BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara naluriyah manusia mengidamkan kehidupan yang tenang dan bahagia. Namun realitasnya problematika kehidupan bagi manusia adalah suatu keniscayaan. Sehingga permasalahan yang dirasakan manusia begitu kompleks, baik dari segi fisik, psikis, sosial maupun ekonomi. Dirasakan pada setiap dimensi masa dan usia dari seseorang.

Di pertengahan abad dua puluh kekerasan terhadap anak telah dianggap sebagai suatu pelanggaran hak asasi, baik hak keselamatan fisik maupun keamanan psikologis serta kesejahteraan.[2] Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), 87,6 % anak mengaku pernah mengalami kekerasan di lingkungan sekolah dalam pelbagai bentuk. Dari 87,6 %, sebanyak 29,9 % kekerasan dilakukan oleh guru, 42, 1 % dilakukan oleh teman sekelas, dan 28.0 % dilakukan oleh teman di lain kelas.[3]

Bullying merupakan salah satu bentuk dari kekerasan, diartikan sebagai ancaman atau sebuah hasrat untuk menyakiti orang lain, membuat menderita dan menyebabkan gangguan psikologis. *Bullying* dilakukan oleh seorang atau sekelompok orang yang lebih kuat, dengan perasaan senang

---

[2] Cowie, Helen & Dawn Jennifer. *Penanganan Kekerasan Di Sekolah : Pendekatan Lingkup Di Sekolah Untuk Mencapai Praktik Terbaik*, (Jakarta: PT Indeks, 2009), hal.32

[3] Adri Prima. *Kekerasan di Sekolah Pernah Dialami 87,6 Persen Siswa*, (online), (http://edukasi.kompas.com/read/2012/07/30/12305778/Kekerasan.di.Sekolah.Pernah.Dialami.87,6 Persen.Siswa), diakses 03 Oktober 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

dan tidak bertanggung jawab.[4] Fenomena *bullying* telah marak di dunia pendidikan, baik dilakukan oleh guru maupun teman-teman dalam bentuk verbal, fisik maupun psikologis.[5] Kejadian *bullying* seseorang di masa sekolah dapat meninggalkan luka berat yang sulit dilupakan dan tersimpan dalam memori alam bawah sadar sehingga menjadi kejadian traumatik yang menimbulkan luka psikologis.

Kartono dan Gulo mendefinisikan trauma sebagai luka berat, yaitu pengalaman yang menyebabkan organisme mengalami kerusakan fisik maupun psikologis. Dalam pengertian lain trauma diartikan sebagai menghadapi atau merasakan sebuah kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun psikologis sehingga menjadikannya merasa tidak aman, tidak berdaya dan peka dalam menghadapi bahaya.[6]

Terjadinya gangguan trauma pada seseorang dijelaskan dalam teori psikoanalisa bahwa manusia bersifat deterministik yaitu dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman masa lalu.[7] Dalam konsep pemikiran teori ini menerangkan bahwa manusia memiliki alam bawah sadar yang dianalogikan seperti bank data dari manusia, berisikan pelbagai pengalaman, pengetahuan, dan sebagainya. Apapun yang terjadi baik bersifat positif maupun negatif, dalam bentuk suara, gambar, kata-kata,

---

[4] Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan pada Anak,* (Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 3

[5] Yayasan Semai Jiwa Amini, *Bullying Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak,* (Jakarta : PT.Grasindo, 2008), hal. 2

[6] Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma,* (Yogyakarta : Panduan, 2010), hal. 16

[7] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : Refika Aditama, 2013), hal.15

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

ataupun tindakan akan diserap oleh pikiran bawah sadar.[8] Pikiran bawah sadar mempunyai fungsi menyimpan hal-hal seperti; kebiasaan (baik, buruk, dan refleks), emosi, memori jangka panjang, kepribadian, intuisi, kreativitas, persepsi, b*elief* dan *value.*[9] Permodelan pikiran manusia ini dianalogikan dengan gunung es di lautan, di mana bagian yang muncul di permukaan puncak yang kecil sebagai *conscious mind* (alam sadar), sedangkan bagian terbesar justru terbenam tidak terlihat adalah *subconscious mind.*[10] Sehingga menurut Freud, esensi pribadi manusia bukan terletak pada apa yang ditampilkan secara sadar, melainkan apa yang tersembunyi di dalam ketidaksadaran salah satunya pengungkapan traumatik masa lalu seseorang.[11] Dalam penjelasan yang telah dipaparkan sehingga dapat diketahui bahwa pengalaman menyakitkan seperti *bullying* di masa lalu seseorang dapat tersimpan dan melukai alam bawah sadar, menanamkan emosi-emosi serta persepsi atau nilai-nilai negatif yang berdampak pada integritas diri dan kesehatan pribadi.

