BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Rasa jenuh atau bosan tentunya merupakan sifat alamiah terhadap diri manusia, hal ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor antara lain, rutinitas yang monoton terhadap bidang yang digeluti sampai ketidak cocokan terhadap rekan kerja maupun atasan.

Dalam proses pendidikan di sekolah secara komprehensif, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik.[1]

Dalam hal ini penulis akan membahas salah satu dari bentuk kesulitan belajar yaitu kejenuhan belajar yang tidak selalu mudah untuk diatasi. Bahkan lebih daripada itu, sering kali faktor penyebabnya tidak dapat diketahui dengan jelas. Gejala-gejala yang sering dialami adalah timbulnya rasa malas, lesu, dan tidak bergairah untuk belajar. Padahal sebelumnya individu yang bersangkutan masih mempunyai kemauan untuk belajar.[2]

Kondisi seperti ini sangat wajar dialami oleh setiap manusia, terkadang sesuatu yang dikerjakan seseorang bukan sepenuhnya atas keinginannya sendiri, namun berdasarkan tekanan atau tuntutan dari berbagai macam pihak, namun hal seperti ini akan berdampak cukup serius bagi kelangsungan kariernya.

---

[1] Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), hal.1.

[2] Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif* (Jakarta: Puspa Swara, 2004), hal. 62.

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

Kondisi yang lebih buruk lagi, bila rasa jenuh itu mempengaruhi kegiatan dimana tempatnya bekerja.

Secara harfiah jenuh adalah padat atau penuh sehingga tidak mampu lagi memuat apapun. Future atau jenuh ialah terputus setelah terus menerus atau sikap malas, lamban, dan santai setelah sebelumnya giat dan bersungguh-sungguh. Selain itu jenuh juga dapat berarti jemu atau bosan.

Perasaan jenuh dialami oleh semua manusia tanpa terkecuali, baik orang dewasa maupun remaja, baik yang aktif di perkuliahan maupun aktif di keorganisasian.dalam penelitian kali ini akan menjelaskan fenomana kejenuhan dalam berorganisasi di salah satu UKM di UIN Sunan Ampel Surabaya, yaitu UKM Paduan Suara.

Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya adalah organisasi intra kampus yang bergerak di bidang seni musik atau lebih berkonsentrasi di bidang paduan suara *(choir*), dalam paduan suara sendiri terbagi dalam 4 kelompok suara yaitu, *sopran* untuk suara tinggi wanita, *alto* untuk suara rendah wanita, *tenor* untuk suara tinggi pria dan *bass* untuk suara rendah pria.

Eksistensinya paduan suara di dalam maupun di luar kampus cukup banyak. Di dalam kampus sendiri paduan suara mengikuti banyak kegiatan yang dilaksanakan oleh lembaga UIN Sunan Ampel Surabaya, seperti wisuda yang rutin dilaksanakan setahun dua kali, pengukuhan guru besar yang sering digelar di dalam kampus maupun upacara kenegaraan yang selalu dilaksanakan di dalam kampus. Tidak hanya berkecimpung di dalam kampus, paduan suara

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

UIN Sunan Ampel Surabaya juga menunjukan tajinya di luar kampus. Penampilan demi penampilan di berbagai ORMAS maupun perguruan tinggi swasta pernah dijalani oleh UKM Paduan Suara UINSA ini. Semua tidak lepas dari menejemen keorganisasian yang baik.

Namun seiring berjalannnya waktu pengurus merasakan adannya penurunan kualitas maupun kuantitas dalam keanggotaan paduan suara. Yang paling sering terasa yaitu di dalam kelompok suara *Bass*. Koordinator suara Bass yaitu saudara AN, akhir-akhir ini kurang konsentrasi dalam latihan seperti halnya banyak nada-nada yang *fals* sehingga dapat mengganggu keharmonisasian suara.

