BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Layanan bimbingan dan konseling pribadi-sosial adalah suatu layanan yang diberikan dalam upaya meningkatkan pemahaman mengenai diri individu dan lingkungan. Tujuan yang hendak dicapai dalam bimbingan dan konseling pribadi sosial adalah: 1) memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal atau eksternal, 2) memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif, dan 3) memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia.[1]

Bimbingan dan Konseling memiliki tujuan-tujuan yang salah satunya di dalam lingkup sekolah yaitu untuk menolong seseorang dalam menyalurkan serta mengarahkan potensi yang dimiliki dari siswa. Siswa adalah seseorang yang layak dikembangkan potensinya agar ia dapat mencapai kemandirian yang sesungguhnya serta menyalurkan potensi-potensi kreatif yang dimilikinya. Selaras dengan tujuan bimbingan dan konseling yang terdapat di sekolah adalah sebagai penyalur siswa untuk semakin mengembangkan potensi serta membimbing siswa agar dapat beradaptasi dengan lingkungannya secara

[1] Syamsu Yusuf L.N dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2006), hal. 14

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mandiri sehingga ia mampu belajar secara optimal.[2] Hal tersebut berkaitan dengan keterampilan siswa dalam meregulasi emosinya. Keterampilan diri siswa dalam meregulasi emosinya sangat penting dimiliki agar siswa dapat optimal menyalurkan potensi dirinya tanpa hambatan emosional yang dapat membuat siswa tidak nyaman dalam proses belajarnya. Regulasi emosi ini berkaitan dengan kecerdasan emosi siswa yang harusnya seimbang dengan kemampuan berfikir serta perilakunya. Jika siswa dapat menyeimbangkan emosionalnya, maka akan lebih mudah bagi siswa tersebut dalam mencapai kesuksesan belajarnya.

Tidak semua siswa memiliki keterampilan regulasi emosi yang baik. Terdapat pula yang membutuhkan arahan agar siswa tersebut lebih mudah mencapai kesuksesan belajar yang semestinya diinginkan. Seperti yang sedang dialami oleh Arienda yang merupakan salah-satu siswi kelas VIII di SMP Islam Insan Kamil, Arienda (konseli) merupakan salah-satu seorang siswi yang mudah dipengaruhi oleh keadaan sekitar. Emosi yang sering berubah-ubah menyebabkan konseli kurang dapat berinteraksi dengan baik. Terkadang secara tiba-tiba konseli bersikap sangat ramah namun terkadang pula konseli menjadi sangat pemarah. Dalam kesehariannya, seringkali terlihat konseli sendirian dan cenderung memisahkan diri dengan teman-temannya.

Konseli memang sering berada disebuah tempat dalam keadaan sendirian. Kecenderungan dia untuk memisahkan diri dari teman-temannya

[2] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 25

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membuat dia sedikit dijauhi teman-temannya. Ketika diajak untuk belajar kelompok, konseli menolaknya. Banyak teman mengeluh akan sikapnya yang cenderung egois dan sering marah-marah terhadap teman-temannya.

Seperti yang terjadi pada siang itu ketika konseli baru pulang dari sekolah, salah seorang temannya mengajaknya untuk daftar antrian kamar mandi, mungkin karena terlalu lelah karena kegiatan di sekolah yang padat, konseli membentak temannya tersebut kemudian duduk diam di dalam kamarnya.

Sejatinya, konseli adalah anak yang baik. Dia tidak pernah mengganggu teman-temannya. Konseli termasuk anak yang aktif dalam kegiatan sekolah walaupun terlihat jarang berdekatan dengan temannya. Konseli menyukai kegiatan yang dominan berada di luar kelas seperti pramuka, seni drama, dan seni melukis. Tetapi ketika didalam kelas cederung terlihat bermalas-malasan bahkan seringkali terlihat tidur saat guru menerangkan.

Di dalam kelasnya, konseli tidak termasuk anak yang berprestasi dibidang akademik, akan tetapi sering mendapatkan prestasi dibidang non akademik, khususnya olah raga dan pramuka. Konseli sangat bersemangat ketika guru mengajak muridnya untuk belajar di luar kelas. Dari yang terlihat, ketika konseli berkegiatan di luar kelas, konseli terlihat lebih menikmati alam, dan ketika berkomunikasi dengan guru ataupun temannya, konseli bersikap baik dan tidak pemarah seperti biasanya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut salah satu guru di sekolah tersebut mengatakan bahwa konseli memang bukan termasuk dari siswi yang pandai dan hanya mengikuti kehendaknya sendiri, konseli akan sangat terlihat berminat ketika hatinya sedang baik, akan tetapi konseli akan mudah marah apabila berkegiatan dalam keadaan hatinya sedang tidak baik. Banyak dari teman-teman konseli yang merasa heran dengan sikap kesehariannya yang tidak bisa di sentuh oleh temannya, karena menurut yang mereka ketahui ibunya sangat ramah dan sangat sabar. Hal ini diketahui oleh mereka ketika konseli sedang dijenguk oleh ibunya.

Kemarahan yang seringkali terlihat dalam diri konseli memang tidak baik harus cepat diselesaikan agar tidak berkelanjutan. Dalam pandangan para psikolog disebutkan bahwa manusia adalah makhluk yang secara alami memiliki emosi. Emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan suatu perubahan yang jelas pada tubuh. Jadi kemarahan adalah suatu reaksi emosional yang terlatih atau terbiasakan dalam kehidupan sehari-hari, maka sebenarnya ragam emosi yang kasar itu dapat disingkirkan atau sekurang-kurangnya dapat dikendalikan sehingga tidak menimbulkan berbagai akibat atau bahaya yang fatal, yang akan disesali sepanjang hidupnya.[3]

Menjadi disukai dan diterima adalah penting pada masa remaja seperti konseli, karena menjadi prasyarat untuk mendapatkan *feedback* dan dapat

[3] Yadi Purwanto, Rahmat Mulyono, *Psikologi Marah* (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hal. 9.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mencoba gaya hubungan atau kepribadian yang berbeda-beda dari masa ke masa.