Islam merupakan agama yang memberikan tuntunan kepada umat manusia agar selalu dalam kondisi sehat baik secara jasmani (fisik) maupun rohani (psikis). Terputusnya hubungan hamba bersama Tuhannya dengan meninggalkan apa yang diperintahkan berakibat pada perbuatan dosa yang

---

[8] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : Refika Aditama, 2013), hal. 15

[9] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* (Bandung : Refika Aditama, 2013), hal. 29-30

[10]Iwan D Gunawan, *Basic Hypnotherapy Certified Hypnotist Student Manual,* Modul Disajikan dalam Kegiatan Pengembangan Akademik Program Beasiswa Santri Berprestasi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya Angkatan 2013 di Mojokerto, (Jakarta : The Indonesian Board of Hypnotherapy, 2015), hal. 8-9

[11] Sumarmo Markam, *Pengantar Psikologi Klinis,* (Jakarta : Universitas Indonesia Press, 2008), hal. 64

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

berdampak pada penyakit batin.[12] Badan Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa dalam konsep holistik kesehatan manusia terdiri dari empat unsur yaitu biologis, psikologis, sosial dan spiritual.[13] Dan kesehatan yang optimal apabila terjadi keseimbangan antara keempat unsur. Aspek spiritual diperhitungkan berpengaruh penting dalam membentuk pribadi individu yang sehat.

Konsep dalam agama Islam adalah menyeluruh bagi kehidupan. Konsep yang mampu membawa kebahagiaan, ketenangan dan keridhaan bagi manusia. Mengarahkan manusia menuju jalan yang terbaik, jalan pengaktualisasian diri demi membentuk *insan kamil* (manusia yang sempurna).[14] Allah SWT. mengutus Nabi Muhammad SAW. sebagai suri tauladan yang baik, sehingga perilaku dan sifat yang dimiliki Rasulullah SAW. merupakan ajaran yang patut dicontoh oleh seluruh umat. Sebagaimana Allah SWT. berfirman dengan tegas :

لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِى رَسُولِ ٱللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا۟ ٱللَّهَ وَٱلْيَوْمَ ٱلْءَاخِرَ وَذَكَرَ ٱللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

Artinya : "Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah."(Q.S Al-Ahzab:21)[15]

---

[12] Muhammad Husain Al-Thabthaba'i, *Al Mizan Fi Tafsir Al-Qur'an,* Jilid 13, (Teheran : Dar Al- Kitab Al-Islamiyah, 1397), hal. 195

[13] Meisil B. Wulur, *Psikoterapi Islam,* (Yogyakarta : Deepublish, 2016), hal. 9

[14] Musfir bin Said Az- Zahrani, *Konseling Terapi,* (Jakarta : Gema Insani, 2005), hal. 16

[15] Departemen Agama RI, *Al- Qur'an dan Terjemahnya,* (Bandung : Jumanatul 'Ali-Art, 2004), hal. 21

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

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT. memberikan rujukan yang nyata untuk manusia dalam berperilaku, melalui Rasulullah SAW. Rasulullah bersifat *fathanah,* yakni memiliki kecerdasan emosi sebagai seseorang yang telah terdidik baik dalam pendidikan dan pelatihan keagamaannya, membuat Rasul tetap dapat mengontrol diri baik di kondisi bagaimanapun dan kapanpun. Sehingga karena kemuliaan diri Rasulullah lah, Allah SWT. sendiri dan malaikat-malaikat Allah bersholawat kepada Rasul. Sesungguhnya bersholawat kepada Nabi SAW. merupakan sebuah kefardluan yang tidak terbatas oleh waktu, hal ini telah dijelaskan oleh Allah SWT. dalam al-Qur'an :

إِنَّ ٱللَّهَ وَمَلَٰٓئِكَتَهُۥ يُصَلُّونَ عَلَى ٱلنَّبِيِّۚ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ صَلُّواْ عَلَيۡهِ وَسَلِّمُواْ تَسۡلِيمًا ٥٦

Artinya : "Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat-Nya bersholawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bersholawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya".(Q.S Al-Ahzab:56)[16].

Bersholawat kepada Rasul merupakan bentuk kecintaan, tentunya diwujudkan dengan mengikuti sunahnya, dalam bentuk ajaran, baik setiap perkataan, perbuatan, maupun sikap.[17] Sehingga segala perilaku dapat terjaga dan menciptakan kedamaian serta ketentraman hati.

Terdapat beberapa fenomena kasus kekerasan *bullying* yang berdampak pada gangguan psikologis diderita oleh anak. Dibuktikan dengan

[16] Departemen Agama RI, *Al- Qur'an dan Terjemahnya,* (Bandung : Jumanatul 'Ali-Art, 2004), hal. 427

[17] M. Amin Syukur, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf,* (Semarang : Penerbit Erlangga, 2012), hal. 86-87

