

## BAB III

### PENYAJIAN DATA

#### A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

##### 1. Deskripsi Objek Penelitian

###### a. Letak Geografi

Kelurahan Tambakromo merupakan kelurahan yang terletak di Kecamatan Cepu, Kabupaten Blora. Batas-batas kelurahan Tambakromo adalah sebagai berikut :

Sebelah Utara : Kelurahan Cepu

Sebelah Selatan : Desa Mulyorejo

Sebelah Barat : Kelurahan Balun

Sebelah Timur : Kecamatan Sambong

###### b. Demografi

Masyarakat di kelurahan tambakromo ini tergolong lingkungan yang padat penduduk. Jumlah penduduk di kelurahan tambakromo terhitung sampai saat ini sebanyak  $\pm 6.725$  orang, dengan rincian sebagai berikut:

Jumlah Laki-laki : 3.358 orang

Jumlah Perempuan : 3.367 orang

###### c. Sarana Sosial

###### 1) Jumlah Sekolah

Taman Kanak-kanak (TK) : 3 Unit

Sekolah Dasar (SD) : 2 Unit

Sekolah Menengah Pertama (SMP) : 1 Unit

Madrasah Islamiyah (MI) : 1 Unit

Madrasah Tsanawiyah (MTS) : 1 Unit

2) Jumlah Tempat Ibadah

Masjid : 4 Buah

Mushola : 19 Buah

3) Sarana Kesehatan

Poloklinik : 1 Unit

Dokter/ Perawat : 2 Orang

Bidan : 3 Orang<sup>55</sup>

2. Deskripsi Konselor

Konselor adalah pembimbing atau orang yang membantu individu mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya, dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimilikinya.

Konselor dalam hal ini adalah seorang mahasiswa IAIN Sunan Ampel Surabaya Jurusan BKI (Bimbingan dan Konseling Islam) dalam pengertian peneliti juga sebagai konselor yang ingin membantu memecahkan masalah klien atau objek yang diteliti.

Adapun biodata konselor pada konseling islam dalam mengatasi seorang ibu yang minder mempunyai anak cacat fisik :

Nama : Kristin Ratna Dewi

---

<sup>55</sup> Dokumantasi Kelurahan Tambakromo pada hari Selasa tanggal 14 Mei 2013

Tempat, tanggal lahir : Blora, 23 September 1991

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Pendidikan : Mahasiswi IAIN Sunan Ampel Surabaya,  
Semester VIII.

Riwayat pendidikan

TK : TK Dewi Sartika, Tuban

SD : SDN 2 Tambakromo, Cepu

SMP : SMP N 1 Cepu

SMA : SMA N 1 Cepu

### 3. Deskripsi Klien

Klien adalah orang yang sedang menghadapi masalah karena dia sendiri tidak mampu dalam menyelesaikan masalahnya. Menurut Imam Sayuti di dalam bukunya “Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah”, klien atau subyek Bimbingan dan Konseling Islam adalah individu yang mempunyai masalah yang memerlukan bantuan Bimbingan dan Konseling.

Adapun yang menjadi klien dalam penelitian ini ialah:

#### 1) Data Klien

Nama Lengkap : Siti Aisyah (samaran)

Nama Panggilan : Aisyah

Alamat : Ds.Tambakromo Rt 03/Rw 01, Kec. Cepu

TTL : Blora, 16 April 1973

Jenis Kelamin : Perempuan  
Umur : 40 tahun  
Agama : Islam  
Status : Sudah menikah  
Pekerjaan : Ibu rumah tangga  
Nama Suami : Samidi  
Pekerjaan Suami : Kuli Bangunan  
Identitas Anak  
Nama : Vivi Anggraini  
Umur : 10 tahun

## 2) Latar belakang keluarga

Klien adalah seorang ibu rumah tangga yang mempunyai satu orang anak dari hasil pernikahannya dengan seorang pemuda yang berasal dari desa Ngawi. Pekerjaan sehari-hari ibu ini adalah sebagai ibu rumah tangga, sedangkan suaminya bekerja sebagai kuli bangunan. Klien memiliki 6 saudara. Tiga saudaranya sudah berkeluarga. Sebelum menikah, semua saudaranya tinggal bersama klien dalam satu rumah. Tetapi sekarang sudah mengikuti suaminya masing-masing. Jadi, saat ini klien tinggal bersama ibunya, suaminya, anaknya, dan saudara-saudaranya yang belum berkeluarga.

## 3) Latar belakang pendidikan

Klien memiliki pendidikan yang hanya lulus SD. Hal itu disebabkan karena keadaan ekonomi yang sangat terbatas dan

mempunyai saudara yang banyak sehingga untuk kebutuhan ekonomi harus terbagi dengan saudara lainnya.

#### 4) Latar belakang ekonomi

Klien berasal dari keluarga yang sangat sederhana. Ibunya bekerja sebagai petani yang mana penghasilannya hanya cukup untuk makan sehari-hari. Ayahnya baru saja meninggal dunia. Suaminya bekerja sebagai kuli bangunan yang hanya mendapatkan penghasilan jika ada proyek yang dikerjakan. Jika tidak ada proyek yang dikerjakan berarti dia hanya menganggur di rumah. Semua saudara dari klien sudah bekerja. Sedangkan klien hanya menjadi ibu rumah tangga yang mengurus rumah dan merawat anaknya yang cacat fisik dan harus terbaring di tempat tidur.

#### 5) Latar belakang keadaan lingkungan

Lingkungan sekitar klien cukup bagus. Karena klien tinggal di sebuah pedesaan yang terkenal dengan keakrabannya. Masyarakat sekitar rumah klien layaknya masyarakat desa pada umumnya. Hanya saja rumah klien itu lebih jauh dari rumah orang-orang disekitarnya dan terkesan seperti menyendiri. Jarak antara rumah klien dengan rumah warga sekitar agak jauh karena terhalang oleh pekarangan yang luas. Sehingga terkadang klien jarang berinteraksi dengan masyarakat sekitar.

#### 6) Kepribadian Klien

Klien adalah orang yang pendiam dan baik, dia termasuk tipe orang yang melankolis, dan *introflet*. Klien orang yang mudah melamun

dan murung ketika mendapat masalah. Dia lebih memilih diam ketika ada orang yang mengejeknya atau memberikan komentar yang negatif terhadap dirinya. Terlebih jika ada tetangga yang sedang menggunjing tentang anaknya yang cacat dan tidak bisa berbuat apa-apa. Klien termasuk orang yang perasa dan mudah tersinggung. Ketika ada omongan yang tidak baik tentang keluarganya, dia selalu memikirkan perkataan tersebut dan akhirnya menjadi beban.

#### 4. Deskripsi Masalah

Menurut sudarsono dalam kamus konseling, masalah adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok menjadi rugi atau sakit dalam melakukan sesuatu.

Klien adalah seorang ibu rumah tangga yang mempunyai anak cacat fisik. Dia memiliki keluarga yang serba terbatas, keterbatasan tersebut dari segi ekonomi, pendidikan dll. Klien orang yang pendiam dan suka memendam masalah, dia lebih memilih untuk diam dan mengalah ketika masalah itu muncul. Klien termasuk orang yang baik dan peduli dengan orang-orang disekitarnya. Hanya saja klien lebih sering murung dan minder karena mempunyai anak yang cacat fisik.