Penolakan dan penerimaan teman sebaya serta akibat-akibat yang ditimbulkannya merupakan hal yang sangat penting sebab menciptakan perilaku dan bentuk-bentuk tingkah laku yang akan dibawa oleh konseli pada masa dewasa. Penerimaan sosial dapat dicapai jika konseli bisa menyesuaikan diri terhadap harapan-harapan yang ada dalam kelompok tempat konseli tersebut ingin mendapatkan identitas. Mappiare beranggapan dengan diterimanya mereka diantara teman-teman sebayanya, akan membuat remaja merasa berharga, senang, dan bahagia. Sebaliknya apabila mereka ditolak, konseli akan memiliki tingkah laku agresif ataupun kecewa.[4]

Kebutuhan akan hubungan dengan individu lainnya menyebabkan konseli memilih satu atau dua orang sahabat baik, yang lebih banyak berjenis kelamin sama. Menurut Rice dalam bukunya djelaskan bahwa, persahabatan konseli awal ini sangat kuat dan emosional, dan terkadang terjadi pertengkaran jika tidak memiliki kesamaan diantara mereka. Semakin kuat emosi yang mendorong konseli untuk mencari persahabatan, hubungan yang terjadi akan semakin sulit dan lemah, bahkan terkadang menimbulkan frustrasi dan kemarahan dalam hubungan tersebut, sehingga akan menyebabkan ketidakmatangan, penolakan, ketidakstabilan pada konseli karena emosinya yang berlebihan dan akan mengganggu persahabatan mereka yang bersifat

[4]Yuni Kartika, "*Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja"*, Jurnal Penelitian, 2 (Desember, 2004), hal. 162.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sementara atau selamanya. Pola emosi masa remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan intensitasnya, khususnya pada latihan pengendalian individu terhadap pengungkapan emosi mereka. Konseli tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang 'meledak-ledak', melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang lain yang menyebabkannya marah. Hal ini sama dengan yang tampak pada diri konseli, yang mana dia selalu terlihat memisahkan diri dari teman sebayanya. Dia kurang bisa mengendalikan emosinya ketika bergaul dengan teman-temannya.

Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa konseli antara lain adalah marah, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, dan gembira. Dalam hal emosi yang negatif, umumnya konseli belum dapat mengontrolnya dengan baik. Emosi itu sendiri menurut Damon dan Eisenberg adalah usaha seseorang untuk menentukan, mempertahankan, atau mengubah hubungan antara individu dengan lingkungan agar sesuai dengan keinginan individu tersebut.[5]

Seseorang tidak hanya memiliki emosi, tetapi juga perlu mengatur emosi mereka, dalam arti mereka perlu mengambil sikap terhadap emosi mereka dan menerima konsekuensi dari tindakan emosional mereka. Mengapa regulasi emosi diperlukan setiap orang? Menurut pandangan evolusioner,

---

[5]*Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Konseli Jurnal Psikologi Vol. 2 No. 2, Desember 2004 162*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian dari otak manusia menginginkan untuk melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu, sehingga membuat individu melakukan sesuatu yang lain atau tidak melakukan sesuatupun.[6]

Regulasi itu sendiri adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya. Regulasi emosi berasal dari sumber sosial. Sumber sosial ini merupakan bagian dari minat terhadap orang lain dan norma-norma dari interaksi sosial. Regulasi juga dipengaruhi oleh usia seseorang, karena itu peneliti mengambil konseli sebagai subjek penelitian karena masa konseli, konseli masih memiliki emosi yang tidak stabil. Regulasi emosi juga mempengaruhi pembentukan kepribadian dan menjadi sumber penting bagi perbedaan individu. Misalnya, seseorang tetap tenang walaupun dalam situasi tertekan, sedangkan individu lainnya siap 'meledak' seperti gunung berapi. Hal ini sesuai dengan kebutuhan konseli untuk mendapatkan afeksi dan penerimaan dalam kelompok teman sebayanya.Regulasi emosi tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia. Kesadaran atau proses kognitif membantu individu mengatur emosi-emosi

[6] Yuni Kartika, Hubungan antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja (http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Psi/article/viewFile/24/24, di akses 18 April 2016)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau perasaan-perasaan, dan menjaga emosi tersebut agar tidak berlebihan, misalnya setelah atau sedang mengalami stres. Oleh sebab itu kebiasaan konseli menguasai emosi-emosi yang negatif dapat membuatnya sanggup mengontrol emosi dalam banyak situasi. Penguasaan emosi tersebut membuat konseli dapat mengendalikan emosinya sehingga dapat mendatangkan kebahagiaan bagi konseli ini.[7]

Keadaan emosi yang kurang dapat dikendalikan menyebabkan teman-temannya merasa kurang nyaman dengan keadaan yang seperti itu. Ketika hal ini terus terjadi berkelanjutan, maka ia akan sulit untuk berbaur dengan teman-temannya. Oleh karena itu, dikhawatirkan ia tidak dapat belajar dengan optimal di sekolah jika tidak memiliki arahan untuk meminimalisir emosi negatif yang konseli miliki.