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

hasil riset yang dilakukan oleh Ilmuwan asal Finlandia tentang analisis kejiwaan dari 5.000 pasien, usia 16 – 29 tahun. Diketahui bahwa mereka tercatat pernah mengalami penindasan atau *bullying* di masa kecil. Riset tersebut juga mengungkap fakta bahwa gangguan jiwa pada sebagian besar dari 5.000 korban *bullying* ini dinilai cukup akut sehingga dibutuhkan perawatan medis sekaligus pelatihan mental khusus dalam upaya penyembuhannya. Selain itu, mereka yang ditindas saat usia delapan tahun juga sangat rentan terserang stres dan depresi ketika proses beranjak dewasa. Kejadian *bullying* menjadi trauma yang berpotensi korbanya mengalami *Post Trauma Stress Disorder* (PTSD).[18]

Baru-baru ini, tepatnya tanggal 29 November 2016. Brandy Vela gadis berusia 18 tahun asal Texas bunuh diri di hadapan orangtuanya sendiri, menembakkan kepalanya dengan pistol. Brandy stres, dirinya marah dan benci namun tidak berdaya atas perlakuan pelaku *bullying* yang tidak lain adalah banyak dari teman SMA nya sendiri yang membuat akun palsu tentang dirinya di media sosial. Brandy telah menjadi korban *cyber-bullying*, dan mengalami penindasan serta intimidasi.[19]

Sehingga sudah jelas sekali bahwa pengalaman *bullying* berdampak buruk bagi seseorang. *Bullying* di masa lalu dapat menjadi memori luka berat yang sulit untuk dimaafkan dan mengakibatkan gangguan psikologis,

---

[18] Adanti Pradita, *Korban Bullying Berpotensi Alami Gangguan Jiwa Saat Dewasa* (online), (http://health.liputan6.com/read/2589182/korban-bullying-berpotensi-alami-gangguan-jiwa-saat-dewasa), diakses 08 Desember

[19] Elin Yunita Kristanti, *Gadis Korban Bullying Ini Bunuh Diri di Depan Orangtuanya* (online), (http://global.liputan6.com/read/2668551/gadis-korban-bullying-ini-bunuh-diri-di-depan-orangtuanya), diakses 08 Desember 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

yang kemudian menjadi kejadian traumatik berbahaya bagi integritas psikologis dan aktualisasi diri dari individu.

Sebagaimana pula telah terjadi pada Tia (nama samaran), klien yang menjadi subjek penelitian. Klien merupakan seorang mahasiswi semester tujuh, Program Studi Matematika, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, UIN Sunan Ampel Surabaya. Sewaktu dia duduk di kelas dua SMA saat berpresentasi di depan kelas, teman-teman sekelas membulinya, dengan menertawakan, menyoraki, menuding dan memandang dirinya bodoh, polos bertingkah seperti anak kecil. Peristiwa *bullying* tersebut begitu menyakitkan dan melukai psikologis, sehingga klien tidak dapat melupakannya. Klien merasakan amarah, kecewa sekaligus dendam dalam hatinya. Peristiwa yang mengancamnya tersebut sangat berdampak dalam perjalanan hidup klien. Klien takut peristiwa tersebut akan terjadi kembali. Dulu sebelum mengalami kejadian traumatik, klien merasa dirinya baik-baik saja dapat menjalani aktivitas dengan nyaman. Karena pada dasarnya klien memiliki kompetensi yang bagus. Namun setelah mengalami kejadian pembulian, klien merasa trauma dan merasakan gangguan-gangguan psikologis. Sehingga membuat kompetensi klien terpendam.[20]

Setiap kali klien presentasi makalah kuliah atau berada dalam perkumpulan suatu forum diskusi, dia terbayang atau *flashback* kejadian traumatik, sehingga merasakan kegugupan, panik, tertekan, dan cemas. Dengan respon fisik klien juga menampakkan keringat dingin, jantung

[20] Hasil Wawancara dengan Klien Secara Langsung di Lab BKI, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tanggal 17-22 Oktober 2016. Lihat Wawancara Verbatim pada Lampiran 4 dan 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

berdebar kencang, dada sesak dan *dredeg.* Klien menutup diri dari orang lain, orang-orang dipersepsikan menjauh dan mengabaikannya, karena itu klien lebih memilih untuk mengisolasi diri dan memutuskan untuk berhenti kuliah sementara. Dia juga merasa tidak memiliki masa depan yang baik, setiap kali tes interviu, klien selalu gagal, menjadi pribadi yang lebih tertutup dan sulit berkomunikasi dengan orang sekitar. Sehingga klien merasa pesimis dan menyerah. Klien sering berpersepsi buruk terhadap orang lain, sehingga sulit untuk menjalin keintiman hubungan bersama teman-temannya.[21]

Manusia adalah makhluk yang memiliki rasa dan emosi, hidup manusia diwarnai dengan pelbagai emosi dan perasaan. Emosi mencerminkan keadaan jiwa seseorang yang tampak pada perubahan fisik.[22] Dalam kasus ini peristiwa traumatik di masa SMA klien sudah melukai dan masih tertimbun di alam bawah sadar, berdampak pada emosi serta tindakan klien. Emosi negatif yang dirasakan seperti; marah, kecewa, sedih, putus-asa, dendam, tidak berdaya, cemas, dan stres yang menyusahkan diri klien. Oleh karena itu, klien mengaku mengalami kesulitan dalam aktualisasi diri. Klien belum benar-benar dapat memaafkan dan melupakan kejadian tersebut dengan ikhlas dan lapang dada. Rasa dendam masih tersimpan,

