BAB IV

ANALISIS DATA

Setelah menyajikan data hasil lapangan maka peneliti melakukan analisis data, Analisis data ini dilakukan peneliti untuk memperoleh suatu hasil pertemuan dari lapangan berdasarkan fokus permasalahan yang diteliti. Adapun analisis data yang diperoleh dari penyajian data adalah sebagai berikut:

A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Rational Emotive *Bahavior Therapy* dalam Mengatasi *Burnout Syndrome* Seorang Pengurus di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya

Seperti yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, disini analisis dalam proses bimbingan dan konseling Islam dengan rational emotive behavior therapy dalm mengatasi burnout syndrome merupakan analisis data yang bersifat deskriptif yaitu menggambarkan data data yang ada berdasarkan kasus yang terjadi di lapangan menurut perspektif peneliti**.**

Proses yang dilakukan oleh konselor dalam rangka mengatasi burnout syndrome adalah sebagi berikut:

1. Identifikasi Masalah

   Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala gejaa yang nampak. Dalam langkah ini konselor mancatat kasus kasus yang perlu mendapat bimbingan dan memilih kasus mana yang akan mendapat bantuan terlebih dahulu. Di dalam proses ini konselor tidak menemukan hambatan yang berarti karena disini konselor mendapat data dari klien sendiri dan dari temen dekat klien.

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

Klien disini bersifat sukarela, sehingga konselor dengan mudah mendapatkan informasi tentang gejala burnout yang dialami. Segala informasi baik yang mengenai diri klien maupun informasi di luar diri klien didapatkan dengan mudah, namun klien berpesan agar tidak memaparkan nama jelas, cukup inisial saja. Dan konselor pun bersedia.

2. Diagnosis

Pada tahap ini konselor menetapkan masalah berdasarkan analisis latar belakang yang menjadi penyebab timbulnya masalah (identfikasi masalah). Data yang dihasilkan dari lapangan bahwa kenyataannya klien mengalami *burnout siyndrome* dalam proses berorganisasi.

Penyebab utama dari permasalahan tersebut yaitu kurang dihormati dalam keberadaannya sehingga aktualisasi dirinnya berkurang. Dalam proses diagnosis ini konselor mengadakan pertemuan pertama yang dimana isinnya meliputi keluh kesah konseli selama berproses di Unit Kegiatan Mahasiswa ini.

Dalam proses diagnosispun konselor tidak merasa kesulitan, karena konseli menyampaikan secara gamblang tanpa ada yang ditutupi terlihat dari nada bicara yang mantap dan mimik muka terlihat kurang bersemangat.

3. Prognosa

Pada langkah ini konselor menetapkan alternatife tindakan serta bantuan apa yang akan diberikan kepada klien. Disini konselor menggunakan *rational emotive behavior therapy* dalam mengatasi *burnout*

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

syndrome. Di dalam terapi rational emotive behavior ini konselor memberikan motivasi pada klien dan mengubah pola pikir yang selama ini salah dipahami oleh klien.

Setelah melalui tahap diagnosis maka konselor menggunakan terapi rational emotive behavior therapy, yang dimana terapi ini sangat sesuai dengan kasus yang dialami oleh saudara AN, di dalam proses prognosa ini, konselor tidak menemukan kendala yang berarti meskipun di awal terdapat berbagai macam pilihan terapi yang akan digunakan, namun setalah mengkaji esensial dari *Rational Emotive Behavior Therapy* dan disambungkan dengan permasalahan yang dihadapi oleh konseli maka REBT lah yang dinilai lebih tepat untk mengatasi perilaku *burnout syndrome*.

4. Treatment

Di dalam treatment berisi tentang langkah pemberian bantuan atau bimbingan terhadap klien atas apa yang telah direncanakan dan ditetapkan dalam langkah prognosis. Didalam treatment ini konselor menggunakan rational emotive behavior therapy dalam mengatasi *burnout syndrome*, dalam langkah ini merupakan hal yang penting bagi konselor dan bagi klien.

Dalam treatment ini konselor merubah sudut pandang irasionalnya menjadi perilaku yang rasional , serta memberikan nasihat dan motivasi bagi klien. Didalam pemberian motivasi ini, konselor sedikit mengalami

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

hambatan seperti salah satu gejala pada diri konseli yaitu kurangnya konsentrai.