Setiap individu memang berbeda satu sama lainnya dan mempunyai keunikan tersendiri. Kepribadian konseli adalah totalitas sifat, sikap, dan perilaku konseli yang terbentuk dalam proses kehidupan. Menurut teori konvergensi (gabungan) dari William Stern, kepribadian individu merupakan hasil antara faktor internal dan eksternal.[8]

Kepribadian dianggap sebagai instrument yang penting dalam menciptakan keharmonisan hubungan antara teman yang satu dengan teman yang lainnya. Kepribadian menurut Allport adalah cara berinterkasi yang khas

---

[7]Yuni Kartika, Hubungan antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja (http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Psi/article/viewFile/24/24, di akses 18 April 2016)

[8]Hartono, Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Prenada Media Grup, 2013), hal. 78.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

oleh individu terhadap perangsang sosial dan kualitas diri yang dilakukan terhadap segi sosial lingkungannya.[9] Ada beberapa istilah yang terkait dengan kepribadian dalam teori psikologi kepribadian, yakni: *Personality* (kepribadian): penggambaran tingkah laku tanpa nilai, *Character* (karakter): penggambaran tingkah laku dengan nilai, *Disposition* (watak): karakter yang dibisa dirubah, *Temperamen* (temperamen): kepribadian determinan, *Traits* (sifat): respon yang berkelanjutan, *Type-attribute* (ciri): stimuli yang terbatas, *Habit* (kebiasaan): respon yang berulang[10]

Salah satu cara untuk mengetahui kepribadian seseorang adalah melalui Fisiognomi. Fisiognomi berasal dari kata *Phisis* yang berarti alam dan *Gnomon* yang berarti penilaian.[11] Sedangkan pengertian Fisiognomi adalah seni dan ilmu yang digunakan untuk mengenal karakter seseorang dengan melihat wajah atau *Face Reading*.[12] Ilmu Fisiognomi pertama disusun oleh Aristoteles dengan meniliti hubungan antara ciri fisik individu dengan watak kepribadian. Setelah itu ditemukan prinsip fisiognomi oleh Shakespeare, Milton, Dryden. Kemudian abad ke-18 disempurnakan Johan Kaspar Lavater dengan menemukan ciri wajah dan kecenderungan mental. Pada abad ke-19 Franz Joseph Gall mengajukan teori frenologi kontur tengkorak menjadi petunjuk wilayah otak yang berpengaruh dengan mengidentifikasi 27 titik penting. Sehingga tahun 1950-an William Sheldon menemukan teori *somatotypes* atau hubungan antara postur tubuh dengan kepribadian. Teori

[9] Jalaluddin, *Psikologi Agama,* (Jakarta: PT Grasindo, 2012), hal. 202.
[10] Alwisol, *Psikologi Kepribadian,* (Malang: UMM Pres, 2011), hal. 07.
[11] Budi Susilo, *Membaca Kejujuran dan Kebohongan dari Raut Wajah,* (Jogjakarta: Diva Press, 2014), hal. 14.
[12] Dwi Sunar Prasetyono, *Membaca Wajah Orang,* (Jogjakarta: Diva Press, 2012), hal. 06.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Fisiognomi dikembangkan oleh Edward Jones dalam mengidentifikasi kejahatan seseorang.Setelah itu Robert Whiteside menggunakan Fisiognomi untuk menempatan kerja.[13]

Fisiognomi menggunakan wajah untuk menebak karakter seseorang karena wajah merupakan organ tubuh yang pada umumnya sangat terbuka, wajah juga dapat dilihat tanpa memerlukan izin dari pemiliknya. Selain berhadapan secara langsung, wajah juga dapat dilihat atau diamati lewat foto.

Dalam bimbingan dan konseling islam, fisiognomi merupakan bagian dari appraisal atau kegiatan penilaian dan penaksiran oleh seorang konselor terhadap konseli yang meliputi berbagai kondisi pribadi, keluarga dan lingkungan sekitarnya dalam membantu pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Dalam proses bimbingan dan konseling islam tidak dapat mengabaikan karakteristik konseli berupa keunikan Kepribadian (*Uniqueness of Personality).* Setiap kenseli memiliki keunikan dalam aspek kepribadiannya, sehingga perilaku konseli beda dengan konseli lain. Perilaku tersebut ada yang tampak (*overt*) dan ada juga yang tidak tampak (*covert*). disebabkan oleh faktor internal hereditas maupun eksternal lingkungan.[14]

Fisiognomi juga dibenarkan dalam islam, sebab islam menganggap wajah merupakan bagian dari tubuh manusia yang paling empurna sesuai.

لَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ فِىٓ أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

[13] Naomi R. Tickle, *Cara Membaca Wajah*, (Jakarta: Ufuk Press, 2014), hal. 16.
[14] Hartono, *Psikologi Konseling,* (Jakarta: Kencana,2012), hal. 78.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"Artinya: Sesungguhnya kami Telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya .(QS. At-Tin:04)"

Untuk mengetahui bahwa setiap orang memiliki berbagai kelebihan yang mungkin sudah disadari maupun yang tidak disadari adalah penting dengan menggunakan langkah *face reading*. Dengan menggunakan *face reading*, maka kepribadian seseorang akan mudah diketahui bahkan tanpa meminta izin dari orang tersebut. Bukan hanya kepribadian, akan tetapi wajah juga sangat berhubungan dengan energi, kekayaan, karakter, dan juga sifat seseorang.[15]

Dalam hal ini, peneliti menggunakan *face reading* untuk lebih mengenal kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh konseli agar konseli dapat meningkatkan regulasi emosinya.kemampuan meregulasi emosi penting dimiliki oleh Arienda agar arienda mampu mengembangkan potensinya dengan optimal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka peneliti dapat mengambil beberapa rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan *face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo?