[21] Hasil Wawancara dengan Klien Secara Langsung di Lab BKI, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tanggal 17-22 Oktober 2016. Lihat Wawancara Verbatim pada Lampiran 4 dan 5

[22] Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi, Sebuah Panduan Cedas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda,* (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2012), hal. 11

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

sehingga setiap orang dipersepsikan sama seperti pelaku *bullying* yang menyakiti hatinya.[23]

Gangguan-gangguan dan kesakitan yang terjadi pada diri seseorang termasuk pada klien merupakan akibat dari kelalaian atas tuntunan dari agama Islam. Dalam alam bawah sadar klien terdapat emosi-emosi negatif terhadap peristiwa traumatik yang dialami, seperti marah, dendam, kecewa, *suudzon* (berburuk sangka) dan sebagainya. Orang mukmin yang shaleh selayaknya menyadari, dan meniti jalan kembali kepada Allah dari kelalaian, akhlak atau moral manusia yang kurang baik. Sungguh karena demi penyempurnaan akhlak manusia lah Rasulullah sendiri diutus, sebagaimana diterangkan dalam sebuah hadis :

إِنَّمَا بُعِثْتُ لِأُتَمِّمَ مَكَارِمَ الْأَخْلَاقِ

Artinya : *"Sesungguhnya aku diutus semata-mata untuk menyempurnakan akhlak.*" (HR. Ahmad)[24]

Terapi Islam melalui hipnosholawat merupakan terapi penyembuhan secara islami menggunakan metode hipnoterapi dengan mengeksplor serta memperbaiki alam bawah sadar dari klien seperti pengalaman-pengalaman menyakitkan, *belief,* emosi, dan nilai-nilai dengan pemberian sugesti mengambil serta menanamkan suri tauladan yang baik dari Rasulullah SAW. dan berharap agar mendapat *fadhilah-fadhilah* dari bersholawat.

---

[23] Hasil Wawancara dengan Klien Secara Langsung di Lab BKI, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tanggal 17-22 Oktober 2016. Lihat Wawancara Verbatim pada Lampiran 4 dan 5

[24] Ahmad ibn al Husayn Ibn Ali Ibn Musa Abu Bakr al Bayhaqi, Sunan al Bayhaqi al Kubra, *Maktabah Dar al Baz*, Juz 10, hal. 191

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

Sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian yang diberi judul dengan "**Terapi Islam Melalui Hipnosholawat dalam Menangani Trauma Seorang Mahasiswa UINSA Korban *Bullying*".**

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana proses terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa UINSA korban *bullying*?
2. Bagaimana hasil akhir terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa UINSA korban *bullying*?

C. Tujuan Penelitian

Dengan merujuk pada rumusan masalah, maka penelitian ini memiliki tujuan antara lain :

1. Untuk mengetahui bagaimana proses terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa UINSA korban *bullying.*
2. Untuk mengetahui hasil akhir terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani mahasiswa UINSA korban *bullying*.

D. Manfaat Penelitian

Adapun dari hasil penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

   Secara teoritis, hasil penelitian ini diasumsikan dapat memberikan manfaat kepada beberapa kalangan diantaranya:

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. Akademisi atau Ilmuwan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan memperkaya khazanah keilmuan. Dimanfaatkan mahasiswa atau ilmuwan sebagai sumber kajian dalam mengetahui atau bahkan melakukan penelitian lanjutan dengan konteks dan sudut pandang yang berbeda, sehingga dapat menjadi sumbangsih untuk kepentingan-kepentingan keilmuan pada masa yang akan datang.

b. Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Menambah wawasan dan mengembangkan keilmuan dakwah bagi mahasiswa Fakultas Dakwah pada umumnya dan Bimbingan Konseling Islam pada khususnya.

c. Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Menambah pengetahuan tentang terapi Islam serta konseling dan psikoterapi, dalam hal ini melalui hipnosholawat untuk menangani masalah psikologis, khususnya trauma.

d. Masyarakat Umum

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat umum terkait masalah psikologis, bagaimana trauma dapat terjadi, hal-hal yang menjadi faktor trauma dan dampaknya bagi kehidupan seseorang. Sehingga dapat menjadi pelajaran atau rambu-rambu peringatan agar seseorang tidak menjadi alasan dari trauma yang dirasakan oleh orang lain.

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

Adapun manfaat secara praktis penelitian ini, sebagai berikut :

a. Peneliti

Hasil penelitian ini bagi peneliti memberikan pengalaman dan menambah khazanah keilmuan pribadi. Penelitian ini akan bermanfaat dan digunakan peneliti sebagai alternatif terapi untuk mendukung profesi sebagai konselor dan psikoterapis Islam atau pekerja sosial, sehingga dapat membantu klien dalam mengatasi masalah psikologis yang dialami.

b. Mahasiswa-mahasiswi Program Studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam.

