

## **BAB IV**

### **ANALISA DATA**

#### **A. Analisis Tentang Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Silaturahmi pada Seorang Remaja yang Mengalami Depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.**

Dalam proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi yang telah dilakukan oleh konselor ini menggunakan langkah-langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, terapi, dan evaluasi atau follow up. Analisa tersebut menggunakan analisis deskriptif kualitatif sehingga peneliti mendeskripsikan dari data-data yang terjadi di lapangan.

Yang dilakukan konselor dalam menangani remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik yaitu konselor mulai melakukan pendekatan kepada konseli, teman dekat konseli dan keluarga konseli. Konselor membangun hubungan baik dengan konseli agar bisa berkomunikasi dengan baik dengan melakukan silaturahmi ke rumah konseli. Konselor tidak langsung memfokuskan pembicaraan pada kasusnya terlebih dahulu, tetapi konselor menggunakan pembicaraan yang sifatnya netral (bertanya tentang kabarnya) dan membuka pembicaraan terlebih dahulu (Edi kok sekarang tidak pernah main kerumahnya mbak Novi?). Setelah itu konselor mulai menggali permasalahan. Dalam hal ini termasuk langkah awal konseling mengenal dan mendefinisikan masalah beserta gejala-gejala yang nampak.

Konselor menentukan langkah-langkah proses Bimbingan dan Konseling Islam, agar proses konseling bisa terarah dan jelas. Berikut ini langkah-

langkahnya proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.

#### 1. Identifikasi masalah konseli

Langkah ini untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak pada konseli. Dalam hal ini konselor tidak hanya melakukan wawancara dengan konseli akan tetapi juga melakukan wawancara dengan teman dekat konseli dan keluarga konseli guna untuk mencari informasi tentang masalah dan gejala-gejala yang sedang dialami oleh konseli.

Dalam identifikasi masalah ini membutuhkan waktu yang agak lama agar tidak ada kekeliruan dalam menentukan masalah konseli. Makanya dalam identifikasi masalah konseli ini, konselor bertanya atau melakukan wawancara dengan teman dekat konseli dan juga keluarga konseli untuk mencari data-data yang terkait dengan masalah konseli. Dari hasil wawancara dengan konseli, teman dekat konseli dan keluarga konseli maka dapat diperoleh gejala-gejala yang dialami konseli, yaitu:

- a. Pemurung
- b. Memandang diri rendah
- c. Pesimis
- d. Mudah terasa haru, sedih.
- e. Enggan berbicara
- f. Cemas, khawatir, takut
- g. Tidak ada kepercayaan diri

- h. Suka menarik diri, pemalu dan pendiam (introvet)
- i. Lebih suka menyisihkan diri, tidak suka bergaul, pergaulan sosial amat terbatas.
- j. Lebih suka menjaga jarak, menghindari keterlibatan dengan orang lain.

## 2. Diagnosa

Setelah identifikasi masalah konseli, langkah selanjutnya yaitu diagnosa. Langkah ini untuk menetapkan permasalahan yang dihadapi konseli. Dalam hal ini konselor menetapkan masalah konseli setelah mencari data-data dari sumber yang dipercaya.

Dari hasil identifikasi masalah konseli, masalah yang sedang dialami konseli yaitu depresi. Depresi yang dialami konseli ini dikarenakan dua faktor, yakni faktor keluarga dan faktor lingkungan atau teman. Faktor keluarga yakni, konseli merasa sedih dengan kondisi ibunya yang sedang sakit, ibunya yang sering ngomel dan bicara sendiri tanpa ada yang mengajak, konseli yang kehilangan kasih sayang seorang ibu. Sedangkan faktor lingkungan atau teman yakni, konseli sering diejek oleh temannya kalau dirinya memiliki seorang ibu yang menderita gangguan jiwa.

## 3. Prognosa

Setelah konselor menetapkan masalah konseli, langkah selanjutnya yaitu prognosa. Langkah ini untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan masalah konseli agar proses konseling berjalan secara maksimal.