[15]Susanto Iin, *100 Cara Super Cepat Membaca Wajah (Jakarta: PT Gramedia Widiasrana Indonesia, 2014), Hal. 5.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Bagaimana hasil Bimbingan dan Konseling Islam dengan *face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan *face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui bagaimana hasil Bimbingan dan Konseling Islam dengan *face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

D. Manfaat Penelitian

Sebagaimana mestinya suatu penelitian tentu mempunyai manfaat secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
   a. Untuk memberikan wawasan ilmu bagi pembaca mengenai Bimbingan dan Konseling Islam dengan *face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi siswi maupun siswa di sekolah maupun dilingkungan kesehariannya.
   b. Sebagai bahan referensi bagaimana memberikan bimbingan kepada siswa SMP serta lingkungan dalam meningkatkan regulasi emosi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah Menengah Pertama Islam Insan Kamil

Hasil dari penelitian ini dimaksudkan agar dapat memberikan masukan kepada SMP Islam Insan Kamil untuk meningkatkan keterampilan meregulasi emosi siswa dan siswinya

b. Bagi Siswa SMP Islam Insan Kamil

Bagi siswa SMP Islam Insan Kamil, penelitian ini dapat memberikan masukan agar siswa siswi SMP Islam Insan Kamil dapat mengenali karakteristik yang ada dalam dirinya, sehingga dalam pergaulan sehari-hari tidak tidak ada kesenjangan antara teman yang satu dengan yang lainnya. serta agar siswa dapat optimal menyalurkan potensi dirinya tanpa hambatan emosional yang dapat membuat siswa tidak nyaman dalam proses belajarnya.

c. Bagi Penulis

Dengan penelitian ini membantu peneliti sebagai wahana latihan Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Keterampilan, dan dapat dijadikan bahan pertimbangan peneliti selanjutnya.

E. Definisi Konsep

Agar diketahui maksud judul penelitian ini, maka berikut dijelaskan beberapa konsep sebagai berikut:

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbigan dan konseling menurut Sherter dan Stone yang terdapat dalam buku Syamsu Yusuf adalah *"procces of helping an individual to*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

understand himself and his world" yang artinya adalah bahwa bimbingan dan konseling itu merupakan sebuah proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri dan lingkungannya.[16]

Bimbingan dan konseling Islam menurut H. M. Arifin adalah usaha pemberi bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik lahiriah maupun batiniah, yang menyangkut kehidupan, dimasa kini dan masa mendatang. Bantuan tersebut berupa pertolongan di bidang mental spiritual. Dengan maksud agar orang yang bersangkutan mampu mengatasi kesulitannya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, melalui dorongan dari kekuatan iman, dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.[17]

Adapun dalam penelitian ini, akan dilakukan beberapa langkah yang diantaranya yaitu ketika pertama kali bertemu dengan konseli, peneliti akan meminta foto bersama guna kepentingan penelitian ini, selanjutnya peneliti akan meneliti dengan cara membaca wajahnya konseli melalui foto yang didapatkan, kemudian menganalisa kelebihan serta kekurangan yang ada pada diri konseli, tahap terakhir peneliti akan memberikan konseling tentang kelebihan atau potensi yang ada pada diri konseli agar bisa dikembangkan secara maksimal dan juga bisa beradaptasi dengan teman-temannya serta bisa meregulasi emosinya dengan baik.

---

[16]Syamsu Yusuf, Nurihsan Juntika, *Landasan Bimbingan dan konseling* (Bandung: Remaja Rosdyakarya). Hal. 5.

[17]H.M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama,* (Jakarta: Golden TerayonPress, 1982), hal. 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. *Face Reading*

Face reading merupakan cara memahami sifat dan karakter seseorang melalui pembacaan karakter wajah atau dalam bahasa ilmiah disebut dengan Fisiognomi. Fisiognomi adalah salah satu teknik yang dapat digunakan untuk mengenal karakter seseorang dengan mudah hanya dengan melihat wajah, karena wajah merupakan anggota tubuh yang biasanya menjadi titik perhatian.[18]

Dalam penelitian ini *face reading* diambil hanya melalui gambar/foto wajah konseli yang kemudian foto itu diteliti untuk memberi masukan kepada siswa agar dapat meningkatkan keterampilan regulasi emosinya.

Adapun pemanfaatan *face reading* dalam penelitian ini adalah agar mengetahui bagaimana karakteristik konseli melalui wajahnya. Karena dengan mengetahui karakteristik konseli, maka kelebihan-kelebihan yang terdapat pada diri konseli dapat dikembangkan dan juga sebagai acuan untuk membimbing konseli dalam meningkatkan regulasi emosinya.

Diharapkan adanya *face reading* ini dapat memberi manfaat untuk konseli agar senantiasa dapat memperkuat hubungan antar teman. Serta untuk meneropong potensi yang dimiliki dan mengawalnya melalui treatment (perlakuan) yang sesuai sehingga proses perjalanan belajarnya menjadi kondusif.

[18] Prasetyono Dwi Sunar, *Membaca Wajah Orang* (Jogjakarta: Diva Press, 2013), hal. 6.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Regulasi Emosi

Menurut William James dalam buku ini dijelaskan bahwa emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh.Jadi, emosi setiap orang adalah keadaan jiwanya tetapi nampak secara nyata pada perubahan jasmaniahnya.

Emosi manusia pada pokoknya dapat dibedakan dalam dua macam. Pertama yaitu emosi halus dan menyenangkan, misalnya kasih sayang. Kedua yaitu emosi yang kasar dan menyebalkan. Emosi yang kedua ini banyak ragamnya dan satu diantara banyak menjadi penghalang sukses ialah marah.[19]

Reivich dan Shatte mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan untuk tenang di bawah tekanan. Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah tekanan, meliputi semua kesadaran dan ketidaksadaran strategi yang digunakan untuk menaikkan, memelihara, mengontrol dan menurunkan emosi sehingga berpengaruh pada perasaan, perilaku, dan respon fisiologis.