Seringkali konselor harus mengulang sebuah pernyataan yang sebenarnya sudah disampaikan, namun hal itu masih bisa dikondisikan oleh konselor karena pada hakikatnya, proses konseling memerlukan kesabaran yang cukup besar. Kemudian konselor juga memberikan alternative atau cara mengatasi apabila gejala burnout tidak mudah dialami oleh klien dengan cara selalu mengingat kepada Allah SWT saat berada pada kondisi psikis yang tertekan dan selalu berfikir positif dalam menjalani hidup.

Motivasi seperti ini sering dimunculkan padaa saat treatment karena gejala burnout syndrome ini suatu saat pasti akan muncul kembali, namun di sini konselor berusaha memberikan tips agar gejala seperti itu dapat ditangani oleh konseli, salah satu tips yang diberikan adalah selalu mengingat kehadirat Allah SWT agar dia senantiasa difokuskan dalam kegiatannya.

Secara menyeluruh pada treatment ini sesuai dengan pedoman yang diterapkan dalam terapi REBT mulai dari pemberian tugas sampai sosial modaling, meskipun terkadang dalam proses konseling ini terlihat kurang focus karena klien sering sekali mengajukan curahan hatinnya di luar konteks dari pembahasan, namun demi kelancaran proses konseling maka konselorpun selalu memberi respon positif mengenai permasalahan permasalahan yang ingin dia kemukakan.

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

"E... tapi saya ada uneg uneg lagi sich mas".[1] Ini salah satu contoh percakapan awal saat konseli terkadang menyimpang dari pokok pembahasan, ***"Ya.. seolah olah seakan akan mereka sudah tidak peduli gtu lho dan saya tercampakan".***[2]

Kendala yang mungkin terdapat dalam proses konseling adalah tempat untuk proses konseling, dari kelima pertemuan, proses konseling tempatnya berbeda beda, karena pada saat itu konseli juga harus pulang kampong dan waktu juga di bilang sanagt kondisional, konselor dank kliien hanya membuat janji dengan mendadak, melalu media BBM maupun WA, sehingga persiapan yang dilakukan untuk proses konselingpun terbilang mendadak sekali.

Namun hal tersebut tidak mengurangi esensi dari proses konseling yang dilakukan. Justru dengan kondisi yang tidak terlalu formal klien merasakan *relax* serta *enjoy* dalam mengelarkan keluh kesahnya dan menerima masukan dari konselor.

Proses konseling yang biasanya ditempatkan pada ruangan khusus dan bersifat sangat intim, menjadikan rishi dan kurang terbukannya konseli kepada konselor.

Seperti contoh pada pertemuan yang dilakukan di perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, disana konselor kurang bisa menggali informasi pada diri klien karena disana sagat terbatas sekali ruang

---

[1] Wawancara pertama dengan konseli di KFC Ahmad Yani 22 April 2016 pukul 22.00 WIB

[2] Wawancara pertama dengan konseli di KFC Ahmad Yani 22 April 2016 pukul 22.00 WIB

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

geraknya, dan waktunnya juga dibatasi, sehingga durasi proses konseling terhitunga sangat singkat.

5. Evaluasi dan *Follow Up*

Dalam tahap ini, konselor melakukan evaluasi atas apa ang telah dilakukan selama proses konselng, dalam langkah ini merupakan langkah yang digunakan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana keberhasilan dalam proses konseling dengan menggunakan *rational emotive behavior therapy*.

Dalam hal ini konselor tidak bisa secara penuh memantau perubahan klien secraa langsung, maka dari itu konseling mengunakan komunikasi dengan temen teman dekat se jurusan dengan klien via sms atau telepon

B. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan *Rational Emotive Bahavior Therapy* dalam Mengatasi *Burnout Syndrome* Seorang Pengurus Di UKM Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya

Di dalam analisis hasil akhir dari pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam adalah dimana klien yang semula mengalami burnout syndrome dalam berorganisasi karena dia merasa tidak dianngap kerja dan kontribusinnya dalam organisasi ini sehingga dia memilih untuk menghindar dari tanggung jawab sebagai pengurus dan membuat stabilitas organisasi menjadi terganggun dan kehidupan pribadi klien edikit terganggu.

Dampak yang ditimbulkan dari perilaku burnout saudara AN tidak hanya kepada diri nya sendiri, namun juga pada stabilitas organisasi. Karena

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

disini saudara AN mempunyai tanggungjawab yang cukup besar, yang membuat pincangnya keberlangsungnya proses berorganisasi.

