepada klien untuk mengambil kesempatan beasiswa tersebut, karena teman-temannya sudah memperoleh beasiswa. Tidak hanya oleh ketua yayasan sekolah saja, tetapi kali ini klien juga ditekankan dan didorong oleh kedua orang tuanya untuk mengambil kesempatan beasiswa tersebut, karena hanya dari beasiswa tersebut klien dapat mengenyam pendidikan Sarjana dan orang tuanya tidak terbebani dikarenakan adanya beasiswa.

Klien mulai merasakan *Anxiety Disorder* (gangguan kecemasan) kembali saat mengalami situasi seperti diatas. Ia dihadapkan pada pilihan yang rumit, karena ia masih menginginkan kuliah di jurusan yang ia inginkan, sedangkan orang tuanya menganjurkan untuk mengambil kesempatan beasiswa. Klien juga tidak ingin berdosa atau membuat kecil hati orang tuanya yang sudah susah payah merawat dia. Akhirnya klien merasa terguncang emosionalnya, menjadi pendiam, kesehariannya penuh dengan kecemasan, kebimbangan, kegelisahan, murung, dan emosi tidak terkendali yang bawaannya ingin marah.

Dalam permasalahan klien seperti diatas, bila gangguan kecemasan tersebut tidak segera diatasi, maka akan berdampak buruk bagi diri klien bahkan bisa saja orang disekitarnya terkena getah atau imbasnya.

Dari studi kasus diatas, peneliti merasa perlu mengkaji masalah tersebut lebih dalam. Dengan bimbingan dan konseling islam dengan terapi Realitas untuk menyelesaikan masalah, membantu, dan mengarahkan klien dalam memecahkan permasalahannya agar keluar dari gangguan kecemasannya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, agar tidak terjadi penyimpangan dan pelebaran pembahasan, maka peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Faktor apa saja yang menyebabkan seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo?
2. Dampak apa saja yang dialami seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo?
3. Bagaimanakah proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo?
4. Bagaimanakah hasil akhir dari pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun beberapa tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan seorang guru mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui dampak dari seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.
3. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.
4. Untuk mengetahui hasil akhir dari pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.

### **D. Manfaat Penelitian**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis bagi para pembaca, antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
  - a. Dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti yang lainnya dalam hal bimbingan dan konseling islam terhadap *Anxiety Disorder*.
  - b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca dan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) mengenai bimbingan dan konseling islam terhadap *Anxiety Disorder*.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu seseorang untuk menyelesaikan masalah-masalahnya yang berkaitan dengan *Anxiety Disorder*.
- b. Bagi peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan untuk menghadapi permasalahan seseorang yang berkaitan dengan *Anxiety Disorder*.

## E. Definisi Konsep

### 1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu dalam hal memahami diri sendiri, menghubungkan pemahaman tentang dirinya sendiri dengan lingkungannya, memilih, menentukan, dan menyusun rencana sesuai dengan konsep dirinya dan tuntutan lingkungan berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>4</sup>

Bimbingan dan konseling islam juga merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu menjalani hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT., sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>5</sup> Bantuan dalam bimbingan dan konseling islam dapat dilakukan melalui wawancara oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang

---

<sup>4</sup> Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung : CV. Pustaka Setia, 2010), hal. 15.

<sup>5</sup> Aunur Rohim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 2004), hal. 4.

sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.<sup>6</sup>

Jadi bimbingan dan konseling islam itu sebuah pertolongan terhadap seseorang atau kelompok berupa bimbingan jasmani dan rohani, agar mampu dalam menghadapi dan memecahkan masalah serta dapat menjalani kehidupan yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. serta bahagia di dunia dan akhirat.

## 2. Terapi Realitas

Terapi Realitas ialah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri dan orang lain.<sup>7</sup> Terapi realitas bertitik-tolak pada faham dasar bahwa manusia memilih perilakunya sendiri dan karena itu ia bertanggung jawab, bukan hanya terhadap apa yang dilakukan, tetapi juga terhadap apa yang ia pikirkan.

Tujuan terapi realitas adalah untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien, agar ia bisa mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan apabila

---

<sup>6</sup> Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung : CV. Pustaka Setia, 2010), hal. 15.