Adapun regulasi emosi yang ingin ditingkatkan dari diri konseli adalah yang awalnya sangat mudah marah, cenderung egois, dan tidak mudah berbaur dengan temannya akan lebih bisa meregulasi semua menjadi lebih baik. Karena semua manusia berhak untuk dibimbing kearah yang lebih baik. Diharapkan agar konseli bisa meregulasi emosinya seperti

[19]Yadi Purwanto, Rahmat Mulyono, *Psikologi Marah* (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hal.8

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengurangi sifat egois antar teman dan lebih mudah mengontrol emosi marahnya agar teman-temannya bisa nyaman berteman serta konseli bisa belajar dengan optimal dengan bantuan teman-temannya.

Dengan bantuan *face reading* ini, konseli akan menemukan sejatinya potensi-potensi yang dia punya agar lebih bisa dikembangkan dan membantu konseli agar semakin bisa menata rapi emosinya ketika berhubungan dengan orang lain.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada umumnya sebuah penelitian menggunakan dua model metode penelitian, yaitu metode penelitian kuantitatif dan metode penelitian kualitatif. Fokus dalam penelitian ini adalah Bimbingan dan Konseling Islam dengan *Face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo. Guna mendalami fokus tersebut jenis penelitian ini mengggunakan metode penelitian kualitatif (*qualitative research*). Metode penelitian kualitatif sebagaimana yang diungkapkan Bogdan dan Taylor sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.[20]

Penelitian kualitatif memusatkan perhatiannya pada prinsip-prinsip umum yang mendasari perwujudan satuan-satuan gejala yang ada dalam kehidupan manusia, atau pola-pola yang dianalisis gejala-gejala sosial

[20] Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

budaya dengan menggunakan kebudayaan dari masyarakat yang bersangkutan untuk memperoleh gambaran mengenai pola-pola yang berlaku.[21]

Penelitian kualitatif dipilih karena fenomena yang diamati perlu pengamatan terbuka, lebih mudah berhadapan dengan realitas, kedekatan emosional antar peneliti dan subjek/konseli sehingga didapatkan data yang mendalam, dan bukan pengangkaan. Penelitian kualitatif memiliki tujuan untuk mengeksplorasi kekhasan pengalaman seseorang ketika mengalami suatu fenomena sehingga fenomena tersebut dapat di buka dan dipilah sehingga dicapai suatu pemahaman yang ada. Metode kualitatif tidak menggunakan pertanyaan yang rinci, biasanya hanya dimulai dengan pertanyaan yang umum, tetapi kemudian meruncing dan mendetail karena peneliti memberikan peluang yang seluas-luasnya kepada partisipan dalam mengungkapkan pikiran dan pendapatnya.

Dalam mengumpulkan, mengungkapkan berbagai masalah dan tujuan yang hendak dicapai, maka penelitian ini dilakukan dengan pendekatan studi kasus (*case study*). Menurut Moh. Nadzir, Studi Kasus adalah penelitian tentang status obyek penelitian yang berkaitan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan atau khas dari personalitas.[22] Jadi pada penelitian ini, penulis menggunakan penelitian studi kasus karena penulis ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari

[21] Burhan Ashshofa, *Metode Penelitian Hukum* (Jakarta: PT. Rineka Karya, 1998), hal. 20
[22]Moh. Nazir, *MetodePenelitian* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), hal. 63

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu secara rinci dan mendalam selama kurun waktu tertentu untuk membantunya memperoleh penyesuaian diri yang lebih baik.

2. Sasaran dan lokasi penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah seorang pelajar SMP yang mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya, karena banyak diantara teman-temannya yang mengeluh dengan sikapnya yang suka berubah-ubah.Sedangkan peneliti adalah seorang mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya yang bernama Arina Rifqiyani. Adapun Lokasi penelitian yaitu di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

3. Jenis dan sumber data

Dalam penelitian ini jenis data yang digunakan adalah kualitatif, yakni data yang meliputi gambaran umum lokasi penelitian, deskripsi tentang latar belakang konseli, konselor dan masalah, proses pemberian Bimbingan dan Konseling dalam menangani keterampilan untuk meregulasi emosi dan hasil dari proses pemberian Bimbingan dan Konseling.

Terdapat dua sumber data dalam penelitian ini, yakni data primer dan data sekunder. Sumber data primer adalah subyek penelitian yang dijadikan sebagai sumber informasi penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau pengambilan data secara langsung[23] atau dikenal dengan istilah interview (wawancara). Data yang diperoleh langsung dari konseli

[23] Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2007), hal. 91.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan guru Bimbingan Konseling. Data sekunder adalah data yang diperoleh dari wali kelas dan teman-teman sekolahnya.

4. Tahap-tahap penelitian

Adapun tahap-tahap penelitian menurut buku metodologi penelitian kualitatif adalah:

a. Tahap pra lapangan

1) Menyusun rencana penelitian

Dalam hal ini peneliti akan memahami sebab-sebab atau hal-hal yang mempengaruhi konseli. Setelah mengetahui maka peneliti akan membuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi konsep dan membuat rancangan data-data yang peneliti perlukan.

2) Memilih lapangan penelitian

Dalam hal ini peneliti memilih lapangan penelitian di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

3) Mengurus perizinan

Surat izin untuk penelitian dibuat secara tertulis dan ditujukan kepada kepala sekolah SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo sebagai bentuk birokrasi dalam penelitian.

4) Menjajaki dan menilai keadaan lapangan

Peneliti akan mengenali keadaan yang sesuai dengan keadaan di lapangan serta menyiapkan perlengkapan yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diperlukan di lapangan, kemudian peneliti mulai mengumpulkan data yang ada di lapangan.