Semenjak munculnya perasaan dan pikiran yang kurang menyenangkan tersebut, klien lebih sering menyendiri dan mengurung diri di dalam rumah. Memang sang anak mengalami kecacatan itu sudah hampir 7 tahun tetapi selama ini klien lebih sering tinggal di Ngawi yaitu dirumah mertuanya. Baru akhir-akhir ini klien tinggal di tambakromo. Sehingga hal

tersebut yang membuatnya harus beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Hal ini berawal dari klien mendengar seseorang sedang membicarakan dirinya dan anaknya yang cacat. Dan pada akhirnya klien memendam perasaan ini dan selalu memikirkan pembicaraan tersebut. Dan hal itulah yang menjadi beban klien sehingga klien merasa minder untuk berkumpul dan bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

### **1. Deskripsi proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan *Acceptance and Commitment Therapy* terhadap Seorang Ibu yang Minder Mempunyai Anak Cacat Fisik**

Dalam proses pelaksanaan ini konselor berusaha menciptakan *rapport* (hubungan konseling yang akrab dan bersahabat) dan konselor menciptakan keakraban dengan klien dengan mengajak klien berbicara dan mengajak anaknya berinteraksi dan bersenda gurau.

Pendekatan yang dilakukan bertujuan agar pada saat proses konseling, klien merasa nyaman dengan keberadaan konselor. Pendekatan yang dilakukan konselor ada beberapa tahap, antara lain:

- a. Konselor menyapa klien dan keluarganya dengan tujuan agar mereka bisa menerima keberadaan konselor dan menumbuhkan rasa kasih sayang.
- b. Konselor membantu apa yang dikerjakan klien sambil berbincang-bincang dengan tujuan agar lebih akrab dengan klien.

Setelah melakukan pendekatan dan mengetahui identitas klien, dan mengetahui masalahnya maka pada langkah ini konselor mulai menggali permasalahan yang sebenarnya sedang dihadapi klien melalui beberapa langkah-langkah dalam melakukan konseling yang antara lain:

a. Identifikasi Masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak pada klien. Dalam menggali permasalahan klien, Konselor melakukan interview, observasi dan wawancara kepada klien, ibunya dan informan lainnya. Identifikasi ini masuk dalam langkah-langkah terapi Sesi I yakni mengidentifikasi kejadian, pikiran, dan perasaan yang muncul serta dampak perilaku akibat pikiran dan perasaan yang muncul tersebut. Diskripsinya adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.3**

**Wawancara konselor dengan klien (Sesi I)**

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> Assalamu'alaikum	Ramah, senyum	<i>Attending</i> (menghampiri klien)
2.	<b>Klien:</b> Wa'alaikumsalam	Senyum, santun	
3.	<b>Konselor:</b> Bisa kita berbicara sebentar, Bu ?	Ramah, senyum	<i>Attending</i> , bertanya terbuka
4.	<b>Klien:</b> iya mbak.	Senyum, santun	
5.	<b>Konselor:</b> Bagaimana kabar ibu dan vivi ?	Ramah, senyum	Empati, Bertanya terbuka
6.	<b>Klien:</b> ya seperti ini lah mbak.	Senyum, kemudian menunduk dan sedih	
7.	<b>Konselor:</b> seperti ini bagaimana ya bu ?	Ramah, penuh perhatian,	Eksplorasi perasaan, Bertanya terbuka
8.	<b>Klien:</b> ya setiap harinya selalu merawat vivi karena memang keadaannya yang tidak bisa ngapa-ngapain.	Menunduk, sedih	
9.	<b>Konselor:</b> hemm.. apakah ibu merasa capek merawat vivi	Ramah, serius menatap klien	Ekplorasi Perasaan, Bertanya terbuka



	dengan kondisinya seperti ini ?		
10.	<b>Klien:</b> kalau capek sih nggak mbak.	Menunduk, sedih	
11.	<b>Konselor:</b> lalu... ?	Ramah, penuh perhatian	Mendorong minimal, bertanya terbuka
12.	<b>Klien :</b> ya saya merasa jenuh saja mbak.	Menunduk, sedih	
13.	<b>Konselor :</b> Jenuh ?	Menatap klien, penuh perhatian	Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
14.	<b>Klien:</b> iya mbak. Kenapa saya tidak bisa seperti orang lain yang mempunyai anak yang normal tanpa harus repot-repot seperti ini.	Sedih, menunduk	
15.	<b>Konselor:</b> hemm.. apakah keadaan itu mengganggu anda ?	Serius, menatap klien	Bertanya terbuka
16.	<b>Klien:</b> iya mbak. Saya malu dengan orang-orang karena mempunyai anak yang cacat seperti ini.	Menatap konselor sebentar lalu menunduk lagi	
17.	<b>Konselor:</b> malu ?	Ramah, penuh perhatian	Ekplorasi perasaan
18.	<b>Klien:</b> iya mbak. Banyak saya dengar omongan tetangga mengenai anak saya yang sudah bertahun-tahun terbaring di tempat tidur.	Murung dan terus menunduk	
19.	<b>Konselor:</b> omongan yang seperti apa?	Serius, penuh perhatian, menatap klien	Ekplorasi pengalaman, bertanya terbuka
20.	<b>Klien:</b> ya begitu mbak.	Tersenyum	
21.	<b>Konselor:</b> salah satu contohnya seperti apa ?	Ramah, penuh perhatian, menatap klien	Bertanya terbuka
22.	<b>Klien:</b> saya pernah mendengar seseorang berkata 'setelah menghilang kok anaknya masih tetap saja terbaring, tidak bisa ngapa-ngapain.'	Sedih, mata berkaca-kaca	
23.	<b>Konselor:</b> maksudnya setelah menghilang ?	Serius menatap klien, penuh perhatian	Bertanya terbuka
24.	<b>Klien:</b> memang setelah vivi sakit, saya dan suami saya tinggal dirumah mertua saya di Ngawi. Baru akhir-akhir ini kami pindah kesini lagi.	Menatap konselor, sedih	
25.	<b>Konselor:</b> hemmm.. untuk itu apa yang sekarang ibu lakukan?	Serius menatap klien, penuh perhatian	Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
26.	<b>Klien:</b> saya malu dengan kondisi anak saya yang seperti ini jadi saya lebih memilih untuk berdiam diri dalam rumah daripada saya harus sakit hati	Menunduk, sedih	

	mendengar ucapan orang.		
27.	<b>Konselor:</b> lalu jika di dalam rumah, kegiatan apa saja yang biasa ibu lakukan ?	Penuh perhatian	Bertanya terbuka
28.	<b>Klien:</b> yaseperti bersih-bersih rumah, memasak, mengurus vivi dan menonton televisi	Menatap konselor dan tersenyum	
29.	<b>Konselor:</b> hemm.. seperti itu ya?	Ramah, tersenyum	Bertanya terbuka
30.	<b>Klien:</b> iya	Senyum	
31.	<b>Konselor:</b> okey.. mungkin sampai disini dulu pembicaraan kita. Besok disambung lagi.	Ramah, senyum	Eksplorasi perasaan

Setelah konselor berbincang-bincang dengan klien, konselor menemui ibu klien untuk interview dan observasi.