<sup>7</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2007), hal. 263.

perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.<sup>8</sup>

Jadi terapi realitas merupakan suatu teknik terapi yang mangacu pada tingkah laku sekarang dengan memberikan arahan, konsep dasar, serta pengetahuan yang sesuai dengan keadaan klien agar mampu berfikir jernih kemudian merubah bingkai dirinya yang negatif menjadi positif. Positif bagi dirinya sekarang maupun yang akan datang.

### 3. *Anxiety Disorder*

Kecemasan adalah ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam.<sup>9</sup> *Anxiety Disorder* merupakan gangguan emosional. Rasa tidak aman, kebimbangan memutuskan sesuatu, ketidak matangan atau kurang mampuan dalam menghadapi tuntutan realitas kehidupan.<sup>10</sup> *Anxiety* (kecemasan) ini juga merupakan wujud nyata dari proses emosi yang bercampur baur.

*Anxiety Disorder* (gangguan kecemasan) merupakan suatu gangguan yang memiliki ciri kecemasan dan ketakutan yang tidak realistik juga irrasional, dan tidak dapat secara intensif ditampilkan dalam cara-cara yang jelas.<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : Gunung Mulia, 1996), hal. 241-242.

<sup>9</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung : Pustaka Setia, 2003), hal. 343.

<sup>10</sup> Yusria Ningsih, "*Kesehatan Mental*", Modul Kesehatan Mental.

<sup>11</sup> Sutardjo A. Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung : Refika Aditama, 2005), hal. 69.

Jadi, kecemasan yang dialami seseorang apabila ada sesuatu yang mengganggu diri atau pikirannya itu wajar. Akan tetapi bila seseorang merasa cemas dalam kondisi yang pada dasarnya tidak mengganggu, maka ia mengalami gangguan kecemasan. Ia mengalami ketidak stabilan emosi, yang mana ia merasakan kegelisahan dan kecemasan disaat situasi yang seharusnya senang atau gembira. Seperti halnya meletakkan sesuatu bukan pada tempatnya.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan Kualitatif ialah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara *holistic* dengan cara deskriptif berupa bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.<sup>12</sup>

Jadi pendekatan kualitatif yang penulis gunakan pada penelitian ini digunakan untuk memahami fenomena yang dialami oleh klien secara menyeluruh yang dideskripsikan berupa kata-kata atau bahasa untuk kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip, dan definisi umum.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan ialah Studi Kasus (*Case Study*). Penelitian studi kasus adalah penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari

---

<sup>12</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 6.

keseluruhan atau khas dari keseluruhan personalitas.<sup>13</sup> Pendekatan studi kasus ini sebagai suatu pendekatan dengan memfokuskan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan rinci selama kurun waktu tertentu untuk membantu individu keluar dari permasalahannya.

## 2. Subjek dan Lokasi Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah seorang remaja berumur 20 tahun, yang berprofesi sebagai guru ekstra kaligrafi. Ia mengalami gangguan kecemasan (*Anxiety Disorder*) yang selanjutnya disebut klien.

Lokasi penelitian ini bertempat di Desa Tebel Kecamatan Gedangan Kabupaten Sidoarjo.

## 3. Jenis dan Sumber Data

### a. Jenis Data

Dalam penelitian ini, jenis data yang digunakan adalah bersifat non-statistik, dimana perolehan data dalam bentuk verbal atau deskriptif bukan dalam bentuk angka. Adapun jenis data pada penelitian ini :

- 1) Data Primer, yakni data yang langsung diambil dari sumber pertama lapangan. Dalam data primer ini dapat diperoleh keterangan mengenai latar belakang masalah klien, perilaku atau dampak yang dialami klien, pelaksanaan proses bimbingan dan konseling islam, serta hasil akhir pelaksanaan bimbingan dan konseling islam.

---

<sup>13</sup> Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta : Ghalia Indonesia, ), hal. 63-66.

2) Data Sekunder, yakni data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber yang mendukung perolehan data guna melengkapi data primer.<sup>14</sup> Data diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, kondisi lingkungan klien, riwayat klien, dan perilaku keseharian klien.

b. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Sumber Data Primer, yakni sumber data yang diperoleh peneliti di lapangan berupa informasi secara langsung dari klien sendiri.
- 2) Sumber Data Sekunder, yakni sumber data yang diperoleh dari informan lain guna untuk melengkapi data yang diperoleh peneliti dari sumber data primer. Sumber data sekunder meliputi orang-orang terdekat klien, seperti keluarga, teman, atau tetangga klien.