Hasil penelitian berupa terapi baru ini dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa-mahasiswa Program Studi BKI sebagai konselor atau psikoterapis Islam, dijadikan sebagai alternatif terapi dalam penanganan klien yang mengalami gangguan psikologis. Serta dapat bermanfaat sebagai bahan rujukan untuk diangkat menjadi topik dalam penelitian lanjutan.

E. Definisi Konsep

1. Terapi Islam melalui Hipnosholawat

Terapi Islam merupakan proses perawatan dan penyembuhan terhadap gangguan penyakit kejiwaan dan kerohanian melalui intervensi psikis dengan metode dan teknik islami didasarkan pada al-

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

Qur'an dan al-Sunnah.[25] Terapi Islam dilakukan secara teratur, terprogram dengan baik dan berulang-ulang untuk memperbaiki diri agar lebih sehat dan memperoleh kehidupan lebih baik yang sudah dibuktikan validitasnya melalui pengalaman dengan mengambil metode islami dalam pengaplikasiannya.[26] Hipnosholawat merupakan integrasi dari hipnoterapi dan terapi sholawat. Hipnoterapi adalah suatu aktivitas hipnosis untuk menghasilkan efek terapeutik (penyembuhan).[27] Hipnoterapi merupakan hipnosis dengan menggunakan teknik-teknik tertentu untuk membantu klien meningkatkan diri sesuai dengan masalah yang dihadapi.[28] Hipnoterapi menjadi salah satu cara yang sangat mudah, cepat, efektif dan efisien dalam menjangkau pikiran bawah sadar, melakukan re-edukasi, dan menyembuhkan pikiran yang sakit.[29] Adapun pengertian sholawat secara etimologi memiliki arti doa rahmat, kemuliaan, keberkahan dan ibadah.[30] Apabila sholawat itu berarti doa maka jelas yang membaca sholawat berarti berdoa atau memohon apa yang dihajatkan baik untuk diri pribadi maupun keluarga. Serta memohon agar Allah

---

[25] Agus Santoso, dkk. *Terapi Islam,* (Surabaya : IAIN Sunan Ampel Pers, 2013), hal. 24

[26] Muhammad Izzudin Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam,* (Bandung : Gema Insani, 2006), hal. 378

[27] Iwan D.Gunawan, *Basic Hypnotherapy Certified Hypnotist Student Manual,* Modul Disajikan dalam Kegiatan Pengembangan Akademik Program Beasiswa Santri Berprestasi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya Angkatan 2013 di Mojokerto, (Jakarta : The Indonesian Board of Hypnotherapy, 2015), hal. 7

[28] Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, (Jakarta : The Indonesian Board of Hypnotherapy, 2015), hal. 11

[29] Adi W. Gunawan, *Hypnotherapy The Art of Subconscious Restructuring*, (Jakarta : The Indonesian Board of Hypnotherapy, 2015), hal. 13

[30] Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi,* Cet III, (Jakarta : Gunung Mulia, 2000), hal. 211

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

menyelamatkan dari segala sesuatu yang tidak dikehendaki atau diketahui.[31]

Dapat disimpulkan bahwa hipnosholawat merupakan terapi Islam dengan menggunakan metode hipnoterapi, namun dengan konten yang berbeda. Hipnosholawat membawa klien untuk memasuki kondisi *trance* agar dapat digali segala tekanan-tekanan dalam alam bawah sadarnya dan mudah untuk diberikan sugesti. Dalam hal ini terapis menggunakan bacaan sholawat serta kisah-kisah tauladan Nabi Muhammad SAW. sebagai nilai terapeutiknya. Dengan diawali tawasul dan berdoa sebelum memulai terapi dan penambahan teknik *giving solution* pada akhir sesi.

Terapi hipnosholawat dalam penelitian ini fokus dalam menangani simtom-simtom trauma klien. Seperti panik, cemas, takut, marah, kurang percaya diri, serta pikiran-pikiran negatif dengan tujuan agar klien mampu menyembuhkan serta mengelola gangguan-gangguan yang dialami secara lebih positif, menciptakan ketenangan jiwa, pencerahan pikiran, cinta kepada Rasulullah SAW., dan memotivasi klien untuk meneladani sifat-sifat serta akhlak Rasulullah SAW. Dengan penyadaran bahwa perilakunya saat ini tidak sesuai dengan anjuran kepribadian Rasul, serta hipnosholawat dilakukan agar mendapatkan faedah dari keutamaan-keutamaan bertawasul dan bersholawat itu sendiri.

