

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia hidup di dunia adalah untuk mencari kebahagiaan. Kebahagiaan bisa dalam bentuk pencapaian prestasi dan cita-cita, peningkatan ekonomi dan ketika memiliki keluarga yang bahagia, sejahtera, tenteram, damai, hidup penuh kasih sayang. Dalam kenyataannya, harapan tersebut kadang tercapai dan kadang tidak sesuai dengan realita yang ada. Hal itu dikarenakan berbagai faktor yang mempengaruhi tercapai tidaknya harapan tersebut.<sup>3</sup>

Sepanjang masa hidupnya, manusia hampir pasti tidak lepas dari masalah. Masalah yang biasanya menghinggapi manusia diantaranya, masalah keluarga, masalah karir, masalah kesehatan, masalah pendidikan, masalah ekonomi dan masalah agama.

Keluarga merupakan kelompok sosial yang bersifat langgeng berdasarkan hubungan pernikahan dan hubungan darah. Banyak masyarakat yang ingin mencapai kebahagiaan dengan upaya mewujudkan keluarga sakinah yang saling mengasihi dan menyayangi melalui cara yang berbeda – beda. Setiap keluarga pasti menginginkan setiap anggotanya hidup secara optimal, makmur dan terpenuhi kebutuhannya. Hal ini semua akan tercapai jika semua fungsi-fungsi dalam keluarga terlaksana dengan baik, seperti ayah sebagai pemimpin keluarga yang mengayomi, yang bekerja memenuhi kebutuhan

---

<sup>3</sup> Yulia Singgih D. Gunarsa, *Asas-Asas Psikologi Keluarga Idaman*, Cet.3 (Jakarta: Gunung Mulia, 2002), hal.43.

keluarga, sedangkan ibu berperan menjadi istri yang solehah yang mendidik anak-anaknya di rumah dengan baik.

Seorang anak akan tumbuh dengan optimal jika berada dalam lingkungan keluarga yang setiap anggotanya berfungsi dengan baik. Ayah dan ibu yang tidak bisa menjalankan perannya dengan baik maka akan membuat pertumbuhan dan perkembangan anak menjadi terganggu. Keluarga menjadi tidak berfungsi secara optimal, jika di dalamnya terdapat permasalahan seperti perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, dan salah satu anggotanya mengidap sakit berat seperti gangguan jiwa.

Keluarga yang anggota keluarganya mengalami gangguan jiwa biasanya berada dalam keadaan sangat stres setiap hari. Terkadang keluarga yang merawat penderita sampai melupakan kebutuhan mereka sendiri demi merawat penderita gangguan jiwa. Keluarga yang salah satu anggota keluarganya mengalami gangguan jiwa dari hari ke hari selalu merasakan kekhawatiran, mereka menyimpan momen-momen yang berharga untuk anggota keluarga lain, menghabiskan dan merampas energi. Keluarga yang salah satu anggota keluarganya mengalami gangguan jiwa biasanya akan merasa rendah diri, merasa terisolasi, merasa bahwa keluarganya ini menjadi bahan cemoohan orang-orang sekitar.

Lingkungan keluarga pun bisa menjadi penyebab timbulnya depresi. Seorang anak yang orang tuanya mengalami gangguan jiwa biasanya berada pada kondisi stres, merasa rendah diri, apalagi anak tersebut dalam masa remaja. Masa remaja adalah masa pemberontakan, percobaan tingkah laku,

masa kekalutan emosi dan sensitivitas yang tinggi. Tidak jarang pula ditemui bahwa orang-orang mengalami stres dan depresi disebabkan oleh kegagalan mereka untuk melakukan penyesuaian diri dengan kondisi yang penuh tekanan. Depresi biasanya terjadi saat stres yang dialami oleh seseorang tidak kunjung reda dan depresi yang dialami berkorelasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang.<sup>4</sup> Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Berawal dari stres yang tidak diatasi, maka seseorang bisa jatuh ke fase depresi.