Dampak yang pasti dirasakan dalam kepribadian klien itu sendiri, secara tidak langsung konseli akan terbiasa oleh perilaku yang kurang baik secara terus menerus. kedepannya dalam kehidupan pribadi konseli juga akan terganggu

Tabel 4.1

Perubahan Perilaku Sebelum BKI dan Sesudah BKI

No	Perilaku	Sebelum BKI			Sesudah BKI		
		A	B	C	A	B	C
1	Kurang Konsentrasi			*		*	
2	Penurunan Kinerja			*	*		
3	Mudah Tersinggng			*	*		

Keterangan:
A: Tidak pernah nampak
B: Kadang Kadang Nampak
C: Sering Nampak

Dari tabel di atas terdapat tiga point di mana point A untuk aspek gejala burnout yang tidak pernah dilakukan. Untuk point B merupakan point dimana gejala burnout kadang kadang dilakukan. Terakhir poin C yang merupakan gejala burnout yang sering dilakukan.

Hasil tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dari 3 gejala yang muncul setelah proses konseling terdapat 1 gejala yang kadang kadang dilakukan oleh klien dan 2 gejala lain yang yang sudah tidak dilakukan dan ditinggalkan oleh klien. dan gejala yang masih nampak adalah:

Klien kadang-kadang masih kesulitan untuk berkonsentrasi, hal ini disebabkan adanya faktor lain diluar gejala *burnout*, seperti halnya tugas

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

kuliah dan skripsi, karena di semester 8 ini selain saudara AN mengerjakan skripsi, dia juga harus menyelesaikan beberapa mata kuliah yang belum lulus di semester yang lalu.

a. Klien sudah tidak lagi mengalami penurunan kinerja, yang berarti bahwa, daya semangat serta loyalitasnya kepada organisasi paduan suara kembali pulih. Hasil ini dapat dirasakan oleh seluruh anggota UKM Paduan Suara khususnya bagi anggota Bass karena kembalinya saudara AN dan semangatnya yang timbul disana, membuat anggota bass bersemanagat untuk latihan lagi.
b. Klien menjadi individu yang tidak mudah tersinggung lagi, kerana segala permasalahnnya sudah selesai, saat teman teman yang berada di luar organisasi paduan suara menanyakan tentang paduan suara kepada saudara AN, maka saudara AN merespon dengan sikap yang positif . pada dasarnya saudara AN adalah orang yang humoris, maka dari itu tidak terlalu sulit untuk memulihkan gejala nya yang mudah tersinggung, halanya saja dalam kasus kemarin, karena rasa kekecewaannnya yang berasal dari pemikiran irasionalnya itu terlalu tinggi, seakakn akan menutupi kebiasaan saudara AN yang humoris dan mempunyai rasa kesetiakawann yang tinggi itu.

Untuk melihat dan memperkuat hasil tingkat keberhasilan dan kegagalan proses konseling tersebut, peneliti berpedoman pada presentase perubahan perilaku dengan standart uji sebagai berikut:

a. >75% sampai 100% = dikategorikan berhasil

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. 60% sampai 75% = dikategorikan cukup berhasil

c. <60% = dikategorikan kurang berhasil[3]

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa setelah mendapatkan bimbingan dan konseling Islam menggunkan Rational Emotive Behavior Therapy maka terjadi perubahan pada diri klien . di mana klien yang semula adalah pribadi yang mudah tersinggung dan kurang bersemangat serta konsentrasi, dimana sekarang ia menjadi pribadi yang energik dan tidak mudah tersinggung atas perkataan orang dan kinerja dalam kepengurusan semakin mebaik dan dapat diketahui hasil dari bimbingan dan konseling Islam tersebut dalam perhitungan sebagai berikut:

a. Untuk gejala yang tidak pernah tampak : 2/3 x 100% = 66,67 %

b. Untuk gejala yang terkadang nampak : 1/3 x 100% = 33,33 %

c. Untuk gejala yang sering nampak : 0/3 x 100% = 0 %

Berdasarkan prosentase dari hasil diatas dapat diketahui bahwa hasil akhir proses bimbingan dan konseling Islam dengan rational emotive behavior therapy dalam mengatasi burnout syndrome, dikategorikan cukup berhasil. Hal ini sesuia dengan nilai skor 66,67 % yang tergolong dalam kategori 60 % sampai 75 % yang dkategorikan sebagai cukup berhasil.

Dari hasil akhir pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam ini sudah terlihat bahwa dengan rational emotive behavior therapy bisa membawa perubahan terhadap klien yakni dalam *burnout syndrome* yang dialaminya, meskipun gejala burnout ini suatu saat akan datang kembali.

[3] Suharsini,Arikunto,Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek, hal 313.

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