**Tabel 2.3**

**Wawancara konselor dengan ibu klien**

No	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> permisi bu, mau tanya-tanya tentang ibu Aisyah?	Ramah, senyum, santun	<i>Attending</i> , bertanya terbuka
2.	<b>Ibu :</b> oh ya, silahkan, apa yang mau ditanyakan?	Ramah, senyum	
3.	<b>Konselor:</b> bagaimana sikap ibu aisyah saat ini ?	Ramah, santun	<i>Attending</i> , bertanya terbuka
4.	<b>Ibu:</b> ya dia memang sering merenung sekarang semenjak pindah kesini lagi.	Ramah, serius	
5.	<b>Konselor:</b> menurut ibu, kira-kira kenapa dia sering merenung ?	Serius, menatap ibu klien	Bertanya terbuka
6.	<b>Ibu:</b> ya, saya tidak tahu pasti tapi mungkin karena perlu adaptasi lagi dengan lingkungan barunya apalagi sekarang keadaannya punya anak yang cacat.	Ramah, serius	
7.	<b>Konselor:</b> hemm.. tapi ini kan lingkungan dia sejak kecil, pastinya sudah mengenal dengan baik kondisi lingkungannya.	Serius, menatap ibu klien	Ekplorasi pengalaman
8.	<b>Ibu:</b> iya tapi dulu kan vivi belum sakit seperti sekarang ini dan dia juga baru saja pindah ke rumah mertuanya beberapa tahun yang lalu.	Serius, ramah	
9.	<b>Konselor:</b> hemmm.. apakah benar bu Aisyah jarang keluar rumah akhir-akhir ini ?	Ramah, santun, serius	Bertanya terbuka
10.	<b>Ibu:</b> iya.. kalau dia mau belanja	Ramah, serius	

	selalu nitip sama saya.		
11.	<b>Konselor:</b> berarti untuk belanja saja dia tidak keluar rumah?	Santun, serius	Bertanya terbuka
12.	<b>Ibu:</b> iya	Ramah, serius	
13.	<b>Konselor:</b> pernah tidak ibu bertanya mengapa demikian ?	Wajah serius	Eksplorasi perasaan, Bertanya terbuka
14.	<b>Ibu:</b> pernah tapi dia hanya diam saja.	Serius	
15.	<b>Konselor:</b> o.. begitu ya.	menganggukkan kepala	Eksplorasi perasaan
16.	<b>Ibu:</b> iya. Tapi biasanya dia kalau cerita sama munipah (saudara perempuan klien).		
17.	<b>Konselor:</b> hemmm.. ya sudah terima kasih ya bu atas waktunya.	Bersalaman dengan ibu klien	

Setelah konselor berbincang-bincang dengan ibu klien, keesokan harinya konselor kembali meneruskan perbincangannya dengan klien dan memasuki sesi II yaitu mengidentifikasi nilai berdasarkan pengalaman klien.

Tabel 3.3

## Wawancara konselor dengan klien (Sesi II)

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> Assalamu'alaikum	Ramah, senyum,	<i>Attending</i>
2.	<b>Klien:</b> wa'alaikumsalam	Senyum, santun	
3.	<b>Konselor:</b> bagaimana perasaan anda saat ini ?	Ramah, senyum	Eksplorasi perasaan
4.	<b>Klien:</b> ya.. masih sama seperti kemarin mbak.	Serius menatap konselor, sedih	
5.	<b>Konselor:</b> hemm.. sama seperti kemarin?	Ramah, senyum, serius	Refleksi perasaan, bertanya terbuka
6.	<b>Klien:</b> iya. Saya masih merasa malu dan minder dengan orang-orang disekitar saya karena saya punya anak yang cacat seperti ini. Apalagi jika saya mendengar lagi omongan orang yang tidak enak tentang anak saya.	Sedih, serius, menatap konselor	
7.	<b>Konselor:</b> jika demikian, apa yang akan ibu lakukan untuk selanjutnya?	Ramah, serius	Eksplorasi ide, bertanya terbuka
8.	<b>Klien:</b> hemm.. nggak tahu mbak. Yang jelas daripada saya harus malu jika bertemu orang-orang, mending saya menghabiskan waktu didalam rumah saja mbak.	Menggelengkan kepala, menunduk, sedih	

9.	<b>Konselor:</b> apakah anda nggak merasa bosan berada didalam rumah sehari-harian ?	Ramah, senyum	Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
10.	<b>Klien:</b> nggak mbak. Soalnya saya sudah terbiasa seperti ini waktu saya tinggal di rumah suami saya.	Menggelengkan kepala	
11.	<b>Konselor:</b> memangnya rumah suami ibu jauh dari tetangga ?	Serius, penuh perhatian	Eksplorasi pengalaman, bertanya terbuka
12.	<b>Klien:</b> nggak sih. Tetapi disana kebanyakan orang-orangnya adalah petani jadi sering menghabiskan waktu di sawah. Jarang yang ada dirumah.	Serius, menatap konselor	
13.	<b>Konselor:</b> mertua ibu juga petani ?	Serius, penuh perhatian, ramah	bertanya terbuka
14.	<b>Klien:</b> iya. keduanya petani.	Serius, menatap konselor	
15.	<b>Konselor:</b> ibu pernah membantu di sawah ?	Ramah, senyum	Eksplorasi pengalaman, bertanya terbuka
16.	<b>Klien:</b> nggak mbak. Nanti yang nungguin vivi siapa kalau saya ikut ke sawah. Jadi yang bantu di sawah itu suami saya. Saya biasanya masak buat makan mereka.	Senyum, menggelengkan kepala	
17.	<b>Konselor:</b> oo.. jadi begitu ya.	Ramah, senyum	Eksplorasi perasaan
18.	<b>Klien:</b> iya mbak.	Senyum, ramah	
20.	<b>Konselor:</b> hemm.. kalau boleh saya tahu, sejak kapan pikiran/ perasaan yang mengganggu itu mulai muncul ?	Ramah, senyum, serius	Eksplorasi pengalaman, bertanya terbuka
21.	<b>Klien:</b> semenjak saya mendengar pembicaraan tetangga saya tentang kondisi anak saya.	Ramah, serius, menunduk	
22.	<b>Konselor:</b> jadi hal itu yang akhirnya membuat anda malu dan minder untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.	Ramah, serius, penuh perhatian	Menangkap Isu Utama, Mendefinisikan masalah, refleksi perasaan
23.	<b>Klien:</b> iya mbak.	Serius, menatap konselor	
24.	<b>Konselor:</b> pernah tidak ibu menyalahkan diri sendiri ?	Ramah, serius, penuh perhatian	Eksplorasi pengalaman, Eksplorasi perasaan
25.	<b>Klien:</b> pernah. Tekadang saya merasa bahwa saya ini tidak berharga dibandingkan orang lain yang mempunyai anak yang normal. Mereka bisa hidup normal seperti biasa.	Serius, menatap konselor, mata berkaca-kaca	
26.	<b>Konselor:</b> hidup itu adalah sebuah anugerah yang harus	Ramah, senyum, penuh perhatian	Refleksi ide, Penekanan, refleksi

	dijalani. Dan anak itu adalah titipan Allah yang harus kita rawat dan kita besarkan.		pengalaman
27.	<b>Klien:</b> terkadang saya merasa bahwa Allah itu tidak adil.	Serius, menatap konselor	
28.	<b>Konselor:</b> dimana letak ketidakadilan Allah terhadap anda sehingga anda bisa berfikiran seperti itu ?	Ramah, serius, menatap klien	Fokus, Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
29.	<b>Klien:</b> kenapa Allah memberikan anak saya kecacatan seperti ini. Sedangkan orang lain bisa bersenang-senang menikmati hidupnya. Mereka bisa melakukan apa saja yang mereka inginkan. Anak-anak seumuran vivi sudah sekolah semua, dan anak saya hanya bisa terbaring di tempat tidur. Mereka bisa menikmati masa anak-anak, masa remaja dengan pertumbuhan yang normal.	Serius, sedih, dan menagis	
30.	<b>Konselor:</b> itu bukan bentuk ketidakadilan Allah terhadap ibu, itu adalah cobaan yang diberikan oleh Allah. Seharusnya ibu bersyukur kepada Allah karena Allah masih memperhatikan ibu, Allah masih sayang dengan ibu.	Ramah, serius, penuh perhatian,	Penekanan, Penjernihan, konfrontasi
31.	<b>Klien:</b> kalau memang Allah sayang dengan saya, kenapa Dia harus memberi saya cobaan seberat ini ?	Serius, sedih	
32.	<b>Konselor:</b> justru orang-orang yang dipilihNya adalah orang-orang yang besar cobaannya. Karena Allah ingin tahu apakah dia akan menyerah dan berputus asa atau berusaha untuk melanjutkan hidupnya.	Ramah, serius	Mengarahkan, Eksplorasi, Sugesti
33.	<b>Klien:</b> lalu apa yang harus saya lakukan sekarang ?	Menatap konselor, hati mulai tenang	
34.	<b>Konselor:</b> dalam setiap cobaan yang Allah berikan pasti ada hikmah dibalik semua itu. Coba anda renungkan dibalik peristiwa ini, hikmah apa yang diberikan Allah terhadap ibu ?	Ramah, serius, penuh perhatian	Refleksi Ide, Mengarahkan, bertanya terbuka
35.	<b>Klien:</b> hemmm...	Menunduk, serius	
36.	<b>Konselor:</b> ibu renungkan saja dulu. Besok kita lanjutkan lagi.	Ramah, serius	Eksplorasi ide, Eksplorasi