5) Memilih dan memanfaatkan konseli

Konseli adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi serta latar belakang kasus tersebut. Konseli dalam penelitian ini adalah konseli, guru wali kelas, dan teman-teman konseli di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

6) Menyiapkan perlengkapan penelitian

Peneliti menyiapkan perlengkapan yang dibutuhkan, pedoman wawancara, alat tulis, map, buku, perlengkapan fisik, izin penelitian, dan semua yang berhubungan dengan penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan deskripsi data lapangan.

7) Persoalan etika penelitian

Etika penelitian pada dasarnya yang menyangkut hubungan baik antara peneliti dengan subjek penelitian, baik secara perorangan maupun kelompok. Maka peneliti harus mampu memahami kebudayaan, adat istiadat ataupun bahasa yang di gunakan, kemudian ”untuk sementara” peneliti menerima seluruh nilai dan norma yang ada di dalam masyarakat.[24] Dalam penelitian ini berdasarkan kode etik dan norma yang ada di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

[24]Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1988), hal. 85-92

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Tahap lapangan

1) Memahami latar penelitian

Sebelum peneliti memasuki lapangan, peneliti perlu memahami latar penelitian terlebih dahulu. Disamping itu perlu mempersiapkan diri baik secara fisik maupun secara mental.

2) Memasuki lapangan

Saat memasuki lapangan peneliti akan menjalin hubungan yang baik dengan subjek-subjek penelitian, sehingga akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan data.

3) Berperan serta dalam mengumpulkan data

Dalam tahap ini yang harus peneliti pengarahan batas studi serta memulai memperhitungkan batas waktu, tenaga ataupun biaya. Disamping itu juga mencatat data yang telah didapat di lapangan yang kemudian analisis di lapangan.

4) Tahap Analisis Data

Suatu proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar. Peneliti menganalisis data yang dilakukan dalam suatu proses yang berarti pelaksanaannya sudah mulai dilakukan sejak pengumpulan data yang dilakukan dan dikerjakan secara intensif. Kemudian menghasilkan tema dan hipotesis yang sesuai dengan kenyataan.

5. Teknik Pengumpulan Data

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hal yang harus dilakukan terlebih dahulu sebelum mengadakan penelitian adalah menentukan teknik yang akan digunakan dalam mengumpulkan data, harus diperlihatkan cara dan hakekat pemakaian metode pengumpulan datanya. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.[25]

Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data sangat penting guna mendapatkan data dalam sebuah penelitian. Tanpa mengetahui tenik pengumpulan data maka penelitian tidak akan mendapatkan data sesuai dengan apa yang diharapkan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara pengamatan (*observasi*), wawancara mendalam (*in dept interview*), dan studio dokumentasi.

Adapun lebih jelasnya sebagai berikut:

a) Observasi (pengamatan)

Observasi atau Pengamatan merupakan suatu unsur penting dalam penelitian kualitatif, observasi dalam konsep yang sederhana adalah sebuah proses atau kegiatan awal yang dilakukan oleh peneliti untuk bisa mengetahui kondisi realitas lapangan penelitian. Menurut Black dan Champion.[26] Observasi adalah mengamati dan mendengar

[25] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 224

[26] James A. Black dan Dean J. Champion, *Metode dan Masalah Penelitian Sosial* (Bandung: Refika Aditama, 2009), hal. 286

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perilaku seseorang selama beberapa waktu, tanpa melakukan manipulasi atau pengendalian serta mencatat penemuan yang memungkinkan atau memenuhi syarat untuk digunakan kedalam tindakan analisis.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi. Observasi adalah peneliti terlibat langsung dengan kegiatan subjek yang sedang diteliti atau dengan orang yang dijadikan sebagai sumber penelitian dengan mengikuti apa yang dikerjakan oleh subjek yang diteliti.[27]

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengobservasi mengenai keseharian konseli. Bagaimana keseharian konseli dengan teman, guru, atau bahkan dengan orang tua konseli. Peneliti juga ingin mengobservasi cara berkomunikasi serta karaktersitik konseli dalam setiap kegiatan baik pada saat di sekolah maupun saat dilingkungan rumahnya.

b) Wawancara

Wawancara merupakan bagian penting dalam penelitian kualitatif sehingga peneliti dapat memperoleh data dari berbagai konseli secara langsung. Penelitian kualitatif sangat memungkinkan untuk penyatuan teknik observasi dengan wawancara. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Nasution[28] bahwa dalam sebuah penelitian

[27] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R dan D* (Bandung Alfabeta, 2010), hal . 227

[28] S. Nasution, *Metodologi Penelitian Naturalistik Kualitatif* (Bandung: Tarsito, 2003), hal. 69

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kualitatif observasi saja, belum memadai itu sebabnya observasi harus dilengkapi dengan wawancara.

Menurut Hadi yang tertulis dalam buku karya Burhan Bungin dijelaskan bahwa wawancara merupakan metode pengumpulan data dengan jalan tanya-jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandaskan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini wawancara merupakan alat utama dalam menggali data tentang regulasi emosi siswa.

Pada tahap ini, dilakukan wawancara secara intensif dan mendalam terhadap para konseli, dengan cara wawancara yang tidak terstruktur dengan menggunakan panduan yang memuat garis besar lingkup penelitian, dan dikembangkan dengan bebas selama wawancara berlangsung akan tetapi tetap pada sebatas ruang lingkup penelitian, dengan tujuan agar tidak kaku dalam memperoleh informasi dengan mempersiapkan terlebih dahulu gambaran umum pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan. Wawancara mendalam secara umum merupakan suatu proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan konseli atau orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara dimana pewawancara dan konseli terlibat dalam kehidupan sosial yang relatif lama.[29] Peneliti mengamati kenyataan dan mengajukan pertanyaan dalam

[29] Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif; Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Kencana, 2010), hal. 108