Seorang remaja yang mengalami depresi, biasanya ditandai dengan ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga ia akan memisahkan diri dari pergaulan masyarakat atau dengan teman. Martin Seligman dengan teori belajarnya menjelaskan bahwa depresi disebabkan oleh adanya suatu perasaan tidak berdaya yang dipelajari. Individu belajar dan terkondisi untuk merasa tidak berdaya dan mengendalikan situasi-situasi menekan, sebagai akibat dari kegagalannya mengatasi masalah-masalah sebelumnya yang terjadi berulang-ulang. Kecemasan merupakan respon awal terhadap situasi yang penuh stres, sehingga apabila ada individu tiba pada anggapan bahwa situasi tersebut sudah tidak terkendali, rasa cemas itu kemudian berkembang menjadi depresi.<sup>5</sup> Individu yang terkena depresi pada umumnya menunjukkan gejala psikis, gejala fisik dan sosial yang khas seperti murung, sedih berkepanjangan, sensitif, mudah marah, dan tersinggung, hilang semangat kerja, hilangnya rasa percaya diri dan menurunnya daya tahan.

---

<sup>4</sup> Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer* (Malang: UIN Malang Press, 2009), hal. 183.

<sup>5</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi : Tinjauan Psikologis* (Jakarta: Kencana, 2009), hal. 90.

Begitu pula dengan studi kasus pada penelitian ini, tidak berbeda jauh dengan pembahasan di atas yaitu seorang remaja yang mengalami depresi. Sebut saja remaja ini bernama Muhammad Edi (nama samaran) yang sekarang berusia 17 tahun. Ketika duduk di bangku Sekolah Dasar, Edi tergolong anak yang aktif dan ceria. Namun, ketika Edi duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama, Edi berubah menjadi remaja yang pendiam, pemurung, dan tidak suka melibatkan diri dengan orang lain. Perubahan ini terjadi ketika ibunya mengalami sakit gangguan jiwa. Seorang anak yang orang tuanya mengalami gangguan jiwa biasanya berada pada kondisi stres. Edi kehilangan kasih sayang dari seorang ibu, ayahnya merangkap peran menjadi ayah sekaligus seorang ibu, dan Edi sering diejek teman-temannya, bahwa dirinya memiliki orang tua yang gila. Hal ini berlangsung secara terus menerus sehingga ketika kelas 3 SMP, Edi tidak mau sekolah atau berhenti dari sekolah. Edi menjadi remaja yang sensitif. Sekarang Edi hanya menjadi remaja rumahan, aktivitas yang dilakukan hanya aktivitas dirumah seperti menonton tivi dan tidur, Edi tidak pernah keluar dari rumah, suka menyendiri, mudah tersinggung, dan jika marah suka membanting perabotan rumah. Untuk itulah, berangkat dari realita sosial itu peneliti merasa perlunya mengkaji masalah tersebut lebih dalam. Di samping itu, peneliti juga tergugah untuk melakukan pemberian Bimbingan dan Konseling Islam kepada konseli tersebut. Pemberian konseling diharapkan sebagai proses mengatasi masalah - masalah konseli sehingga membantu untuk berkembang ke arah yang lebih baik dan membantu konseli agar mau mengejar ketertinggalan dalam belajar.

Setelah melihat fenomena di atas, peneliti tertarik ingin mengangkat judul: **“BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI SILATURAHMI PADA SEORANG REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI DI DESA SEMBAYAT KABUPATEN GRESIK”**

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik?
2. Bagaimana hasil akhir pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik?

#### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.
2. Untuk mengetahui hasil akhir pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.

#### **D. Manfaat penelitian**

Dengan adanya penelitian ini, untuk dapat menjadi catatan akademis yang ilmiah maka peneliti berharap akan munculnya pemanfaatan dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya, antara lain sebagai berikut:

## 1. Manfaat teoritis

Dalam penelitian ini peneliti bisa mengembangkan teori-teori Bimbingan Dan Konseling islam serta bisa memadukan antara teori dengan praktek dan bisa menambah wawasan media pustaka bagi Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam khususnya, umumnya bagi mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan juga sebagai referensi dalam suatu penelitian yang akan datang.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu proses pemberian konseling yang efektif sekaligus untuk menambah pengetahuan bagi konselor dalam menangani remaja yang mengalami depresi.