			pengalaman, Memimpin
37.	<b>Klien:</b> iya mbak.	Wajah mulai cerah, senyum	

Setelah konselor berbincang-bincang dengan klien, konselor menemui munipah (saudara perempuan klien) untuk interview dan observasi.

**Tabel 4.3**

**Wawancara konselor dengan saudara klien**

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> Assalamu'alaikum	Ramah, senyum,	<i>Attending</i>
2.	<b>Saudara:</b> wa'alaikumsalam	Senyum, ramah, santun	
3.	<b>Konselor:</b> bisa kita berbincang-bincang sebentar mbak?	Ramah, senyum, santun	<i>Attending</i> , bertanya terbuka
4.	<b>Saudara:</b> iya boleh saja.	Ramah, senyum	
5.	<b>Konselor:</b> menurut mbak, bagaimana sikap ibu Aisyah semenjak pindah kesini ?	Ramah, senyum, serius	Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
6.	<b>Saudara:</b> memang sih semenjak pindah lagi kesini, mbak Ais jadi lebih menutup diri.	Sedih, serius, menatap konselor	
7.	<b>Konselor:</b> menutup diri seperti apa?	Ramah, senyum, serius	Ekplorasi perasaan, bertanya terbuka
8.	<b>Saudara:</b> ya sering murung dan menghabiskan waktu di dalam rumah. Terkadang saya ajak untuk ikut kegiatan-kegiatan warga tapi dia menolak.	Serius, menatap konselor	
9.	<b>Konselor:</b> hemm.. pernah tidak ibu Aisyah bercerita kepada mbak mengapa demikian ?	Ramah, senyum, serius	Ekplorasi ide, bertanya terbuka
10.	<b>Saudara:</b> pernah sekali dia cerita kalau dia pernah mendengar salah satu tetangga saya menggunjing tentang vivi.	Serius, menatap konselor	
11.	<b>Konselor:</b> menggunjing seperti apa?	Serius, penuh perhatian	Eksplorasi pengalaman, bertanya terbuka
12.	<b>Saudara:</b> ya biasalah mbak. Karena kondisi anak mbak Ais yang cacat.	Serius, ramah	
13.	<b>Konselor:</b> hemmm... lalu tanggapan mbak bagaimana setelah mbak Ais bercerita demikian ?	Serius, penuh perhatian, ramah	Ekplorasi ide, bertanya terbuka
14.	<b>Saudara:</b> ya saya bilang sudah nggak usah terlalu didengarkan omongan orang seperti itu.	Serius, menatap konselor	

15.	<b>Konselor:</b> lalu responnya?	Ramah, senyum	Eksplorasi pengalaman
16.	<b>Saudara:</b> ya begitu lah. Mbak Ais itu orangnya memang perasa jadi ada perkataan tidak enak sedikit pasti dia pikirkan akhirnya malah jadi beban buat dia.	Senyum, menatap konselor	
17.	<b>Konselor:</b> oo.. begitu ya	Ramah, serius, penuh perhatian	Eksplorasi perasaan
18.	<b>Klien:</b> iya mbak	Senyum. Wajah mulai tenang	
20.	<b>Konselor:</b> ya sudah. Terima kasih atas informasinya.	Ramah, senyum	
21.	<b>Klien:</b> sama-sama	Ramah, senyum, santun	

Setelah konselor berbincang-bincang dengan saudara klien, keesokan harinya konselor kembali menemui klien untuk melanjutkan pada sesi III yaitu berlatih menerima kejadian dengan nilai yang dipilih.

Tabel 5.3

## Wawancara konselor dengan klien (Sesi III)

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> Assalamu'alaikum	Ramah, senyum, santun	<i>Attending</i>
2.	<b>Klien:</b> Wa'alaikumsalam	Senyum, ramah, santun	
3.	<b>Konselor:</b> bagaimana ibu, apakah sudah direnungkan kemarin ?	Ramah, senyum, serius	Memimpin, Mengingatkan, Bertanya terbuka
4.	<b>Klien:</b> sudah mbak.	Serius menatap konselor, senyum	
5.	<b>Konselor:</b> lalu bagaimana hasilnya ?	Ramah, senyum, serius	Eksplorasi perasaan, Bertanya terbuka
6.	<b>Klien:</b> saya sudah mencoba merenungkan semua tapi saya belum mengerti apa sebenarnya hikmah dibalik semua ini.	Serius, menatap konselor, sedih	
7.	<b>Konselor:</b> mungkin karena anda sudah terfokus dengan masalah anda sehingga tidak bisa melihat dari sisi yang lain.	Ramah, senyum, serius	Ekplorasi ide, Penekanan
8.	<b>Klien:</b> hemmm... mungkin mbak bisa bantu saya untuk melihat peristiwa dari sisi yang	Senyum, ramah	

	lain.		
9.	<b>Konselor:</b> insya Allah saya bantu.	Ramah, senyum	Ekplorasi perasaan
10.	<b>Klien:</b> iya mbak. Supaya saya bisa memahami makna cobaan yang saya hadapi.	Senyum, ramah	
11.	<b>Konselor:</b> disini ibu tinggal dengan siapa saja ?	Serius, penuh perhatian	Mengarahkan, Bertanya terbuka
12.	<b>Klien:</b> saya tinggal dengan suami, anak, ibu, saudara perempuan dan saudara laki-laki saya.	Serius, senyum	
13.	<b>Konselor:</b> pernah tidak mereka membantu ibu untuk merawat vivi selama vivi sakit ?	Serius, penuh perhatian, ramah	Upaya menyimpulkan, Ekplorasi ide, Bertanya terbuka
14.	<b>Klien:</b> sering mbak. Terkadang ketika saya capek atau lagi repot, mereka sering mengajak vivi atau bahkan memandikan.	Serius, menatap konselor	
15.	<b>Konselor:</b> pernah tidak mereka semua meninggalkan ibu ketika vivi baru saja sakit dan akhirnya cacat seperti ini ?	Ramah, senyum	Upaya Menyimpulkan, Eksplorasi perasaan, bertanya terbuka
16.	<b>Klien:</b> meninggalkan dalam arti seperti apa?	Serius, menatap konselor	
17.	<b>Konselor:</b> ya tidak peduli lagi dengan keadaan ibu dan vivi saat ini, atau tidak mau membantu sama sekali.	Ramah, serius, penuh perhatian	Eksplorasi ide, eksplorasi pengalaman
18.	<b>Klien:</b> Alhamdulillah tidak pernah mbak. Mereka semua sayang sama vivi baik waktu dia masih sehat maupun sudah sakit seperti ini.	Senyum. Wajah mulai tenang	
20.	<b>Konselor:</b> Alhamdulillah. Sekarang ibu sudah tahu kan kesimpulannya apa?	Ramah, senyum	Upaya Menyimpulkan, Eksplorasi perasaan
21.	<b>Klien:</b> hemmm.. seharusnya saya bersyukur karena mempunyai keluarga yang sayang dengan saya dan vivi.	Senyum , meneteskan airmata	
22.	<b>Konselor:</b> nah, itulah hikmah dibalik cobaan yang ibu alami. Seberat apapun cobaan yang ibu hadapi, ibu masih punya keluarga yang selalu mendukung ibu, keluarga yang selalu ada setiap ibu membutuhkannya, yang tak pernah meninggalkan ibu meskipun keadaan ibu dan vivi sekarang sudah berubah.	Ramah, senyum	Menyimpulkan sementara, Memimpin, Menjelaskan
23.	<b>Klien:</b> iya mbak. Kenapa saya tidak menyadarinya.	Serius, menatap konselor	