4. Tahap-tahap Penelitian

Adapun tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu :

a. Rancangan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu menyusun rancangan penelitian. Hal utamanya adalah memahami fenomena yang telah berkembang yang menyangkut tentang gangguan kecemasan (*Anxiety Disorder*). Setelah permasalahan tergambar, maka peneliti membuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian,

---

<sup>14</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial : Format-format Kuantitatif dan Kualitatif*, (Surabaya : Universitas Airlangga, 2001), hal. 128

definisi konsep, dan membuat rancangan data yang diperlukan untuk melakukan penelitian.

b. Memasuki lapangan penelitian

Yang perlu dilakukan saat memasuki lapangan penelitian adalah menjalin keakraban hubungan dengan subyek-subyek penelitian, sehingga akan mempermudah peneliti untuk mendapatkan data. Disamping itu juga, peneliti mempelajari bahasa di lapangan penelitian supaya dapat mempermudah dalam menjalin suatu keakraban.

c. Analisis data

Proses mengorganisasikan data-data kedalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar, yang kemudian menghasilkan tema yang sesuai dengan kenyataan.

5. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu :

a. Observasi

Observasi adalah sebuah cara yang dilakukan untuk mengamati semua tingkah laku yang nampak pada suatu jangka waktu tertentu atau pada suatu tahapan perkembangan tertentu.<sup>15</sup> Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati klien, meliputi : kondisi klien, kegiatan klien, proses konseling yang dilakukan.

---

<sup>15</sup> Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Yogyakarta : Rineka Cipta, 1997), hal. 162.

b. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*Interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*Interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.<sup>16</sup>

Wawancara (*Interview*) merupakan salah satu cara pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengadakan komunikasi dengan sumber data dengan dialog tanya jawab.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dapat berupa tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berupa tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*Life Histories*), biografi, cerita, peraturan, atau kebijakan. Dokumen yang berupa gambar misalnya foto, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berupa karya misalnya karya seni gambar, patung, film, dan lain-lain.<sup>17</sup>

Tabel 1.1. Jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data.

No	Jenis data	Sumber data	TPD
1.	a. Identitas klien b. Pendidikan klien	Klien + Informan	W+O

<sup>16</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 186.

<sup>17</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2008), hal. 329.

	c. Usia klien d. Problem dan gejala yang dialami e. Kondisi keluarga, lingkungan dan ekonomi klien		
2.	Deskripsi tentang konselor	Konselor	D
3.	Proses konseling	Konselor + klien	W
5.	Hasil dari proses konseling terhadap klien	Konselor + klien	O+W

Keterangan :

TPD : Teknik Pengumpulan Data

D : Dokumentasi

O : Observasi

W : Wawancara

## 6. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan mengatur secara sistematis transkrip wawancara, dokumentasi, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain yang diperoleh peneliti saat melakukan pengumpulan data. Analisis data dilakukan dengan menelaah data, memilah-milah dan menjadi satu kesatuan yang dapat dikelola, mencari dan menemukan pola, menentukan apa yang

bermakna dan apa yang penting untuk dipelajari dan dilaporkan secara sistematis.<sup>18</sup>

Teknis analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data diperoleh. Dalam penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif komparatif, yaitu setelah data terkumpul dan dikelola maka langkah berikutnya ialah menganalisa data tersebut. Analisa dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab seorang guru yang sedang mengalami *Anxiety Disorder* dan dampak yang dialami seorang guru yang sedang mengalami *Anxiety Disorder* ini dengan menggunakan analisis deskriptif, selanjutnya analisa proses bimbingan dan konseling islam dalam mengatasi masalah seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* dilakukan dengan analisis deskriptif komparatif, yakni membandingkan pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dilapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi klien sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses bimbingan dan konseling islam.