## E. Definisi Konsep

Dalam pembahasan ini perlulah kiranya peneliti membatasi dari sejumlah konsep yang diajukan dalam penelitian dengan judul “**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI SILATURAHMI PADA SEORANG REMAJA YANG MENGALAMI DEPRESI DI DESA SEMBAYAT KABUPATEN GRESIK**” agar tidak terjadi kesamaan interpretasi dan terhindar dari kesalahpahaman makna serta dapat memudahkan dalam mempelajari isi, maksud dan tujuan penelitian skripsi ini. Adapun definisi konsep dari penelitian ini adalah :

## 1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam Al-Qur'an dan hadits Rasulullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan Al-Qur'an dan hadits.<sup>6</sup>

## 2. Silaturahmi

Silaturahmi adalah hubungan persaudaraan yang terikat atas dasar kebersamaan, persaudaraan, saling mengasihi, melindungi, sehingga rahmat Allah menyertai di tengah ikatan persaudaraan itu.<sup>7</sup>

Terapi silaturahmi merupakan suatu upaya dalam mengatasi stres dan depresi. Dalam mengkaji terapi silaturahmi, Dadang Hawari berpendapat:

Manusia adalah makhluk sosial. Anda tidak dapat hidup menyendiri. Sebaiknya anda banyak bergaul, banyak relasi, banyak teman, dan jangan menarik diri dari pergaulan sosial. Dari sekian banyak sahabat dan kenalan, tentu ada yang lebih akrab, kepada siapa anda dapat bertukar pikiran mengenai hal-hal yang sifatnya pribadi, perbanyaklah silaturahmi. Dalam hidup ini anda memerlukan orang dimana anda mengeluarkan segala uneg-uneg ataupun apa saja yang dapat menimbulkan ketegangan jiwa anda.<sup>8</sup>

Terapi silaturahmi merupakan suatu upaya seseorang untuk menanamkan dan menumbuhkan rasa persaudaraan yang mendalam sehingga dapat saling mengetahui, memahami masalah yang dihadapi antar sesama sehingga konselor bisa berbagi dan merasakan apa yang dialami

---

<sup>6</sup> Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23.

<sup>7</sup> Fatihuddin, *Dahsyatnya Silaturahmi* (Jakarta: Delta Prima Press, 2010), hal. 13.

<sup>8</sup> Dadang Hawari, *Al Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1996), hal. 81.

antar sesama dan bisa memberikan masukan atau nasihat dan motivasi agar keadaan yang sulit bisa dilaluinya dengan lapang dada.

### 3. Depresi

Depresi adalah suatu perasaan sendu atau sedih yang biasanya disertai dengan di perlambatnya gerak dan fungsi tubuh. Mulai dari perasaan murung sedikit sampai pada keadaan tak berdaya. Depresi adalah gangguan perasaan (afek) yang di tandai dengan afek disforik (kehilangan kegembiraan/gairah) di sertai dengan gejala-gejala lain.

Depresi biasanya terjadi saat stres yang di alami oleh seseorang tidak kunjung reda dan depresi yang di alami berkolerasi dengan kejadian dramatis yang baru saja terjadi atau menimpa seseorang.<sup>9</sup>

Dari beberapa definisi di atas maka dapat di simpulkan bahwa yang di namakan depresi adalah suatu bentuk gangguan kejiwaan pada seseorang yang di sertai dengan adanya gejala-gejala dan tanda-tanda spesifik yang mengganggu kewajaran sikap dan tindakan seseorang atau pengurangan aktifitas fisik, maupun mental dan kesukaran dalam berfikir.

## **F. Metode Penelitian**

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.

### 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kualitatif.

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan

---

<sup>9</sup> Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan Psikologi* hal. 12-13.

pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif.<sup>10</sup>

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan data - data yang didapatkan adalah data kualitatif berupa kata – kata atau tulisan tidak berbentuk angka dan untuk mengetahui serta memahami fenomena secara terinci mendalam dan menyeluruh.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah uraian dan penjelasan komprehensif mengenai berbagai aspek seorang individu, suatu kelompok, suatu organisasi (komunitas) atau situasi sosial. Peneliti studi kasus berupaya menelaah sebanyak mungkin data mengenai subyek yang diteliti.<sup>11</sup>

## 2. Sasaran dan lokasi Penelitian

Sehubungan dengan penelitian yang sifatnya studi kasus yang mana melibatkan satu orang, maka penelitian ini tidak menggunakan sampel atau populasi. Jadi, hanya berdasarkan atas pengenalan diri konseli dengan cara mempelajari dan mendalami perkembangan konseli secara terperinci.