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

wawancara hingga berkembang secara wajar berdasarkan ucapan dan buah pikiran yang dicetuskan oleh orang yang diwawancarai.[30] Maksud dalam penelitian ini penulis memaparkan data hasil penelitian di lapangan yakni tentang hasil *face reading* untuk meregulasi emosi siswa di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

Pada tahap wawancaraini peneliti akan mengajukan beberapa pertayaan mengenai keseharian dan karakteristik konseli ketika disekolah maupun di lingkungan rumahnya,. Peneliti akan mengajukan beberapa pertanyaan kepada teman, sahabat, guru, atau bahkan kepada orang tua konseli.

c) Dokumentasi

Merupakan suatu metode atau teknik yang digunakan dalam penelitian kualitatif untuk mengungkapkan atau mencari berbagai informasi dari sumber-sumber yang berkaitan dengan masalah penelitian. Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu.[31] Biasanya dokumentasi ini berupa pengambilan foto atau video aktifitas dari subyek yang ditelitinya. Kemudian dari foto-foto itulah diolah sehingga menjadi sebuah catatan lapangan, dan dari foto-foto itu bisa diketahui bagaimana kenyataan di lapangan.

Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berupa tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, peraturan dan

[30] Andi Prastowo, *Menguasai Teknik-teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Diva Press, 2010), hal. 14

[31] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif,* (Bandung :Alfabeta, 2009), hal. 82

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

semacamnya. Dokumen yang berbentuk gambar dapat berupa foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Sedangkan dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain. Studi dokumen dalam penelitian kualitatif merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.

6. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif proses analisis data berlangsung sebelum peneliti ke lapangan, kemudian selama di lapangan dan setelah di lapangan, sebagaimana yang diungkapkan Sugiyono[32] bahwa analisis data telah dimulai sejak dirumuskan dan menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan dan terus berlanjut sampai penulisan hasil penelitian. Oleh karena itu, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni proses mengumpulkan dan menyusun secara baik data-data yang didapatkan melalui observasi, wawancara, dan dokumen serta berbagai bahan lain yang berkaitan dengan fokus penelitian. Dari hasil tersebut kemudian ditarik suatu kesimpulan yang merupakan jawaban atas permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini.[33]

a. Analisis sebelum di lapangan

[32] Soerjono Soekanto, *Metodologi Penelitian Hukum* (Jakarta: UI Press, 1986), h. 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sebelum terjum ke lapangan peneliti melakukan analisis terhadap berbagai data yang berkaitan dengan *Face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi seorang siswa SMP, baik skripsi, tesis, tulisan dalam bentuk buku, jurnal maupun tulisan lepas lain yang ditemukan di berbagai media cetak maupun elektronik.

Proses analisis data dilakukan secara terus-menerus untuk menemukan hal-hal penting untuk membantu mempermudah dalam mengkaji penelitian ini. namun proses analisis dilakukan pada tahap ini masih bersifat sementara, dan akan berkembang setelah berada di lapangan dan mengumpulkan data-data yang terkait dengan masalah penelitian.

b. Analisis di lapangan dengan menggunakan model Miles dan Huberman

Miles dan Huberman menyatakan bahwa aktifitas dalam analisis data pada kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus-menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktifitas analisis data sebagaimana yang diungkapkan tersebut meliputi tiga unsur yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan, sebagai berikut:

1) Reduksi Data (*Reduction Data*)

Merupakan langkah awal dalam menganalisis data dalam penelitian ini.Kegiatan reduksi data bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam memahami data yang telah dikumpulkan. Data yang telah dikumpulkan dari lapangan memalui observasi, wawancara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

direduksi dengan cara merangkum, memilih hal-hal yang pokok dan penting, mengklarifikasi sesuai fokus yang ada pada masalah dalam penelitian ini. Reduksi data memerlukan kecerdasan dan keluasan wawasan yang tinggi. Bagi peneliti yang masih baru dalam melakukan reduksi data dapat mendiskusikan pada teman atau orang lain yang dipandang ahli. Melalui diskusi tersebut, maka wawasan peneliti akan berkembang sehingga dapat mereduksi data yang memiliki nilai temuan dan pengembangan teori yang signifikan.[34]

Proses mereduksi data merupakan bagian dari analisis untuk menajamkan, menggolongkan, mengarahkan membuang yang tidak perlu dan mengorganisir data dengan baik sehingga proses kesimpulan akhir nanti terlaksana dengan baik.

Dalam penelitian ini, aspek-aspek yang direduksi adalah hasil observasi maupun wawancara menyangkut konsep diri remaja yaitu.Pemenuhan aspek-aspek dimaksud memudahkan dalam melakukan penyajian data dan berujung pada penarikan kesimpulan dari hasil penelitian ini.

2) Penyajian Data (*Display Data*)

Merupakan tahapan kedua dalam aktivitas menganalisa data seperti yang dikemukakkan oleh Miles dan Huberman. Dalam proses penyajian data peneliti menyajikan data secara jelas dan

[34] Ismail Nawawi, *Metoda Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi Interdisipliner untuk Ilmu Sosial, Ekonomi/ Ekonomi Islam, Agama, Manajemen, dan Ilmu Sosial lainnya* (Jakarta: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2012), hal. 258

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

singkat untuk memudahkan dalam memahami masalah yang diteliti, baik secara keseluruhan maupun bagian demi bagian. Untuk itu menurut Nasution[35] bahwa data yang bertumpuk dan laporan yang tebal akan sulit dipahami, oleh karena itu agar dapat melihat gambaran atau bagian-bagian tertentu dalam penelitian harus diusahakan membuat berbagai macam matriks, uraian singkat, networks, chart dan grafik. Sementara itu Miles dan Huberman mengungkapkan bahwa yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah teks yang bersifat naratif. Sebagaimana dengan proses reduksi data, penyajian data dalam penelitian ini tidaklah terpisah dari analisis data. Hal pertama yang dilakukan dalam proses penyajian data pada penelitian ini adalah penggambar secara umum hasil penelitian ini dimulai dari lokasi penelitan yaitu di kediaman subjek.

3) Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dan verifikasi adalah tahapan terakhir dalam teknik analisis data pada peneltian kualitatif. Dari proses pengumpulan data, peneliti mulai mencatat semua fenomena yang muncul dan melihat sebab akibat yang terjadi sesuai dengan masalah penelitian ini.dari berbagai aktifitas dimaksud maka peneliti membuat kesimpulan berdasarkan data-data awal yang ditemukan, data-data dimaksud masih bersifat sementara. Penarikan

[35] S. Nasution, *Metodologi Penelitian Naturalistik Kualitatif*,… hal. 129

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesimpulan ini berubah menjadi kesimpulan akhir yang akurat dan kredibel karena proses pengumpulan data oleh peneliti menemukan bukti-bukti yang kuat, valid dan konsisten dalam mendukung data-data yang dimaksud.

Kesimpulan-kesimpulan yang ada kemudian diverifikasi selama penelitan berlangsung. Yaitu berupa pemikiran kembali yang melintas dalam pikiran peneliti selama masa penulisan (penyusunan dan pengolahan data), tinjauan ulang pada catatan-catatan selama masa penelitian di lapangan, tinjauan kembali dengan seksama berupa tukar pikiran dengan para ahli (pembimbing) untuk mengembangkan kesepakatan intersubjektif, serta membandingkan dengan temuan-temuan data lain yang berkaitan dengan bimbingan konseling Islam siswa kelas VIII SMP Islam Insan Kamil.

Kesimpulan penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum ada yang berupa deskripsi atau gambaran yang sebelumnya belum jelas menjadi jelas.[36]

Dengan demikian ketiga unsur dalam analisis data merupakan satu kesatuan atau unsur penting dalam analisis hasil sebuah penelitian kualitatif sebagaimana yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman. Maka dari itu analisis data dalam penelitian ini merupakan sebuah proses untuk mencari serta menyusun secara

[36] Ismail Nawawi, *Metoda Penelitian Kualitatif: Teori dan Aplikasi Interdisipliner untuk Ilmu Sosial, Ekonomi/ Ekonomi Islam, Agama, Manajemen, dan Ilmu Sosial lainnya* (Jakarta: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2012),. h. 259

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sistematik data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumen sehingga berakhir dengan kesimpulan yang mudah dipahami.

7. Teknik pemeriksaan keabsahan data

Pemeriksaan keabsahan data dalam kualitatif sangat diperlukan untuk menguji ataupun memeriksa akurasi data yang telah dikumpulkan dari proses penelitian ini berlangsung. Menurut Nasution pemeriksaan keabsahan data diperlukan untuk membuktikan hasil yang diamati sudah sesuai dengan kenyataan dan memang sesuai dengan sebenarnya ada atau kejadiannya.Teknik yang digunakan dalam pemeriksaan keabsahan data penelitian ini adalah Triangulasi Data.

Triangulasi adalah teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan data yang diperoleh dari beberapa teknik penggaliaan data yang digunakan, seperti observasi, wawancara, pencatatan lapangan (*field note*) dan dokumentasi.[37] Triangulasi data ini biasanya ada dua cara yang dilakukan oleh peneliti yaitu:

a. Membandingkan semua hasil data yang diperoleh dari lapangan mulai dari data observasi, wawancara dan dokumentasi, hal ini dilakukan untuk mencari keabsahan dari data-data yang telah diperoleh.
b. Membandingkan hasil wawancara dengan hasil dokumentasi, yang tujuannya untuk mengkomparasikan antara kedua data tersebut.

[37] Sugiyno, *Memahami Penelitian Kualitatif,* (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 83

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Oleh karena itu dalam penelitian ini diadakan pengecekan terhadap validasi data yang telah diperoleh dengan mengkonfirmasi antara data/informasi yang diperoleh dari sumber lain yaitu teman dari subjek, saudara atau keluarga subjek, tetangga, guru atau wali subjek. Peneliti membandingkan data hasil wawancara dari subjek penelitian dengan data hasil observasi dan mencocokkannya kemudaian mengalisis.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab pokok bahasan yang meliputi:

BAB PERTAMA : Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian yang meliputi: pendekatan dan jenis penelitian, subyek penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik pemeriksaan keabsahan data, dan sistematika pembahasan.

BAB KEDUA : Kerangka teoritik meliputi kajian pustaka yang membahas tentang Bimbingan dan Konseling Islam, *analisa Face reading*, dan Langkah-langkah dalam pemberian bantuan melalui Bimbingan dan Konseling. Keterampilan regulasi emosi, yang dapat digunakan untuk menyalurkan potensi dirinya tanpa hambatan emosional yang dapat membuat siswa tidak nyaman dalam proses belajarnya.

BAB KETIGA :Penyajian data terdiri dari deskriptif umum objek penelitian. Deskriptif umum objek penelitian membahas tentang: gambaran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lokasi penelitian, deskripsi klien, deskripsi masalah dan deskripsi konselor. Sedangkan deskripsi proses penelitian membahas tentang: proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan*Face reading* untuk meningkatkan regulasi emosi Seorang Siswi Kelas VIII Di SMP Islam Insan Kamil Sidoarjo.

BAB KEEMPAT : Analisis data yang mana analisis data yaitu analisis data mengenai proses pencegahan ketidakoptimalan proses belajar akibat tidak stabilya emosi dengan menggunakan *face reading* untuk siswi kelas VIII SMP Islam Insan Kamil.

BAB KELIMA : Penutup, penutup merupakan bagian terakhir. Di mana pada bagian ini akan membahas tentang kesimpulan, saran dan lampiran-lampiran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id