Kinerja dalam kepengurusan yang menurun drastis seperti jarang sekali hadir dalam rapat pengurus yang diadakan sebulan sekali. Rapat pengurus berguna untuk mengkondisikan anggota agar tetap berjalan dengan baik.

Rapat pengurus tidak pernah dihadiri oleh saudara AN sehingga pengurus harian kurang mengetahui perkembangan anggota di suara *Bass*. Presensi kehadiran dalam latihan yang sangat minim sehingga saudara AN secara otomatis tertinggal dalam pembendaharaan lagu-lagu baru.

Gejala seperti ini terjadi setelah diadakannya *event* Festival Qasidah Rebana dan Paduan Suara yang diadakan oleh Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2015 yang lalu. Saat itu saudara AN diberi mandat untuk menjadi ketua pelaksana festival, berdasarkan hasil *voting* yag dilaksanakan seluruh anggota UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya.

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

Setelah acara selesai perubahan mulai nampak pada diri saudara AN seketika saudara AN tidak pernah hadir dalam latihan maupun dalam kegiatan kegiatan paduan suara, bahkan pada saat laporan pertanggungjawaban acara festival saudara AN tidak hadir sehingga *image* yang kurang baik melekat pada diri saudara AN.

Burnout syndrome ini merupakan gejala yang bisa mengakibatkan kemunduran produktifitas dalam berorganisasi, maupun bekerja, namun hal seperti itu dapat diantisipasi dengan pemberian terapi secara kontiniu yang bertujuan untuk menumbuhkan kembali semangat bekerja dan berproses di dalam organisasi dengan menggunakan *Rational Emotive Behavioral Theraphy (REBT).*[3]

Burnout Syndrome atau yang lebih akrab disebut dengan kejenuhan ini memang sering dialami oleh manusia terutama di dunia pekerjaan, peneliti pernah mengalami kasus kejenuhan ini, dimana rasa yang demikian sangat mengganggu produktifitas didalam dunia kerjannya.

Burnout syndrome berbeda dengan *Stress, stress* merupakan fenomena psikofisik yang manusiawi. Artinya, *strees* itu bersifat inheren pada diri setiap orang dalam menjalani kehidupan sehari hari. *Stress* dialami oleh setiap orang degan tidak mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan, atau status sosial-ekonomi. *Stress* bisa dialami oleh bayi, anak-anak, remaja atau dewasa, pejabat atau warga masyarakat biasa, pengusaha atau karyawan, serta pria

[3] Hartono, *Psikologi konseling* (Jakarta: kencana prenada media group,2012), hal. 139-140.

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

maupun wanita[4], sehingga beberapa rekan kerja sempat memberi kritik yang cukup tegas mengenai permasalahan tersebut.

Kasus *burnout syndrome* ini sangat menarik untuk diteliti karena ini merupakan masalah mendasar bagi dunia kerja, karena kejenuhan dapat mengganggu produktifitas dalam pekerjaan serta dapat membentuk permasalahan baru yang ada di lingkungan pekerjaan baik dari segi kerjasama team maupun hubungan dengan atasan.

Struktur piramida organisasi yang dibarengi dengan semakin berkurangnya posisi manajemen secara khusus berarti bahwa akan datang suatu waktu dalam karier seseorang ketika dia tidak lagi dapat ''naik'' dalam organisasi.

Kondisi yang semacam ini menyebabkan seseorang tidak berkembang dalam kariernya, tidak bisa mengembangkan aktualisasi dirinnya sebagai manusia, yang pada hakikatnya bahwa manusia perlu mencapai aktualisasi dirinya dalam proses bermasyarakat. Peningkatan mutu dari individu itu sendiri merupakan salah satu faktor agar manusia mencapai aktualisasi dirinnya.

Selain itu, kemajuan karier tidak selalu merupakan perjalanan keatas terus menerus, melainkan perjalanan yang meliputi periode pergerakan maupun periode stabilitas. Faktor-faktor ini berkontribusi terhadap apa yang dinamakan *carrer plateau* (karier tanpa kemajuan).