24.	<b>Konselor:</b> mempunyai keluarga yang mendukung kita dalam kondisi apapun adalah suatu anugerah yang besar dari Allah.	Ramah, senyum	Menjelaskan, Sugesti
25.	<b>Klien:</b> iya mbak, bener banget	Serius, menatap konselor, senyum	
26.	<b>Konselor:</b> seberat apapun cobaan yang ibu alami, akan terasa ringan jika ada keluarga yang selalu mendukung ibu.	Ramah, senyum, penuh perhatian	Penjernihan, Penekanan
27.	<b>Klien:</b> iya mbak.	Serius, menatap konselor, senyum	
28.	<b>Konselor:</b> jika semua keluarga ibu bisa menerima kondisi vivi sekarang. Kenapa ibu tidak bisa ?	Ramah, senyum, serius, menatap klien	Mengarahkan, konfrontasi
29.	<b>Klien:</b> hemmm..	Menunduk	
30.	<b>Konselor:</b> perasaan atau pikiran yang mengganggu ibu selama ini sebenarnya terjadi karena ibu belum bisa menerima kondisi vivi saat ini.	Ramah, senyum	Memimpin, Refleksi ide
31.	<b>Klien:</b> lalu saya harus bagaimana?	Serius, sedih	
32.	<b>Konselor:</b> mencoba menerima kenyataan yang anda alami yaitu menerima kondisi vivi tanpa harus merasa minder terhadap orang lain	Ramah, serius, senyum	Mengarahkan, Refleksi pengalaman, Memberi nasehat (atas permintaan klien)
33.	<b>Klien:</b> iya	Sedih, menunduk	
34.	<b>Konselor:</b> saya rasa tidak sulit Karena sudah 7 tahun vivi sakit dan buktinya anda sudah bisa menerima keadaan vivi. Tetapi hanya karena omongan orang yang mengejek anda akhirnya malah membuat anda minder.	Ramah, serius, penuh perhatian	Penjernihan, Refleksi pengalaman
35.	<b>Klien:</b> iya mbak. Saya akan mencobanya.	Wajah agak tenang, senyum	

**Tabel 6.3**  
**Wawancara konselor dengan tetangga klien**

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> permisi bu, bisa kita bicara sebentar.	Ramah, senyum	<i>Attending,</i> Bertanya terbuka
2.	<b>Tetangga:</b> iya boleh saja. Ada apa mbak ?	Senyum, santun	
3.	<b>Konselor:</b> menurut anda, ibu Aisyah itu orangnya seperti apa?	Senyum, santun, ramah	Bertanya terbuka
4.	<b>Tetangga:</b> bu Ais itu orangnya baik tetapi mang setelah pindah kesini, orangnya jadi pendiam.	Ramah, senyum	

5.	<b>Konselor:</b> oo.. begitu. Ibu aisyah sering ikut kegiatan warga atau tidak ?	Ramah, senyum	Bertanya terbuka
6.	<b>Tetangga:</b> dulu sih sering mbak. Tapi semenjak dari rumah suaminya jadi jarang ikut bahkan g pernah.	Santun, serius	
7.	<b>Konselor:</b> oya, pernah tidak ibu ais mengajak vivi main dirumah tetangga ?	Ramah, senyum	Bertanya terbuka
8.	<b>Tetangga:</b> nggak pernah mbak.	Senyum, santun	
9.	<b>Konselor:</b> oke, terima kasih ya	Ramah, senyum	
10.	<b>Teman:</b> iya mbak sama-sama	Senyum, santun	

Setelah konselor berbincang-bincang dengan klien dan tetangga klien, keesokan harinya konselor kembali menemui klien untuk melanjutkan sesi IV yaitu berkomitmen untuk mencegah kekambuhan

Tabel 7.3

## Wawancara konselor dengan klien (Sesi IV)

No.	Ungkapan Verbal	Ungkapan Nonverbal	Teknik
1.	<b>Konselor:</b> Assalamu'alaikum	Ramah, senyum,	<i>Attending</i>
2.	<b>Klien:</b> wa'alaikumsalam	Senyum, santun	
3.	<b>Konselor:</b> bagaimana perasaan ibu saat ini ?	Ramah, senyum	Empati primer, Eksplorasi perasaan
4.	<b>Klien :</b> Alhamdulillah udah agak tenang mbak.	Senyum, wajah mulai ceria	
5.	<b>Konselor:</b> saat ini apa yang ibu rasakan ?	Ramah, senyum, serius	Refleksi perasaan, bertanya terbuka
6.	<b>Klien:</b> saya sadar mbak kalau sikap saya selama ini tidak benar. Padahal sudah lama vivi sakit tetapi hanya karena hal kecil, jadi malah membuat saya minder.	Sedih, serius, menatap konselor	
7.	<b>Konselor:</b> lalu kegiatan apa saja yang akan anda lakukan untuk menghindari berulangnya perilaku buruk yang terjadi ?	Ramah, serius	Eksplorasi ide, Upaya merencanakan, Bertanya terbuka
8.	<b>Klien:</b> hemmm.. harus bisa menerima perkataan orang lain baik itu positif maupun negative.	Menatap konselor, senyum	
9.	<b>Konselor:</b> contohnya seperti apa?	Ramah, senyum	Mendorong Minimal, Ekplorasi ide, bertanya terbuka
10.	<b>Klien:</b> mulai bergabung dengan tetangga di luar rumah, meskipun hanya sekedar ngobrol-ngobrol.	Senyum, wajah ceria	

11.	<b>Konselor:</b> apakah hanya itu saja?	Serius, penuh perhatian	Mendorong, Eksplorasi ide, bertanya terbuka
12.	<b>Klien:</b> nggak sih. Tetapi intinya tidak akan minder lagi dengan orang lain. Apapun keadaan anakku, dia tetap anugerah terindah buat keluarga kami.	Serius, menatap konselor	
13.	<b>Konselor:</b> Alhamdulillah. Kemudian rencana apa yang akan ibu lakukan untuk mempertahankan perilaku baik tersebut ?	Senyum, ramah	Eksplorasi perasaan, Upaya Merencanakan, Bertanya terbuka
14.	<b>Klien:</b> apa ya mbak ? Mungkin lebih sering bersyukur kepada Allah atas semua nikmat yang diberikan. Selalu ingat bahwa ada hikmah dibalik semua cobaan yang saya hadapi.	Serius, menatap konselor	
15.	<b>Konselor:</b> Alhamdulillah.	Ramah, senyum	Refleksi perasaan
16.	<b>Klien:</b> semoga bisa mbak.	Senyum, ramah	
17.	<b>Konselor:</b> amin. Selanjutnya apa yang akan anda lakukan untuk meningkatkan kemampuan berperilaku baik seperti ini?	Ramah, senyum	Upaya merencanakan, bertanya terbuka
18.	<b>Klien:</b> kalau untuk meningkatkan mungkin dengan lebih sering dalam melakukan setiap aktifitas.	Senyum, ramah	
20.	<b>Konselor:</b> hemmm.. misalnya?	Ramah, senyum, serius	Mendorng minimal, bertanya terbuka
21.	<b>Klien:</b> misalnya lebih sering berinteraksi dengan tetangga, lebih sering mengikuti kegiatan-kegiatan warga.	Ramah, senyum.	
22.	<b>Konselor:</b> semua yang sudah ibu ucapkan tadi merupakan sebuah komitmen dalam menjalani hidup yang lebih baik. Apakah ibu siap berkomitmen agar tidak terulang kembali kejadian yang tidak tidak menyenangkan kemarin ?	Ramah, serius, penuh perhatian	Menjelaskan, Menyimpulkan, Merencanakan
23.	<b>Klien:</b> siap mbak. Karena hal itulah yang seharusnya saya lakukan sejak dulu.	Serius, menatap konselor	
24.	<b>Konselor:</b> Alhamdulillah. Kalau seperti itu, konseling ini akan diakhiri sampai disini. Semoga bermanfaat.	Ramah, serius, penuh perhatian	Eksplorasi ide, Mengakhiri sesi
25.	<b>Klien:</b> amin. Terima kasih ya mbak untuk solusinya.	Senyum, ramah	
26.	<b>Konselor:</b> sama-sama	Ramah, senyum, penuh perhatian	