Subyek dalam penelitian ini adalah seorang remaja yang mengalami depresi yang selanjutnya disebut konseli. Lokasi penelitian ini bertempat di Desa Sembayat Kabupaten Gresik

---

<sup>10</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Alfabeta : Bandung, 2009), hal. 9.

<sup>11</sup> Deddy Mulyana, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2002), hal. 201.

### 3. Jenis dan Sumber Data

#### a. Jenis data

Jenis data yang di gunakan adalah data yang bersifat non statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk kata verbal bukan dalam bentuk angka.

Adapun jenis data pada penelitian ini ada dua yaitu data tak tertulis dan data tertulis.

##### 1) Data tak tertulis

Data tak tertulis berupa kata-kata dan tindakan dari konseli. Kata-kata tindakan orang-orang yang diteliti dan diwawancarai merupakan sumber utama, pada penelitian ini peneliti melakukan pencatatan sumber data utama melalui pengamatan, wawancara dengan konseli yaitu Muhammad Edi, dan orang-orang yang terdekat dengan konseli yakni keluarganya dan teman dekatnya yang berperan sebagai informan dalam penelitian ini.

Peneliti menulis semua kata-kata dan tindakan dari para informan dalam kehidupan sehari-hari yang kemudian diproses menjadi data yang akurat.

##### 2) Data tertulis

Data tertulis merupakan jenis data kedua yang tidak dapat diabaikan bila dilihat dari segi sumber data. Sumber tertulis bisa berupa dokumentasi atau arsip yang ada berupa foto.

Peneliti akan mengambil data tertulis berupa foto Edi, foto kondisi rumah konseli, foto teman dekat konseli yang akan dijadikan alat perantara dalam pelaksanaan terapi dan foto kondisi keluarga konseli

#### b. Sumber Data

Untuk mendapatkan keterangan, peneliti mendapatkannya dari sumber data atau informan. Yang dimaksud dengan sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh.<sup>12</sup>

Adapun sumber data dari penelitian ini dibagi menjadi 2 yaitu:

##### 1) Sumber data Primer

Sumber data primer yaitu data yang langsung diambil dari sumber pertama di lapangan. Adapun yang menjadi sumber data primernya adalah informasi langsung dari konseli itu sendiri yaitu Muhammad Edi, serta didapat dari peneliti sebagai konselor, yakni hasil wawancara peneliti dengan konseli dan mengamati secara langsung gejala-gejala yang tampak pada diri konseli.

##### 2) Sumber data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.<sup>13</sup> Sumber ini peneliti peroleh dari informan seperti: keluarga konseli dan teman dekat konseli. Sumber data sekunder ini bertujuan untuk mengamati

---

<sup>12</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006), hal. 129.

<sup>13</sup>Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif Dan Kualitatif* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hal. 128.

tingkah laku konseli secara tidak langsung melalui sudut pandang mereka.

#### 4. Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan 3 tahapan sebagaimana yang ditulis dalam bukunya Lexy. J. Moleong antara lain<sup>14</sup>:

##### a. Tahap pra lapangan

Tahap ini digunakan untuk menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, mengurus perizinan, menjajaki dan menilai keadaan lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan dan persoalan etika penelitian dilapangan. Semua itu digunakan peneliti untuk memperoleh secara global tentang obyek penelitian yang akhirnya menghasilkan rencana penelitian bagi peneliti selanjutnya.

Pada tahap ini, peneliti membaca fenomena yang ada di masyarakat dan memilih satu penelitian tentang Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi depresi seorang remaja. Peneliti juga mempersiapkan perlengkapan penelitian seperti pedoman wawancara, pedoman observasi, jadwal penelitian, kamera foto.

##### b. Tahap pekerjaan lapangan

Uraian tentang tahap pekerjaan dilapangan dibagi atas tiga bagian yaitu, peneliti memahami penelitian, mempersiapkan diri memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data yang ada di

---

<sup>14</sup> Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 127.

lapangan. Di sini, peneliti menindaklanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang dapat diteliti dengan cara mengumpulkan data - data hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan.