[31] Husnuddu'at, *Kesaktian Sholawat Nabi,* Cet. III,(Surabaya : Dunia Iilmu, 2002),hal.7-8

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

Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam hipnosholawat, antara lain :

a. Pre induksi atau *Pre Talk*

Langkah pre induksi merupakan langkah pertama dalam memulai hipnosholawat. Di mana klien masih berada dalam keadaan sadar. Peneliti yang sekaligus sebagai terapis membuka percakapan untuk membangun kepercayaan klien, menghilangkan rasa takut terhadap hipnosholawat dan melakukan eksplorasi permasalahan klien secara detail. Peneliti melakukan wawancara terlebih dahulu untuk mengidentifikasi masalah yang dimiliki oleh klien. Dalam tahap ini juga dilakukan diagnosa dan prognosa. Setelah didapatkan data dan diketahui permasalahan klien kemudian meminta klien untuk bertawasul serta berdoa kepada Allah dan Rasulullah SAW. dan menciptakan suasana nyaman serta khidmat dengan melafalkan sholawat *tibbil qulub.* Adapun lafadz sholawat *tibbil Qulub* sebagai berikut :

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَايِهَا .
وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشِفَايِهَا . وَنُوْرِ الْأَبْصَارِ وَضِيَايِهَا.
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلِّمْ

Artinya: "Ya Allah, berikanlah rohmat kepada baginda kami, Nabi Muhammad sebagai penyembuh hati sekaligus obatnya, memberikan kesehatan badan dan mengobatinya, yang menjadi

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

cahaya mata hati dan sinarnya, dan semoga Engkau memberikan barokah dan kesejahteraan".[32]

Dilanjutkan berdoa meminta perlindungan kepada Allah dari hal yang menyedihkan dan menyusahkan, lemah dan malas, kikir dan penakut serta lilitan hutang dan penindasan orang. Sebagaimana doa berikut :

اللَّـــهُمَّ اِنِّى اَعُوْذُ بِكَ مِنَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَاَعُوْذُبِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ

وَاَعُوْذُبِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَاَعُوْذُبِكَ مِنْ غَلَبَتِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ

Artinya : "Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepadaMu, dari hal yang menyusahkan dan menyedihkan. Dan aku berlindung kepada Mu dari lemah dan rasa malas, dan aku berlindung kepada Mu dari sifat pengecut dan kikir, dan aku berlindung kepada Mu dari lilitan hutang dan penindasan orang."[33]

Setelah berdoa dan bertawasul kepada Allah dan Rasulullah serta bersholawat. Selanjutnya klien diajak untuk menenangkan hati dan pikiran. Peneliti membimbing klien untuk berdzikir mengingat Allah dan Rasul-Nya, mengetuk hati, merasakan kerinduan yang ada di lubuk hati dengan cara menghadirkan sosok Rasulullah SAW. Peneliti membuat klien menjadi lebih tenang dan rileks kemudian memasuki sesi induksi.

---

[32] Al-Jumānatuš šarīf, *Al-Majmū-uš Šarīful Kāmil,* (Bandung : CV. Penerbit Jumānatul Ī-Art, 2007), Hal. 176

[33] Abû Dâwud Sulaymân ibn al Ash'ath al Sajastânî, *Sunan Abî Dâwud,* (Beyrut: Dâr al Kitâb al 'Arabiyy), jilid I, hlm 569

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. Induksi

Dalam tahap ini peneliti membimbing klien untuk memasuki kondisi *trance* (kondisi dalam alam bawah sadar). Adapun peneliti menggunakan relaksasi progresif, demikian langkah-langkah induksi relaksasi progresif.

Klien menghembuskan nafas, sampai terlihat dari fisik klien yang tenang dan rileks. Kemudian peneliti meminta klien untuk memejamkan mata. Dan menikmati alunan musik instrumen yang diputar.

Apabila sudah tampak tempo hembusan nafas pelan teratur yang terlihat dari perut klien, juga ditandai dengan tubuh klien yang terlihat lemas dan semakin rileks, maka dapat disimpulkan bahwa klien sudah berada dalam kondisi hipnosis (*trance*). Sehingga tahap hipnosholawat dilanjutkan pada tahap berikutnya yaitu *deepening* dan terapeutik.

c. *Deepening* dan terapeutik

Dalam tahap ini peneliti memperdalam kondisi *trance* klien dan memberikan sugesti terapeutik kepada klien. Peneliti menggunakan teknik *deepening* aktivitas, yakni peneliti memandu klien untuk melakukan aktivitas tertentu.[34] Dalam hal ini peneliti meminta klien untuk membayangkan dirinya menuruni sepuluh

[34] Iwan D. Gunawan, *Basic Hypnotherapy Certified Hypnotist Student Manual*, Modul Disajikan dalam Kegiatan Pengembangan Akademik Program Beasiswa Santri Berprestasi Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan 2013 di Mojokerto, (Jakarta : The Indonesian Board of Hypnotherapy, 2015), hal. 26

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

anak tangga dan setiap langkah turun, artinya klien memasuki alam bawah sadar lebih dalam lagi dan pada anak tangga terakhir peneliti meminta klien untuk membayangkan bahwa sosok Rasulullah SAW. berada di hadapannya, klien diminta untuk mengungkapkan semua masalah yang dimiliki dan menyesakkan dada selama ini. Kemudian peneliti memandu dan membawa klien melangkah mundur menuju puluhan abad yang lalu, kemudian masuk ke zaman Rasulullah, dimana klien akan mempelajari *sirah* dan tauladan Rasulullah dengan lebih nyata. Diceritakan penggambaran Rasulullah yang mulia, beliau berkepribadian yang tulus, penyayang, sabar, lapang dada, pemaaf, baik hati, tangguh dan bijaksana.