Dari hasil wawancara dan interview, konselor mendapatkan beberapa gejala yang nampak, yaitu sebagai berikut:

- 1) Sering menyendiri dan merenung
- 2) Merasa dirinya kurang berharga dibandingkan dengan orang lain
- 3) Jarang bergaul dengan tetangga
- 4) Selalu mengeluh bahwa Allah tidak adil
- 5) Jarang ikut dalam kegiatan-kegiatan warga
- 6) Sering menangis tanpa sebab
- 7) Selalu merasa cemas, takut, khawatir dan malu bertemu tetangga
- 8) Tertutup jika mempunyai masalah
- 9) Selalu putus asa dan merasa bersalah
- 10) Sikapnya menjadi pendiam

b. Diagnosa

Setelah identifikasi masalah, langkah selanjutnya diagnosa yaitu untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta faktor-faktornya. Dalam hal ini konselor menetapkan masalah klien setelah mencari data-data dari sumber yang dipercaya. Dari hasil identifikasi tersebut, masalah yang dialami klien menyangkut pada kehidupan sosial klien dalam bersosialisasi dengan masyarakat. Klien merasa minder karena mempunyai anak yang cacat fisik. Perwujudan dari rasa minder adalah menutup diri dalam rumah, jarang mengikuti kegiatan didesanya, merasa tidak berharga, berfikiran bahwa Allah tidak adil, dan lain-lain.

c. Prognosa

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

Setelah melihat permasalahan klien beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya, konselor memberi terapi dengan menggunakan *Acceptance and Commitment Therapy* sebagai pendekatannya. Yang mana terapi ini memusatkan pada penerimaan dan komitmen klien dalam kehidupannya. Karena melihat kondisi pribadi klien dirasa terapi ini sangat sesuai dengan klien.

d. Treatment/Langkah terapi

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

Dalam memberikan bantuan kepada klien, konselor memakai *Acceptance and Commitment Therapy* yang mana pengertian terapi ini adalah suatu terapi yang menggunakan konsep penerimaan, kesadaran, dan

penggunaan nilai-nilai pribadi untuk menghadapi stressor internal jangka panjang, yang dapat menolong seseorang untuk dapat mengidentifikasi pikiran dan perasaannya, kemudian menerima kondisi untuk melakukan perubahan yang terjadi tersebut, kemudian berkomitmen terhadap diri sendiri meskipun dalam perjuangannya harus menemui pengalaman yang tidak menyenangkan.

Berikut ini treatmentnya:

**1) Sesi I : Mengidentifikasi kejadian, pikiran, dan perasaan yang muncul serta dampak perilaku akibat pikiran dan perasaan yang muncul tersebut**

**Tujuan Sesi I :**

Klien mampu :

- (a) Membina hubungan saling percaya dengan terapis.
- (b) Mengidentifikasi kejadian buruk/ tidak menyenangkan yang dialami sampai saat ini.
- (c) Mengidentifikasi pikiran yang muncul dari kejadian tersebut
- (d) Mengidentifikasi respon yang timbul dari kejadian tersebut
- (e) Mengidentifikasi upaya/ perilaku yang muncul dari pikiran dan perasaan yang ada terkait kejadian

Berikut ini adalah percakapan yang menunjukkan identifikasi pada Sesi I :

Konselor : hemm.. apakah ibu merasa capek merawat vivi dengan kondisinya seperti ini ?

- Klien : kalau capek sih nggak mbak.
- Konselor : lalu... ?
- Klien : ya saya merasa jenuh saja mbak.
- Konselor : Jenuh ?
- Klien : iya mbak. Kenapa saya tidak bisa seperti orang lain yang mempunyai anak yang normal tanpa harus repot-repot seperti ini.
- Konselor : hemm.. apakah keadaan itu mengganggu anda ?
- Klien : iya mbak. Saya malu dengan orang-orang karena mempunyai anak yang cacat seperti ini.
- Konselor : malu ?
- Klien : iya mbak. Banyak saya dengar omongan tetangga mengenai anak saya yang sudah bertahun-tahun terbaring di tempat tidur.
- Konselor : omongan yang seperti apa?
- Klien : ya begitu mbak
- Konselor : salah satu contohnya seperti apa ?
- Klien : saya pernah mendengar seseorang berkata ‘setelah menghilang kok anaknya masih tetap saja terbaring, tidak bisa ngapa-ngapain.’
- Konselor : maksudnya setelah menghilang ?
- Klien : memang setelah vivi sakit, saya dan suami saya tinggal dirumah mertua saya di Ngawi. Baru akhir-akhir ini

kami pindah kesini lagi.

Konselor : hemmm.. untuk itu apa yang sekarang ibu lakukan?

Klien : saya malu dengan kondisi anak saya yang seperti ini jadi saya lebih memilih untuk berdiam diri dalam rumah daripada saya harus sakit hati mendengar ucapan orang

Konselor : lalu jika di dalam rumah, kegiatan apa saja yang biasa ibu lakukan ?

Klien : ya seperti bersih-bersih rumah, memasak, mengurus vivi dan menonton televisi.

Konselor : hemm.. seperti itu ya.

Klien : iya

## 2) Sesi II : Mengidentifikasi nilai berdasarkan pengalaman klien

### Tujuan Sesi II :

Klien mampu :

- (a) Mengidentifikasi kejadian buruk/ tidak menyenangkan yang terjadi
- (b) Menceritakan tentang upaya apa saja yang dilakukan terkait dengan kejadian tersebut berdasarkan pada pengalaman klien (contoh : hubungan kerja, pekerjaan, hubungan sosial, spiritual, dan kesehatan) baik yang konstruktif maupun destruktif.

Berikut ini adalah percakapan yang menunjukkan identifikasi pada Sesi II :

Konselor : bagaimana perasaan anda saat ini ?