Penyebab *carrer plateau* dan intervensi manajerialnya adalah *burnout* yaitu hubungan antara pribadi dan pekerjaan ditinjau dari kinerjanya kurang

[4] Farid Mashudi, *Psikologi Konseling (Buku Panduan Lengkap dan Praktis Menerapkan Psikologi Konseling* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2013), hal. 183.

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

baik, langkah atau solusi yang dapat ditangani salah satunnya yaitu rotasi kerja. Iklim organisasi dan konflik peran yang menjadikan sikap kerja kurang baik dalam kasus ini dapat ditangani dengan cara *management* pencegahan *stress*.[5]

Dalam kasus yang dialami oleh saudara AN nampak adanya gejala *carrer plateu*. Sikap yang kurang baik nampak pada saudara AN khususnya saat berada di organisasi ini. Sikapnya yang cenderung menjauh bahkan menghindar dari pengurus dan Pembina UKM Paduan Suara, sikap yang kurang ramah pun nampak saat bertemu dengan anggota maupun pengurus UKM Paduan suara.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses Bimbingan Konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) untuk mengatasi masalah *Burnout Syndrome* seorang pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya?
2. Bagaimana hasil akhir *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam menangani *Burnout Syndrome* seorang pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Mendeskripsikan proses *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam menangani *Burnout Syndrome* pada seorang pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

[5] Kaswan, *Carrer Development (Pengembangan Karier untuk Mencapai Kesuksesan dan Kepuasan)* (Bandung: Alfabeta, 2014), hal. 144-146.

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. Mengetahui hasil akhir dari *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam menangani *burnout syndrome* pada seorang pengrus Unit Kegiatan Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
   a. Diharapakan penelitian ini dijadikan sumber referensi yang berguna bagi dunia pendidikan khususnya dan memperkaya sumber keilmuan yang sudah berkembang selama ini.
   b. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan pelengkap dari penelitian penelitian terdahulu agar masalah yang diangkat lebih kaya lagi dan penyelesaiannya lebih bervariatif lagi.
2. Secara Praktis
   a. Diharapkan penelitian ini dapat di aplikasikan kedalam kehidupan sosial yang semakin berkembang selama ini.
   b. Diharapkan penelitian ini dapat menyelesaikan masalah *burnout* yang sudah banyak sekali dialami oleh manusia yang bekerja atau berkarier.
   c. Diharapkan penelitian ini mampu menjadi pembendaharaan alternatif dalam menyelesaikan problema konseli yang banyak dialami oleh banyak orang.

E. Definisi Konsep

1. Bimbingan Konseling Islam

   Bimbingan Konseling Islam (BKI) adalah bimbingan yaitu memberikan suatu pengetahuan yang dapat di manfaatkan unuk mengambil

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

suatu keputusan, atau memberikan suatu sekaligus dengan memberikan suatu nasihat, kedua mengarahkan, menuntun suatu tujuan, konseling yaitu hubungan timbal balik antara dua individu (konselor dan konseli) dimana yang satu berusaha membantu yang lain untuk mencapai pengertian tentang dirinnya dalam hubungannnya dengan masalah masalah yang sedang dihadapi pada waktu sekarang maupun yang akan datang.[6]

Jadi Bimbingan konseling Islam yaitu proses pemberian suatu nasihat oleh konselor kepada konseli yang berdasarkan syariat Islam dengan tujuan untuk membantu pencapaian tentang dirinnya dalam hubungan permasalahan yang sedang dihadapi pada waktu sekarang maupun yang akan datang.

2. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) adalah pendekatan *behavior* kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran.[7]

Dari berbagai macam gejala yang dialami oleh saudara AN ini maka disusunlah rencana konseling individu dengan menggunakan *Rational Emotive Behavior therapy* (REBT) yaitu:

a. Teknik Kognitif

1) Tahap Pengajaran.