Pada tahap ini, konselor melakukan suatu hubungan yang baik dengan konseli. Dengan demikian konseli akan merasa nyaman, percaya dan terbuka dengan konselor sehingga konseli akan sukarela dalam memberikan data yang diperlukan konselor. Konselor juga mengumpulkan data yang ada dilapangan yakni data-data dari hasil wawancara dengan keluarga konseli dan teman dekat konseli. Setelah data-data terkumpul maka konselor bisa melakukan tahapan konseling seperti identifikasi, diagnosis, prognosis, treatment dan evaluasi.

c. Tahap analisis data

Dalam tahap ini, peneliti menganalisa data yang telah di dapatkan dari lapangan yakni dengan menggambarkan atau menguraikan masalah yang ada sesuai dengan kenyataan. Menganalisis data merupakan suatu proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar. Setelah peneliti mendapatkan data dari lapangan, peneliti mengadakan pengecekan atau mulai melakukan proses analisis terhadap hasil temuan guna menghasilkan pemahaman terhadap data.

Pada tahap ini, konselor menganalisis data yang sudah diperoleh dari lapangan, diantaranya faktor penyebab depresi, gejala depresi, pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi

dalam mengatasi depresi, hasil dari pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi dalam mengatasi depresi.

## 5. Teknik Pengumpulan Data

Yang dimaksud pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang di perlukan. Teknik ini dibutuhkan dalam penelitian untuk dapat memudahkan dalam memperoleh data yang berhubungan dengan masalah penelitian yang ingin diselesaikan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### a. Wawancara (*Interview*)

Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.<sup>15</sup> Wawancara dilakukan secara efektif, bisa dengan menggunakan bahasa yang jelas, terarah, sesuai yang di harapkan dalam suasana yang santai agar data yang di peroleh obyektif dan di percaya.

Adapun hal-hal yang di wawancarai diantaranya tentang riwayat hidup konseli, kondisi keluarga konseli, penyebab depresi, kondisi konseli sebelum dan ketika mengalami depresi.

### b. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang di lakukan secara sistematis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala yang diselidiki. Observasi ini berfungsi untuk memperoleh

---

<sup>15</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, hal. 231.

gambaran, pengetahuan serta pemahaman mengenai data konseli dan untuk menunjang serta melengkapi bahan-bahan yang diperoleh melalui interview.<sup>16</sup>

Adapun hal-hal yang di observasi adalah tingkah laku konseli, hubungan konseli dengan keluarga, hubungan konseli dengan masyarakat, hubungan konseli dengan teman sebayanya, dan gejala-gejala depresi pada konseli.

Dari hasil observasi itulah dapat diperoleh gambaran yang lebih jelas tentang masalah dan petunjuk – petunjuk tentang cara memecahkan. Teknik ini digunakan untuk mengungkap data tentang kehidupan sehari – hari konseli, melalui dari cara berkomunikasi, bertingkah laku, serta hubungan dengan keluarga dan masyarakat.

#### c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik yang dilakukan dengan mencari data mengenai hal – hal yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, agenda, catatan harian dan sebagainya.<sup>17</sup> Di mana teknik ini akan dipakai dalam mengumpulkan data tentang keadaan lokasi penelitian, keadaan konseli, serta catatan - catatan konselor sewaktu menjalankan konseling.

---

<sup>16</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2000), hal. 153.

<sup>17</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*, hal. 200.

Untuk lebih jelasnya perhatikan tabel berikut ini:

Tabel I.1

Jenis Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1.	Gambaran tentang lokasi penelitian	Sekunder	W+D+O
2.	Deskripsi tentang konselor, konseli, dan masalah	Primer + sekunder	W+D+O
3.	Perilaku konseli sebelum konseling	Primer +sekunder	O+W
4.	Proses konseling	Primer	W
5.	Hasil dari proses konseling terhadap konseli	Primer +sekunder	O+W

Keterangan:

TPD : Teknik Pengumpulan Data

O : Observasi

W : Wawancara

D : Dokumentasi

## 6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun orang lain.<sup>18</sup>

Teknik analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data sudah diperoleh. Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kualitatif, yaitu dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki, dengan

---

<sup>18</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, hal.244.

menggambarkan atau melukiskan keadaan objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang nampak atau sebagaimana adanya.<sup>19</sup> Analisa yang dilakukan untuk mengetahui proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik serta hasil dari proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.