- Klien : ya.. masih sama seperti kemarin mbak
- Konselor : hemm.. sama seperti kemarin?
- Klien : iya. Saya masih merasa malu dan minder dengan orang-orang disekitar saya karena saya punya anak yang cacat seperti ini. Apalagi jika saya mendengar lagi omongan orang yang tidak enak tentang anak saya.
- Konselor : jika demikian, apa yang akan ibu lakukan untuk selanjutnya?
- Klien : hemm.. nggak tahu mbak. Yang jelas daripada saya harus malu jika bertemu orang-orang, mending saya menghabiskan waktu didalam rumah saja mbak
- Konselor : apakah anda nggak merasa bosan berada didalam rumah seharian ?
- Klien : nggak mbak. Soalnya saya sudah terbiasa seperti ini waktu saya tinggal di rumah suami saya.
- Konselor : hemm.. kalau boleh saya tahu, sejak kapan pikiran/ perasaan yang mengganggu itu mulai muncul ?
- Klien : semenjak saya mendengar pembicaraan tetangga saya tentang kondisi anak saya.
- Konselor : jadi hal itu yang akhirnya membuat anda malu dan minder untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar
- Klien : iya mbak.
- Konselor : pernah tidak ibu menyalahkan diri sendiri ?

Klien : pernah. Tekadang saya merasa bahwa saya ini tidak berharga dibandingkan orang lain yang mempunyai anak yang normal. Mereka bisa hidup normal seperti biasa

Konselor : hidup itu adalah sebuah anugerah yang harus dijalani. Dan anak itu adalah titipan Allah yang harus kita rawat dan kita besarkan.

Klien : terkadang saya merasa bahwa Allah itu tidak adil

Konselor : dimana letak ketidakadilan Allah terhadap anda sehingga anda bisa berfikiran seperti itu ?

Klien : kenapa Allah memberikan anak saya kecacatan seperti ini. Sedangkan orang lain bisa bersenang-senang menikmati hidupnya. Mereka bisa melakukan apa saja yang mereka inginkan. Anak-anak seumuran vivi sudah sekolah semua, dan anak saya hanya bisa terbaring di tempat tidur. Mereka bisa menikmati masa anak-anak, masa remaja dengan pertumbuhan yang normal

Konselor : itu bukan bentuk ketidakadilan Allah terhadap ibu, itu adalah cobaan yang diberikan oleh Allah. Seharusnya ibu bersyukur kepada Allah karena Allah masih memperhatikan ibu, Allah masih sayang dengan ibu

Klien : kalau memang Allah sayang dengan saya, kenapa Dia harus memberi saya cobaan seberat ini ?

Konselor : justru orang-orang yang dipilihNya adalah orang-orang

yang besar cobaannya. Karena Allah ingin tahu apakah dia akan menyerah dan berputus asa atau berusaha untuk melanjutkan hidupnya

Klien : lalu apa yang harus saya lakukan sekarang ?

Konselor : dalam setiap cobaan yang Allah berikan pasti ada hikmah dibalik semua itu. Coba anda renungkan dibalik peristiwa ini, hikmah apa yang diberikan Allah terhadap ibu ?

Klien : hemmm...

### **3) Sesi III : Berlatih Menerima Kejadian dengan Nilai yang Dipilih**

#### **Tujuan Sesi III :**

Klien mampu :

- (a) Memilih salah satu perilaku yang dilakukan akibat dari pikiran dan perasaan yang timbul terkait kejadian tidak menyenangkan.
- (b) Berlatih cara untuk mengatasi perilaku yang kurang baik yang sudah dipilih
- (c) Memasukkan latihan ke dalam jadwal harian klien.

Berikut ini adalah percakapan yang menunjukkan identifikasi pada Sesi III :

Konselor : pernah tidak mereka membantu ibu untuk merawat vivi selama vivi sakit?

Klien : sering mbak. Terkadang ketika saya capek atau lagi repot, mereka sering mengajak vivi atau bahkan memandikan.

Konselor : pernah tidak mereka semua meninggalkan ibu ketika vivi baru saja sakit dan akhirnya cacat seperti ini ?

Klien : meninggalkan dalam arti seperti apa?

Konselor : ya tidak peduli lagi dengan keadaan ibu dan vivi saat ini, atau tidak mau membantu sama sekali.

Klien : Alhamdulillah tidak pernah mbak. Mereka semua sayang sama vivi baik waktu dia masih sehat maupun sudah sakit seperti ini.

Konselor : Alhamdulillah. Sekarang ibu sudah tahu kesimpulannya apa?

Klien : hemmm.. seharusnya saya bersyukur karena mempunyai keluarga yang sayang dengan saya dan vivi.

Konselor : nah, itulah hikmah dibalik cobaan yang ibu alami. Seberat apapun cobaan yang ibu hadapi, ibu masih punya keluarga yang selalu mendukung ibu, keluarga yang selalu ada setiap ibu membutuhkannya, yang tak pernah meninggalkan ibu meskipun keadaan ibu dan vivi sekarang sudah berubah

Klien : iya mbak. Kenapa saya tidak menyadarinya

Konselor : mempunyai keluarga yang mendukung kita dalam kondisi apapun adalah suatu anugerah yang besar dari Allah

Klien : iya mbak, bener banget

Konselor : seberat apapun cobaan yang ibu alami, akan terasa ringan

jika ada keluarga yang selalu mendukung ibu

Klien : iya mbak

Konselor : jika semua keluarga ibu bisa menerima kondisi vivi sekarang. Kenapa ibu tidak bisa ?

Klien : hemmm..

Konselor : perasaan atau pikiran yang mengganggu ibu selama ini sebenarnya terjadi karena ibu belum bisa menerima kondisi vivi saat ini.

Klien : lalu saya harus bagaimana?

Konselor : mencoba menerima kenyataan yang anda alami yaitu menerima kondisi vivi tanpa harus merasa minder terhadap orang lain

Klien : iya

Konselor : saya rasa tidak sulit Karena sudah 7 tahun vivi sakit dan buktinya anda sudah bisa menerima keadaan vivi. Tetapi hanya karena omongan orang yang mengejek anda akhirnya malah membuat anda minder.

Klien : iya mbak. Saya akan mencobanya.

#### **4) Sesi IV : Komitmen dan Mencegah Kekambuhan**

**Tujuan Sesi IV :**

Klien mampu :

(a) Mendiskusikan tentang apa yang akan dilakukan untuk menghindari berulangnya perilaku buruk yang terjadi.

(b) Mengidentifikasi rencana yang akan dilakukan klien untuk mempertahankan perilaku yang baik.

(c) Mengidentifikasi apa yang akan dilakukan oleh klien untuk meningkatkan kemampuan berperilaku baik.

Berikut ini adalah percakapan yang menunjukkan proses konseling pada Sesi IV :

Konselor : saat ini apa yang ibu rasakan ?

Klien : saya sadar mbak kalau sikap saya selama ini tidak benar. Padahal sudah lama vivi sakit tetapi hanya karena hal kecil, jadi malah membuat saya minder

Konselor : lalu kegiatan apa saja yang akan anda lakukan untuk menghindari berulangnya perilaku buruk yang terjadi ?

Klien : hemmm.. harus bisa menerima perkataan orang lain baik itu positif maupun negative

Konselor : contohnya seperti apa?

Klien : mulai bergabung dengan tetangga di luar rumah, meskipun hanya sekedar ngobrol-ngobrol

Konselor : apakah hanya itu saja?

Klien : nggak sih. Tetapi intinya tidak akan minder lagi dengan orang lain. Apapun keadaan anakku, dia tetap anugerah terindah buat keluarga kami

Konselor : Alhamdulillah. Kemudian rencana apa yang akan ibu lakukan untuk mempertahankan perilaku baik tersebut ?

Klien : apa ya mbak ? Mungkin lebih sering bersyukur kepada Allah atas semua nikmat yang diberikan. Selalu ingat bahwa ada hikmah dibalik semua cobaan yang saya hadapi

Konselor : Alhamdulillah.

Klien : semoga bisa mbak

Konselor : Aamiin. Selanjutnya apa yang akan anda lakukan untuk meningkatkan kemampuan berperilaku baik seperti ini?

Klien : kalau untuk meningkatkan mungkin dengan lebih sering dalam melakukan setiap aktifitas

Konselor : hemmm.. misalnya?