Setelah melihat permasalahan konseli, konselor memberikan terapi silaturahmi kepada konseli, karena melihat kondisi pribadi konseli yang dirasa terapi ini sangat sesuai dengan konseli, karena dengan kunjung mengunjungi maka konselor bisa menanamkan dan menumbuhkan rasa persaudaraan yang mendalam sehingga dapat saling mengetahui, memahami dan tolong menolong antar sesama. Dalam terapi silaturahmi ini, konselor sering bersilaturahmi ke rumah konseli. Konselor juga meminta bantuan teman dekat konseli untuk turut serta dalam bersilaturahmi dan memberikan bantuan kepada konseli agar bisa keluar dari permasalahan yang dihadapi.

#### 4. Terapi

Setelah konselor menetapkan terapi yang sesuai dengan masalah konseli, langkah selanjutnya adalah langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan dalam langkah prognosa. Dalam hal ini konselor mulai memberi bantuan dengan jenis terapi yang sudah ditentukan. Hal ini sangatlah penting di dalam proses konseling karena langkah ini menentukan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu masalah konseli.

Dalam memberikan bantuan kepada konseli, konselor memakai terapi silaturahmi. Yang mana terapi silaturahmi ini bukan sekedar kunjung mengunjungi, akan tetapi yang lebih penting adalah upaya seseorang yang bersilaturahmi untuk menanamkan dan menumbuhkan rasa persaudaraan yang mendalam sehingga dapat saling mengetahui, memahami dan tolong menolong antar sesama. Dalam terapi ini, konselor memberikan sesuatu yang paling baik yang dimilikinya kepada orang-orang yang membutuhkan.

konselor mendatangi mereka dengan wajah yang ceria, murah senyum, sekaligus memberikan masukan-masukan dan nasihat-nasihat yang datang dari kedalaman hati. Konselor mengajak konseli berbagi sehingga konselor bisa merasakan bagaimana penderitaan atau masalah konseli. Konselor memotivasi agar keadaan yang sulit bisa dilalui konseli dengan lapang dada.

Langkah keempat atau treatment merupakan tindakan untuk perubahan, yaitu:

- a. Konselor sering bersilaturahmi ke rumah konseli. Dengan kedatangan konselor ini maka konseli tidak selalu murung, menyisihkan diri di rumah dan agar konseli bisa belajar terlibat dengan orang lain.
- b. Konselor meminta bantuan teman dekat konseli untuk turut serta dalam memberikan bantuan kepada konseli agar bisa keluar dari permasalahan yang dihadapi. Konselor mengajak teman dekat konseli bersilaturahmi ke rumah konseli, dengan tujuan bahwa biasanya remaja memiliki kecenderungan untuk berbagi rasa dengan teman sebaya. Teman dekat konseli bersilaturahmi ke rumah konseli, pada saat bersilaturahmi teman dekat konseli mengajak konseli berbicara atau ngobrol, bercanda, dan mengajak konseli keluar rumah. Dari hasil kunjungan teman dekat konseli ini maka dapat dilihat perubahan yang terjadi pada konseli yaitu konseli bisa tersenyum, tertawa dan mau keluar rumah.
- c. Dengan kondisi konseli yang enggan berbicara, introvet, maka konselor mengajak konseli berbicara atau ngobrol secara terus menerus meskipun

konseli tidak menjawab tapi lama kelamaan konseli akan terbuka atau sudah mau berbicara lagi.

- d. Konselor berusaha menyadarkan konseli untuk bisa menerima kenyataan bahwa ibunya sedang sakit gangguan jiwa. Konselor juga memotivasi konseli bahwa semua itu Allah yang menentukan dan harus bisa menerima dengan ikhlas dalam menerima kondisi keluarganya.
- e. Konselor berusaha menyadarkan konseli tentang pentingnya bersekolah. Hal ini dimaksudkan agar konseli mau bersekolah lagi.
- f. Konselor berusaha menghilangkan kondisi pesimis pada diri konseli dalam melanjutkan sekolahnya dengan memberi informasi dan saran kepada konseli.

#### 5. Follow up atau evaluasi

Setelah konselor memberi terapi kepada konseli, langkah selanjutnya adalah *Follow Up*. Yang dimaksudkan disini yaitu untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow Up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.