2) Tahap Persuasif

3) Tahap Konfrontasi

[6] Shahudi Siradj, *Pengantar Bimbingan dan Konseling* (Surabaya: PT Revka Putra Medika 2012), hal. 18.

[7] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011), hal. 201.

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

4) Tahap Pemberian Tugas.

b. Teknik Emotive

1) Teknik Sosiodrama

2) Teknik *self modelling* .

3) Teknik *Assertive Training*

c. Teknik Behavioristik

1) Teknik *Reinforcement*

2) Teknik *Social Modelling*.

3) Teknik *Live Models*

3. *Burnout Syndrome*

.kejenuhan kerja (burnout) adalah suatu kondisi fisik, emosi dan mental yang sangat drop yang diakibatkan oleh sikap kerja yang menuntut dalm jagka panjang [8]

Adapun perilaku yang nampak pada saudara AN sehingga dikategorikan mempunyai gejala *burnout* diantaranya:

a. Akhir akhir ini kurang konsentrasi dalam latihan seperti halnya banyak nada-nada yang *fals* sehingga dapat mengganggu keharmonisasian suara.

b. kinerja dalam kepengurusan yang menurun drastis seperti jarang sekali hadir dalam rapat pengurus yang diadakan sebulan sekali.

c. Menjadi pribadi yang mudah tersinggung bila ada teman yang menegur dia saat berbuat kesalahan.

[8] Puspa Ayu Maharani, kejenuhan kerja (burnout) dengan kinerja perawat dalam pemberian asuhan keperawatan, jurnal STIKES vol 5, no 2 , Desember 2012.

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

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang dilakukan melalui kualitatif, yang dimana kualitatif yaitu menggali secara lebih dalam tentang diri konseli yang akan diterapi sekaligus memberikan terapi secara *intent* dan fokus.

Dalam masalah ini peneliti akan menggali data diri konseli yaitu saudara AN yang dimana penggalian data ini meliputi biodata konseli setelah peneliti mendapatkan data secara akurat maka peneliti akan menganalisis masalah dan kemudia memberikan terapi dengan menggunkana pendekatan terapi REBT, dengan tujuan gejala *burnout syndrome* yang dialami konseli dapat berkurang.

Jenis penelitian yang diambil untuk masalah ini adalah studi deskriptif, tujuan dari penelitian deskriptif ini mengungkapkan fakta, keadaan, fenomena, variable dan keadaan yang terjadi saat penelitian berjalan dan menyuguhkan apa adannya.

Dalam kasus ini peneliti akan menjabarkan keadaan yang sebenarnya pada diri konseli yaitu saudara AN dengan proses wawancara serta penggabungan data yang telah diperoleh dari sumber sekunder.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Sasaran penelitian dalam kasus ini adalah saudara AN sebagai konseli, yang dimana peran saudara AN adalah sebagai pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya yang menjabat sebagai koordinator suara *Bass*.

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

Serta saudara Ramadahana Yunasmara Pratama sebagai peneliti yang berperan sebagai konselor dalam kasus ini, peran konselor dalam kasus ini sebagai ketua umum di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya yang dimana ketua umum ini bertugas untuk mengatur dan mengkoordinir anggota.

Lokasi penelitian yang diambil berada di UIN Sunan Ampel Ampel Surabaya tepatnya di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara yang dimana UKM ini merupakan UKM Universitas yang berada dalam naungan kemahasiswaan, UKM Paduan Suara ini mempunyai kegiatan di bidang kepaduan suaraan dan berkesenian.

3. Jenis dan Sumber Data

Jenis penelitian ini menggunakan jenis data yang sifatnya kualitatif karena metode penelitian yang digunakan adalah metode observasi dengan teknik analisis deskriptif. Penulisan deskriptif ini adalah jenis penulisan berdasarkan cara pembahasannya.