## 7. Teknik Keabsahan Data

Agar data tersebut benar-benar dapat dipertanggung jawabkan, maka dalam penelitian ini dibutuhkan teknik keabsahan data sehingga peneliti merasa perlu mengadakan keabsahan data tersebut. Dalam penelitian ini peneliti memakai keabsahan data sebagai berikut :

---

<sup>18</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 249.

a. Pengamatan yang intensif

Pengamatan yang intensif ini bermaksud untuk menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang relevan dengan persoalan penelitian. Dengan kata lain, peneliti melakukan penelitian dengan seksama terhadap data-data yang terkait dengan fokus penelitian sehingga data tersebut dapat dipahami dan tidak diragukan.

b. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain untuk keperluan pengecekan atau perbandingan terhadap data. Triangulasi dibedakan menjadi empat macam, yakni :

- 1) Triangulasi data (*data triangulation*) atau triangulasi sumber, adalah penelitian dengan menggunakan berbagai sumber data yang berbeda untuk mengumpulkan data yang sejenis.
- 2) Triangulasi peneliti (*investigator triangulation*), yang dimaksud dengan cara triangulasi ini adalah hasil penelitian baik data ataupun simpulan mengenai bagian tertentu atau keseluruhannya bisa diuji validitasnya dari beberapa peneliti.
- 3) Triangulasi metodologis (*methodological triangulation*), jenis triangulasi ini bisa dilakukan oleh seorang peneliti dengan mengumpulkan data sejenis tetapi dengan menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda.

4) Trianggulasi teoretis (*theoretical triangulation*), Trianggulasi ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan perspektif lebih dari satu teori dalam membahas permasalahan yang dikaji.

c. Dependability

Untuk menghindari kesalahan dalam menyusun hasil penelitian, maka pengumpulan data yang diperoleh di konsultasikan kepada berbagai pihak seperti dosen pembimbing skripsi serta orang yang ahli dalam bidangnya. Hal ini bertujuan agar temuan penelitian dapat dipertahankan (*Dependable*) dan dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah.

d. Confirmability

Konfirmabilitas dalam penelitian dilakukan bersamaan dengan Dependabilitas, perbedaannya terletak pada penilaiannya. Konfirmabilitas dilakukan untuk memberikan nilai hasil penelitian. Berkaitan erat dengan temuan hasil penelitian atau diskusi hasil penelitian. Dengan adanya Dependabilitas dan Konfirmabilitas diharapkan hasil penelitian memenuhi standart penelitian kualitatif, yakni *truth value, applicability, consistency, dan neutrality*.

## **G. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan, maka penulis akan menyajikan pembahasan ke dalam beberapa bab yang sistematika pembahasannya adalah sebagai berikut :

## 1. Bagian Awal

Bagian awal terdiri dari : judul penelitian (sampul), persetujuan pembimbing, pengesahan tim penguji, motto dan persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, daftar isi.

## 2. Bagian Inti

BAB I Pendahuluan. Dalam bab ini membahas tentang Latar belakang masalah, Rumusan masalah, Tujuan penelitian, Manfaat penelitian, Definisi konsep, Metode penelitian, dan Sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka. Dalam bab ini membahas tentang kajian teoritik yang meliputi : Bimbingan dan Konseling Islam yang terdiri : pengertian Bimbingan dan Konseling Islam, tujuan Bimbingan dan Konseling Islam, fungsi Bimbingan dan Konseling Islam, asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam, unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam, prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam, langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam. Terapi realitas, terdiri dari : pengertian Terapi Realitas, tujuan Terapi Realitas, ciri-ciri Terapi Realitas, tehnik-tehnik Terapi Realitas. *Anxiety Disorder*, terdiri dari : pengertian *Anxiety Disorder*, gejala-gejala *Anxiety Disorder*, faktor-faktor penyebab *Anxiety Disorder*, jenis-jenis *Anxiety Disorder*. Serta penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III, Penyajian Data. Dalam bab ini membahas tentang deskripsi umum obyek penelitian dan deskripsi hasil penelitian. Deskripsi umum obyek penelitian membahas tentang pengaturan penelitian yang meliputi deskripsi lokasi penelitian, konselor, klien, dan masalah. Sedangkan deskripsi hasil

penelitian membahas tentang deskripsi faktor penyebab seorang guru mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel, deskripsi dampak yang dialami seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel, deskripsi proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel, serta deskripsi hasil akhir proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel.

BAB IV, Analisis Data. Dalam bab ini memaparkan tentang analisa data tentang faktor penyebab seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel, dampak seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel, proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel., serta hasil bimbingan dan konseling islam dengan terapi Realitas dalam menangani seorang guru yang mengalami *Anxiety Disorder* di Desa Tebel.

BAB V, Penutup. Merupakan bab terakhir dari skripsi yang meliputi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah dilakukan.