Dalam meninjau lanjuti masalah ini konselor melakukan home visit sebagai upaya dalam melakukan peninjauan lebih lanjut tentang perkembangan atau perubahan yang dialami oleh konseli setelah konseling dilakukan. Disini dapat diketahui bahwa terdapat perkembangan atau perubahan pada diri konseli, yakni:

- a. Konseli sudah mulai mau menerima kondisi ibunya yang sedang sakit meskipun kadang-kadang dia merasa rendah diri, dan pesimis dengan masa depannya.
- b. Konseli terlihat ceria, sudah tidak murung, dan tidak merasa khawatir atau sedih.
- c. Konseli mulai terbuka, tidak pemalu.
- d. Konseli sudah tidak menjaga jarak dan tidak menghindar dari keterlibatan dengan orang lain. Konseli sudah mau keluar rumah dan bergaul dengan teman-temannya.

**B. Analisis Data Tentang Hasil Akhir Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Silaturahmi pada Seorang Remaja yang Mengalami Depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik.**

Untuk lebih jelas tentang analisis data hasil akhir proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam yang dilakukan dari awal konseling hingga tahap akhir proses konseling, apakah ada perubahan perilaku pada diri konseli antara sebelum dan sesudah dilaksanakan Bimbingan dan Konseling Islam dapat digambarkan pada tabel di bawah ini :

**Tabel 4.1**

**Gejala yang nampak pada diri konseli sebelum dan sesudah konseling**

No.	Gejala yang ditampakkan konseli	Sebelum konseling			Sesudah konseling		
		S	J	T	S	J	T
1.	Pemurung	✓					✓
2.	Memandang diri rendah	✓				✓	
3.	Pesimis	✓				✓	
4.	Mudah terasa haru, sedih, menangis		✓				✓
5.	Enggan berbicara	✓					✓
6.	Cemas, khawatir, takut	✓				✓	
7.	Tidak ada kepercayaan diri	✓				✓	
8.	Suka menarik diri, pemalu dan pendiam (introvet)	✓					✓
9	Lebih suka menyisihkan diri, tidak suka bergaul, pergaulan sosial amat terbatas.	✓					✓
10	Lebih suka menjaga jarak, menghindari keterlibatan dengan orang lain.	✓					✓

Keterangan :

- S : Sering
- J : Jarang
- T : Tidak pernah

Melihat dari tabel diatas, keadaan konseli yang semula sering murung dan melamun sehingga dia lebih suka menyisihkan diri, tidak suka bergaul, lebih suka menjaga jarak, menghindari keterlibatan dengan orang lain dan pemalu. Setelah mendapatkan proses konseling dengan terapi silaturahmi maka sudah nampak perubahannya. Konseli lebih terlihat ceria, mulai mau menerima kondisi ibunya yang sedang sakit meskipun kadang-kadang dia merasa rendah diri, dan pesimis dengan masa depannya.

Dari hasil analisis tersebut diatas maka diketahui bahwa pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik yang dilakukan



oleh konselor cukup berhasil, karena sebagian besar kriteria keberhasilan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi terpenuhi.

Sedangkan untuk memperkuat keberhasilan Bimbingan dan Konseling Islam tersebut, maka peneliti menggunakan pedoman persentase perubahan perilaku dengan kriteria sebagai berikut :

1. 75% - 100% : Berhasil
2. 60% - 75 % : Cukup Berhasil
3. Kurang dari 60% : Kurang Berhasil<sup>56</sup>

Tabel analisis keberhasilan Bimbingan dan Konseling Islam diatas dengan gejala sebelum dan sesudah proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dapat diketahui sebagai berikut :

1. Gejala yang sering dilakukan : 0 point
2. Gejala yang kadang-kadang dilakukan : 4 point
3. Gejala yang tidak pernah dilakukan : 6 point

$$0/10 \times 100\% = 0\%$$

$$4/10 \times 100\% = 40 \%$$

$$6/10 \times 100\% = 60 \%$$

Berdasarkan prosentase dari hasil di atas dapat diketahui bahwa “hasil Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi pada seorang remaja yang mengalami depresi di Desa Sembayat Kabupaten Gresik dikategorikan cukup berhasil (60% - 75%). Hal itu dapat dilihat dari perhitungan prosentase adalah 60%.

---

<sup>56</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, hal. 210.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa dalam pemberian Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi silaturahmi yang dilakukan konselor dapat dikatakan cukup berhasil karena pada awalnya ada sepuluh gejala yang dialami konseli sebelum proses konseling akan tetapi sesudah proses konseling enam gejala itu tidak lagi dilakukan oleh konseli dan empat gejala yang masih dilakukan oleh konseli serta satu gejala terkadang masih dilakukan.