Penulisan ini berusaha untuk memaparkan, menguraikan deskripsi obyektif tentang Kejenuhan (*burnout syndrome*) seorang pengurus dalam berorganisasi di Unit kegiatan mahasiswa paduan suara UIN Sunan Ampel Surabaya.

4. Tahap-Tahap Penelitian

Tahapan-tahapan penelitian ini ada tiga tahapan dan ditambah dengan tahap terakhir penelitian yaitu tahap penulisan laporan hasil penelitian. Tahap-tahap penelitian tersebut adalah:

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

a. Tahap pra lapangan, yang meliputi menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, dan menyiapkan perlengkapan penelitian.di tahap ini peneliti menyiapkan informasi informasi yang akan dijadikan bahan analisis pada kasus burnout yang di alami oleh saudara AN .
b. Tahap pekerjaan lapangan, yang meliputi memahami latar penelitian dan persiapan diri dan memasuki lingkungan penelitian. Di tahap ini peneliti mulai membaca situasi yang ada didalam lokasi penelitian mulai dari berinteraksi dengan ketua selaku responden pendukung dan beberapa anggota yang bertujuan sebagai penguat dari kasus yang di teliti.
c. Tahap analisis data, yang meliputi analisis selama dan setelah pengumpulan data. Dalam tahap ini peneliti mulai menganalisis segala bahan yang dapat dalam penggalian informasi yang telah dilakukan ditahap sebelumnya.
d. Tahap penulisan hasil laporan, di tahap ini peneliti menuliskan segala bentuk informasi yang sudah danalisis dengan baik yang hasilnya akan di gambarkan secara menyeluruh dalam bentuk laporan kegiatan.

Dalam penelitian kali ini, peneliti akan menjelaskan sistematika tahapan penelitian yang dikemas dalam bentuk table dengan tujuan untuk mempermudah dalamproses penelitian tersebut.

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

Tabel 1.1
Tahapan penelitian

No	Tahap Kegiatan	Sasaran	Sistematika	Pencapaian
1	Menggali data pribadi konseli/ klien	Subyek peneliti (AN)	Peneliti menggali informasi pribadi saudara AN dengan bentuk wawancara secara langsung. adapun garis besar yang akan diteliti meliputi (biodata, asal usul atau latar belakang).	Dari proses tersebut diharapkan peneliti mampu mendapatkan informasi data diri subyek peneliti yaitu saudara AN dengan harapan data tersebut bisa dijadikan modal atau landasan yang kuat dalam proses terapi
2	Menggali data lokasi penelitian yaitu di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya	Administrator UKM Paduan suara UIN Sunan Ampel Surabaya (Pengurus Inti)	Dalam tahap ini peneliti melakukan wawancara kepada perwakilan pengurus yaitu ketua umum, dan perangkat yang bertanggung jawab seperti sekretaris maupun perwakila anggota dari suara BASS yang dinilai ikut merasakan dampak dari gejala burnout syndrome yang dialami oleh saudara AN selaku coordinator	Harapan yang ingin dicapai bagi peneliti adalah mendapatkan informasi seara lengkap tentang lokasi penelitian yang akan dijadikan tempat penelitian, hal hal yang diharapkan dapat tercapai meliputi apa saja dampak yang dialami organisasi dengan adannya bentuk burnout syndrome yang diidap oleh saudara AN ini
3	Menggali data dari konseli yaitu saudara	Subyek peneliti	Peneliti mewawancarai subyek peneliti	Harapan bagi peneliti yaaitu keterbukaan

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

	AN tentang gejala burnout syndrome yang dia alami		tentang apa yang dia keluhkan sehingga dapat memperkuat hipotesis awal sang peneliti yaitu mengenai gejala burnout, asal muasal bagaimana bisa terjadi hal yang tidak biasa terjadi di dalam organisasi paduan suara ini	konseli akan apa yang dirasakan dalam berorganisasi ini, permasalahan serta problematika yang mencuat sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa subyek peneliti mengalami burnout
4	Menganalisis, serta mengkombina sikan sumber sumber yang sudah didapatkan dari subyek peneliti maupun dari lokasi penelitian	Pelaporan sistematis	Peneliti menganalisis, dan menyusun metode untuk menerapi konseli. Agar gejala burnout yang dialami bisa diminimalisir bahkan bisa dihilangkan	Melalui proses ini diharapkan, ditemukan jalan/ metode untuk menerapi konseli