#### 7. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian kualitatif tidak menjamin pelaksanaan penelitian akan mendapatkan hasil yang optimal, kesalahan pada peneliti juga besar kemungkinan akan terjadi. Dalam hal ini, peneliti menganalisa data langsung di lapangan untuk menghindari kesalahan pada data – data tersebut. Maka dari itu, untuk mendapatkan hasil yang optimal peneliti perlu memikirkan keabsahan data yaitu:

##### a. Perpanjangan Keikutsertaan

Yaitu lamanya waktu keikutsertaan penelitian dalam pengumpulan data serta dalam meningkatkan derajat kepercayaan data yang dilakukan dalam waktu yang relatif panjang. Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data.

Peneliti tinggal di lapangan penelitian sampai kejenuhan pengumpulan data. Peneliti melakukan penelitian selama satu setengah

---

<sup>19</sup> Hadari Nawawi, Dkk, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996), hal. 73.

bulan yaitu mulai tanggal 5 Mei 2013 sampai 21 Juni 2013. Peneliti melakukan terapi silaturahmi, seminggu sekali selama proses penelitian.

b. Ketekunan Pengamatan

Bermaksud menentukan ciri – ciri dan unsur – unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan pada hal – hal tersebut secara rinci. Ketekunan pengamatan sangat diperlukan dalam sebuah penelitian agar data yang diperoleh bisa dipertanggungjawabkan dan dapat diuji kebenarannya.

Peneliti memahami situasi kondisi dan perilaku yang dilakukan konseli, peneliti menelaah kembali data-data yang terkait dengan fokus penelitian, sehingga data tersebut dapat difahami dan tidak diragukan.

c. Triangulasi

Suatu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Di luar data tersebut, untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut. Triangulasi berarti cara terbaik untuk menghilangkan perbedaan – perbedaan konstitusi kenyataan yang ada dalam konteks suatu studi sewaktu pengumpulan data tentang berbagai kejadian dan hubungan dari berbagai pandangan kata lain peneliti dapat mengecek temuannya dengan membandingkan dengan berbagai sumber metode atau teori.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hal 330.

Peneliti melakukan triangulasi dengan menggunakan beberapa sumber untuk mengumpulkan data dengan permasalahan yang sama. Hal ini dapat dilakukan dengan:

- 1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- 2) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang.

Peneliti juga melakukan triangulasi melalui beberapa metode atau teknik pengumpulan data yang dipakai. Hal ini berarti bahwa pada satu kesempatan peneliti menggunakan teknik wawancara, teknik observasi dan dokumentasi.

#### **G. Sistematika Pembahasan**

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

##### 1. Bagian awal

Dalam bagian awal ini berisi tentang: judul penelitian (sampul), persetujuan pembimbing, pengesahan tim penguji, motto, persembahan, pernyataan otentisitas skripsi, abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel.

##### 2. Bagian inti

Bab I Pendahuluan. Dalam bab ini membahas tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian, serta sistematika pembahasan.

Bab II Tinjauan Pustaka. Dalam bab ini membahas tentang kajian teoretik yang di jelaskan dengan mencantumkan referensi untuk menelaah objek kajian yang meliputi: Bimbingan dan Konseling Islam, terdiri dari: pengertian Bimbingan dan Konseling Islam, tujuan Bimbingan dan Konseling Islam, fungsi Bimbingan dan Konseling Islam, prinsip Bimbingan dan Konseling Islam, langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam, unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam. Silaturahmi meliputi: pengertian silaturahmi, keistimewaan silaturahmi. Depresi meliputi: pengertian depresi, gejala depresi, ciri-ciri depresi, faktor – faktor pemicu depresi. Juga membahas tentang penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III Penyajian Data. Yang membahas tentang deskripsi umum objek penelitian dan deskripsi hasil penelitian. Deskripsi umum objek penelitian membahas tentang setting penelitian yang meliputi deskripsi lokasi, konselor, konseli, dan masalah, Deskripsi proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik, deskripsi hasil penelitian pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.

Bab IV Analisis Data. Pada bab ini memaparkan tentang analisa data dari analisis proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam, anáalisis keberhasilan Bimbingan dan Konseling Islam, anáalisis data tentang pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada

seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.

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

### 3. Bagian akhir

Dalam bagian akhir ini berisi tentang daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan biodata peneliti.