Kemudian peneliti juga menggunakan intervensi hipnoterapi dengan teknik *forgiveness*. Dengan menghadirkan kembali kejadian traumatiknya, kemudian klien diminta mengungkapkan semua kekecewaan atau kesakitan-kesakitan yang tersimpan dan menyesakan dada. Lalu memperbaiki persepsi di masa lalu dengan tujuan klien memaafkan orang atau kondisi yang terkait di masa lalunya tersebut mencontoh sebagaimana pribadi Rasulullah. Setelah itu klien yang masih dalam kondisi *trance* diminta untuk mengambil nilai-nilai positif, sikap Rasul yang mulia seperti Rasul yang penyayang, pemaaf, tidak pernah menyimpan beban, tangguh, selalu semangat, tidak pantang

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

menyerah, Rasul yang baik hati, jujur dan selalu dekat dengan Allah, klien diminta untuk menanamkan kepribadian tersebut dalam dirinya.

Dan yang terakhir dalam sesi *deepening* ini adalah pengucapan *anchor*. Peneliti meminta klien untuk mengucapkan kata "ya Rasul" (*anchor*), kemudian klien diberikan sugesti bahwa setiap klien mendengarkan atau mengucapkan kata "ya Rasul" kapanpun dan dimana pun, maka klien merasa menjadi pribadi yang lebih baik, pribadinya Rasulullah, pribadi yang sempurna dan meneladani sikap Rasul, yang jujur, amanah, penyayang, tangguh, berakhlakul karimah dan semangat, pantang menyerah, pemaaf dan sebagainya.

d. Terminasi

Dalam teknik terminasi peneliti mengembalikan klien ke kondisi normal. Terapis mengucapkan ayat berikut :

يَـٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفْسُ ٱلْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ٱرْجِعِىٓ إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾
فَٱدْخُلِى فِى عِبَـٰدِى ﴿٢٩﴾ وَٱدْخُلِى جَنَّتِى ﴿٣٠﴾

Artinya : "Wahai jiwa yang telah mencapai ketentraman, kembalilah kepada Tuhan mu dalam keadaan ridha dan diridhai. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hambaku. Dan masuklah ke dalam surgaku."(Q.S Al-Fajr : 29 – 30)[35]

[35] Departemen Agama RI, *Al- Qur'an dan Terjemahnya,* (Bandung : Jumanatul 'Ali-Art, 2004), hal. 595

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

Kemudian klien diminta menghitung angka 1 sampai 25 di dalam hati, dan saat hitungan terakhir klien diperbolehkan membuka mata dengan kondisi yang sehat, segar dan semangat.

e. *Giving solution*

Setelah klien sadar, lalu pada tahap ini dilakukan perbincangan kembali kepada klien. Menanyakan bagaimana perasaannya setelah hipnosholawat, dan ungkapan-ungkapan apapun yang akan disampaikan oleh klien, baik terkait pelajaran yang dapat diambil dari tauladan Rasulullah, termasuk rencana tindakan klien ke depan.

Sehingga menurut penelitian ini dijelaskan bahwa hipnosholawat adalah sebuah terapi Islam, menggabungkan hipnoterapi dan terapi sholawat, digunakan untuk membawa klien traumatis yang menjadi subyek penelitian masuk ke alam bawah sadarnya dengan bersholawat, meluapkan emosi atas trauma klien, menumbuhkan cinta Rasul dan mempelajari serta menanamkan nilai-nilai suri tauladan Rasulullah SAW sebagai terapeutik.

2. Trauma

Trauma diartikan sebagai pengalaman yang menghancurkan rasa aman, rasa mampu, dan harga diri, sehingga menimbulkan luka

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

psikologis yang sulit disembuhkan sepenuhnya.[36] Menurut DSM IV, sebuah buku manual tentang gangguan psikologis yang dikeluarkan oleh *American Psychiatric Association* mendefinisikan trauma adalah sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang mengancam atau menimbulkan kematian atau luka yang berbahaya, atau sebuah ancaman terhadap integritas psikologis seseorang.[37] Sehingga dapat peneliti simpulkan bahwa trauma merupakan pengalaman mengahadapi suatu kejadian yang berbahaya atau mengancam bagi seseorang sehingga dirinya merasa tidak aman dan menimbulkan luka psikologis.