Klien : misalnya lebih sering berinteraksi dengan tetangga, lebih sering mengikuti kegiatan-kegiatan warga.

Konselor : semua yang sudah ibu ucapkan tadi merupakan sebuah komitmen dalam menjalani hidup yang lebih baik. Apakah ibu siap berkomitmen agar tidak terulang kembali kejadian yang tidak tidak menyenangkan kemarin ?

Klien : siap mbak. Karena hal itulah yang seharusnya saya lakukan sejak dulu.

(e) *Follow UP*

Setelah konselor memberi terapi kepada klien, Langkah selanjutnya *Follow Up*. Yang dimaksudkan disini 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 menindaklanjuti masalah ini konselor melakukan home visit sebagai upaya dalam melakukan peninjauan lebih lanjut tentang perkembangan atau perubahan yang dialami oleh klien setelah konseling dilakukan. Disini dapat diketahui bahwa terdapat perkembangan atau perubahan pada diri klien yakni:

- 1) Sudah bisa bergaul dengan tetangga
- 2) Sudah bisa merasakan bahwa semua manusia itu mempunyai kemampuan yang sama.
- 3) Tidak pernah lagi menghabiskan waktunya untuk merenung dan menyendiri
- 4) Sudah sadar ternyata Allah SWT Maha Adil
- 5) Sudah mau mengikuti kegiatan yang ada di desanya
- 6) Berpandangan realistis dengan tingkah laku yang positif
- 7) Jarang menangis lagi
- 8) Sudah tidak pernah lagi menyalahkan dirinya sendiri
- 9) Tidak tertutup dengan keluarga maupun tetangga
- 10) Kadang-kadang masih sedikit tersinggung, cepat marah, dan agak pesimis.

Dalam tahap *Follow up* ini, konselor tidak hanya memantau perkembangan klien setelah berlangsungnya Konseling Islam melainkan konselor tetap membimbing dan mendampingi klien untuk meyakinkan



klien dengan upaya baik yang sudah dipilih oleh klien. Karena sampai kapanpun naluri seorang ibu tidak akan pernah tega melihat kondisi anaknya yang seperti demikian.

Konselor tidak berusaha untuk menghilangkan naluri tersebut, melainkan meyakinkan klien bahwa segala sesuatu yang ada didunia adalah atas kehendak Allah.

Berikut adalah cuplikan pembicaraan klien dan konselor dalam upaya mendampingan setelah adanya Konseling Islam.

Konselor : “Bagaimana ibu apakah perasaan ibu sudah merasa lebih tenang ?”

Klien : “Alhamdulillah mbak. Tapi terkadang saya masih merasa sedih melihat kondisi anak saya.”

Konselor : “saya mengerti bu. Sampai kapanpun naluri seorang ibu tak akan pernah sanggup melihat anaknya dalam kondisi yang seperti ini. Tetapi yang terpenting ibu tidak boleh minder lagi terhadap orang-orang disekitar ibu dengan kondisi vivi. Ingat bahwa ibu tidak sendiri disini. Ibu punya keluarga yang selalu mendukung ibu, menguatkan hati ibu.”

Klien : “iya mbak. Seorang ibu memanglah seperti ini. Tidak akan pernah tega melihat kondisi anaknya seperti ini. Tetapi untuk masalah minder, menurut saya memang tidak seharusnya saya seperti itu. Apapun kondisi anak

saya, saya tidak boleh malu.”

Konselor : “Alhamdulillah. Tapi apakah ibu masih merasa jenuh merawat vivi setiap hari seperti ini ?”

Klien : “nggak sih mbak. Malah terkadang saya kasihan sama vivi.”

Konselor : “kasihan kenapa?”

Klien : “terkadang waktu saya lagi sibuk karena dirumah ada sedikit hajatan, saya ninggalin vivi dikamar. Tidak sempet ngurusin dia sama sekali. Jadi kadang saya merasa kasihan mbak.”

Konselor : “apa tidak ada sebaiknya bergantian saja yang nungguin?”

Klien : “semuanya repot mbak.”

Konselor : “ya tidak apa-apa sih kalau memang sedang repot. Tapi jika ibu tidak repot, luangkanlah waktu untuk memberi dia perhatian yang lebih dengan selalu mengajak bicara dan bercanda. Karena meskipun dia sakit, itu hanya fisiknya saja. Jiwanya tidak sakit. Jadi dia bisa merasakan perhatian ibu, dia mengerti apa yang ibu ucapkan. Hanya saja dia tidak bisa membalasnya dengan bicara. Mungkin hanya respon-respon kecil yang dia sampaikan. Buatlah dia merasa nyaman, merasa disayang banyak orang agar dia tidak berkecil hati.”

Klien : “iya mbak. Memang terkadang waktu saya ajak ngomong,

dia berusaha jawab tetapi tidak bisa.”

Konselor : “iya begitulah. Selalu ungkapkan perasaan sayang ke dia setiap hari agar dia merasakan bahwa ibu selalu menyayanginya.”

Klien : “iya mbak.”

## **2. Deskripsi hasil proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan *Acceptance and Commitment Therapy* terhadap Seorang Ibu yang Minder Mempunyai Anak Cacat Fisik**

Setelah melakukan proses konseling islam dalam menangani minder seorang ibu yang mempunyai anak cacat fisik, maka peneliti mengetahui hasil dari proses Bimbingan dan Konseling Islam yang dilakukan konselor cukup membawa perubahan pada diri klien.

Untuk melihat perubahan pada diri klien, konselor melakukan pengamatan dan wawancara. Adapun perubahan klien sesudah proses konseling islam ialah: Setelah memahami mendapatkan arahan dari konselor yang dilakukan dalam proses konseling, ia mengalami perubahan dalam diri yakni: Sudah bisa bergaul dengan tetangga, sudah bisa merasakan bahwa semua manusia itu mempunyai kemampuan yang sama, tidak pernah lagi menghabiskan waktunya untuk merenung dan menyendiri, sudah sadar ternyata Allah SWT Maha Adil, sudah mau mengikuti kegiatan yang ada di desanya, berpandangan realistis dengan tingkah laku yang positif, jarang menangis lagi, sudah tidak pernah lagi menyalahkan dirinya sendiri, tidak

tertutup dengan keluarga maupun tetangga, kadang-kadang masih sedikit tersinggung, cepat marah, dan agak pesimis.

Untuk mengetahui lebih jelasnya tentang hasil akhir dari pemberian proses konseling islam terhadap klien, maka dibawah ini terdapat tabel tentang perubahan dalam diri klien:

**Tabel 8.3**

**Penyajian Data Hasil Proses Konseling Islam**

No.	Kondisi klien	Ya	Tidak	Kadang-kadang
1	Sering menyendiri dan merenung		√	
2	Merasa kurang berharga			√
3	Jarang bergaul dengan tetangga		√	
4	Mengeluh bahwa Allah tidak adil		√	
5	Jarang ikut kegiatan di desanya			√
6	Sering menangis tanpa sebab		√	
7	Merasa cemas, takut, khawatir dan malu bertemu tetangga		√	
8	Tertutup jika mempunyai masalah			√
9	Selalu putus asa dan merasa bersalah		√	
10	Sikapnya menjadi pendiam		√	

Dari hasil ini didapatkan dari pengamatan konselor dengan bertanya dengan ibunya, saudara-saudaranya yang ada di rumahnya dan juga tetangganya, serta konselor melakukan *Home visit* (berkunjung ke rumahnya). Konselor tidak hanya sekali berkunjung kerumahnya melainkan berkali-kali untuk melakukan pendampingan terhadap klien agar bisa mempertahankan perilaku baik yang sudah diciptakan.