5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data sangat diperlukan guna mendapatkan data dalam sebuah penelitian. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data maka peneliti 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 studi dokumentasi. Adapun lebih jelasnya sebagai berikut:

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

a. Observasi

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[9] observasi adalah mengamati dan mendengar perilaku seseorang selama beberapa waktu, tanpa melakukan manipulasi atau pengendalian serta mencatat penemuan yang memungkinkan atau memenuhi syarat untuk digunakan ke dalam tindakan analisis.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi partisipatif. Observasi pertisipatif 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.[10]

Dalam kasus ini peneliti berperan sebagai pengurus inti, yang secara tidak langsung mendapatkan efek dari gejala burnout dari konseli, dan peneliti menjadi pengamat segala peristiwa yang terjadi dalam organisasi ini, sehingga hasil observasi dapat dinilai obyektif karna peneliti berperan langsung.

Responden pendukung berupa sumber data sekunder yang menjadi penguat atas penelitian ini yaitu wawancara dari wakil ketua unit

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

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

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

kegiatan mahasiswa paduan suara saudara Muhammad Hisyam Ramadhan.

Penelitian ini akan mengamati tentang perubahan sikap yang nampak pada saudara (AN) sebagai obyek peneliti yang dimana berstatus sebagai pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya, perubahan sikap yang menuju kearah yang negatif ini sering dirasakan oleh peneliti, karena peneliti terlibat langsung dalam kepengurusan.

b. Wawancara

Wawancara merupakan bagian penting dalam penelitian kualitatif sehingga peneliti dapat memperoleh data dari berbagai informan secara langsung. Penelitian kualitatif sangat memungkinkan untuk penyatuan teknik observasi dengan wawancara. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Nasution bahwa dalam sebuah penelitian kualitatif observasi saja, belum memadai itu sebabnya observasi harus dilengkapi dengan wawancara.

Menurut Hadi wawancara merupakan metode pengumpulan data dengan jalan tanya-jawab sepihak yang dikerjakan dengan sistematis dan berlandankan tujuan penelitian.

Dalam penelitian ini wawancara merupakan alat utama dalam menggali data tentang obyek peneliti, hal yang digali dari proses wawancara meliputi motivasi konseli mengikuti organisasi ini, harapan konseli terhadap organisasi ini sampai apa yang dirasakan setelah

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

bergabung dalam organisasi ini .hasil yang diharapkan dari proses wawancara ini adalah mengenal kepribadian saudara AN secara obyektif, mengetahui sumber permasalahan yang dialami Saudara AN .

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.[11] 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.

Dalam penelitian kali ini peneliti akan mendokumentasikan segala hal yang bekaitan dengan obyek peneliti yang diantara nya foto proses konselig serta arsip arsip pendukung yang terdapat dalam I organisasi ini seperti struktur pengurus,AD/ART serta ketetapan tambahan yang tak tercantum dalam AD/ART.

6. Teknik Analisis Data

Untuk mengolah data data yang diperoleh, agar bisa dibaca dan mudah di pahami peneliti memberikan teknik analisa data. Analisa data, menurut potton, adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, katagori, dan satuan uraian dasar .

[11] 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

Metode analisis yang digunakan dalam penulisan ini adalah analisis data kualitatif dengan metode perbandingan tetap "*grounded research*", artinya teknik yang digunakan bersifat non satistik, teknik ini digunakan untuk memperoleh hasil analisis secara kualitatif yang berupa jawaban dari pertanyaan pertanyaan yang diajukan peneliti dalam tahap ini teknik analisis data akan menggambarkan secara detail proses dan jadwal yang akan dilakukan peneliti dalam proses penelitian ini.

7. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data

Temuan keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbaruhi dari konsep kesahihan (validitas) dan keandalan (reliabilitas). Derajat kepercayaan keabsahan data (kredebilitas) dapat diadakan pengecekkan dengan tehnik pengamatan yang tekun, dan triangulasi. Ketekunan pengamatan yang dimaksud adalah menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari. 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

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

beberapa teknik penggaliaan data yang digunakan, seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.[12] 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 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 dosen wali subjek. Peneliti membandingkan data hasil wawancara dari subjek penelitian dengan data hasil observasi dan mencocokkannya kemudaian mengalisis.

Dalam teknik pemeriksaan keabsahan data ini peniliti mengunakan triangulasi data seperti:

a. Menurut sudut pandang subyek penelitian yang tidak lain adalah konseli sebagai penderita *burnout syndrome*.
b. Menurut sudut pandang ketua umum Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya sebagai pihak yang mengatur serta mengkondiskan jalannya keorganisasian yang secara otomatis mendapatkan efek dari permasalahan yang diderita oleh subyek peneliti.

[12] 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

c. Menurut sudut pandang perwakilan anggota BASS sebagai pihak yang dinilai merasakan dampak langsung karna masalah yang dialami oleh subyek peneliti.

G. Sistematika Pembahasan

Dalam setiap pembahasan suatu masalah, sistematika pembahasan merupakan suatu aspek yang sangat penting, karena sistematika pembahasan ini dimaksudkan untuk mempermudah pembaca dalam mengetahui alur pembahasan yang terkandung di dalam skripsi.

BAB 1 terdiri dari pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dalam manfaat pnelitian terdapat 2 bagian yaitu ditinjau secara teoritis dan praktis, definisi konsep di dalam definisi konsep terdapat pengertian bimbingan konseling Islam, pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*. Metode penelitian didalam metode penelitian ini terdiri daro pendekatan dan jenis penelitian, sasaran dan lokasi penelitian. Jenis dan sumber data, tahap tahap penelitian didalam tahapan penelitian ini terdiri dari dari tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, tahap analisis data, tahap penulisan laporan. Teknik pengumpulan data didalam teknik pengumpulan data terdiri dari observasi, wawancara, dokumentasi. Teknik analisis data, teknik pemeriksaan dan keabsahan data. dan sistematika pembahasan.

BAB 2 dalam bab ini menjelaskan tentang kerangka teoritik yamg terdiri dari Bimbingan Konseling Islam didalam pembahasan ini meliputi pengertian bimbingan konseling Islam, ayat dan hadist tentang bimbingan

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

konseling Islam, fungsi bimbingan konseling Islam , *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam pembahasan ini berisikan pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy*, teknik teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*, *Burnout Syndrome* dalam pembahasan ini berisikan pengertian *burnout syndrome* dan penelitian yang relevan.

BAB 3 dalam bab ini berisi tentang penyajian data yang terdiri dari deskripsi umum obyek penelitian yang meliputi, deskripsi lokasi penelitian, deskripsi konselor, deskripsi klien, deskripsi masalah, dan selanjutnya yaitu deskripsi pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam mengatasi *burnout syndrome* seorang pengurus Di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya, deskripsi hasil penelitian pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengatasi *burnout syndrome* seorang pengurus di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya

BAB 4. Dalam bab ini berisi tentang analisis data yang terdiri dari analisis factor factor yang mempengaruhi *burnout syndrome*, analisis proses pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengatasi burnout syndrome seorang pengurus di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya. Analisis hasil proses Bimbingan dan konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengatasi *burnout syndrome* seorang pengurus di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya.

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

BAB 5 dalam bab ini berisikan penutup, di dalam penutup terdapat 2 isi yaitu kesimpulan dan saran.

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