Trauma yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah gangguan-gangguan psikologis yang dirasakan klien sebagai akibat dari pengalaman menyakitkan di masa lalunya, yang tidak dapat dilupakan, melukai dan mempengaruhi psikis klien, emosi serta tindakan klien, mengganggu aktivitas kesehariannya, sehingga klien tidak mampu mengaktualisaikan diri dalam kehidupan. Trauma dalam kasus yang diteliti ini juga dipandang sebagai suatu akibat dari kelalaian dalam meneladani sikap Rasulullah SAW, sehingga perlu adanya penanaman dan pembelajaran nilai-nilai moral melaui sirah Nabi Muhammad SAW. Trauma tersebut dialami oleh seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel akibat kejadian *bullying* yang dilakukan teman-teman sekelasnya di masa SMA, kejadian tersebut menyakitkan

[36] Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam Dan Psikologi Kontemporer*, (Malang : UIN Malang Press, 2009), hal.113

[37] Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma*, (Yogyakarta : Panduan, 2010), hal. 16

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 menimbulkan luka psikologis dan mempengaruhi cara berpikir, serta emosi klien. Seperti setiap ada stimulus klien merasakan peristiwa traumatiknya kembali (*flashback*) sehingga mengganggu perasaan, emosinya menjadi panik, cemas, takut dan menimbulkan persepsi-persepsi negatif, persepsi bahwa orang lain tidak suka dengan dirinya sampai pada keputusan klien untuk mengisolasi diri dari lingkungan dan merasa bahwa dirinya tidak memiliki harapan hidup dan masa depan yang baik.

3. *Bullying*

Olweus, mengartikan *bullying* sebagai perilaku agresif yang diniati untuk menjahati atau membuat individu merasa kesusahan, terjadi berulang kali dari waktu ke waktu dan berlangsung dalam suatu hubungan yang tidak terdapat keseimbangan kekuatan dan kekuasaan di dalamnya.[38]

Nusantara mengidentifikasikan wujud *bullying* menjadi tiga kategori, yakni *bullying* fisik, verbal dan psikologis. *Bullying* fisik meliputi tindakan menampar, menginjak kaki, meludahi, melempar dengan barang, dan sebagainya. Adapun *bullying* verbal terdeteksi karena tertangkap oleh indera pendengaran. Seperti memaki, menghina, menjuluki, meneriaki, mempermalukan di depan umum, menuduh, menyoraki, menebar gosip, memfitnah. *Bullying* mental dan psikologis merupakan *bullying* yang paling berbahaya karena tidak

[38]Maghfiro, U.& Rahmawati M.A. *Hubungan Antara Iklim Sekolah Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying.* (Yogyakarta : Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia,2009), hal. 23

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

tertangkap mata, praktiknya terjadi secara diam-diam di luar pemantauan si korban. Seperti : memandang sinis, memandang penuh ancaman, mendiamkan, mengucilkan, meneror lewat pesan sms, memandang yang merendahkan. [39]

Sehingga peneliti simpulkan bahwa *bullying* merupakan penyalahgunaan kekuatan yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang diniatkan untuk melukai atau menjahati orang lain yang lemah, dilakukan baik dalam wujud fisik, verbal, maupun psikologis.

Adapun dalam penelitian ini subjek penelitian mengalami *bullying* di masa SMA nya, dengan *bullying* dalam wujud verbal dan psikologis. Klien menjadi korban *bullying*, dia ditertawakan, disoraki, diejek, dipandang rendah oleh teman-teman sekelasnya juga guru Bimbingan Konseling (BK), saat klien berpresentasi di depan kelas. Teman-teman kelasnya menuding dan menganggap bahwa klien bodoh, polos dan bertingkah kekanak-kanakan.

F. Metode Penelitian :

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan perilaku yang diamati.[40] Penelitian kualitatif dilakukan secara alamiah terhadap objek penelitian, objek alamiah berkembang apa adanya tanpa

[39]Nusantara Ariobimo, *Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan*, (Jakarta: PT. Grasin,2008), hal. 32

[40] Lexy J. Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Bandung : PT. Remaja Kosda Karya, 2005), hal.3

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

perlakuan manipulasi sesuai dengan kondisi objektif di lapangan sehingga kehadiran peneliti tidak mempengaruhi dinamika pada objek tersebut.[41] Dalam penelitian kualitatif bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian baik perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan secara holistik.[42] Sehingga proses penelitian ini dilakukan dengan pengamatan secara langsung terhadap sumber data, berinteraksi serta berupaya memahami bahasa dan tafsiran terkait lingkungan sekitarnya.[43]

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus (*case study*). Studi kasus merupakan tipe pendekatan dalam penelitian yang penelaahnya kepada satu kasus dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail dan komprehensif.[44] Dalam studi kasus peneliti mengumpulkan informasi yang sangat terperinci bahkan bersifat pribadi pada seorang individu dalam jangka waktu yang cukup lama untuk memahami perkembangan proses dan fungsi psikologis seseorang.[45]

Dengan metode kualitatif jenis penelitian studi kasus, peneliti melakukan penelitian secara alamiah tanpa adanya manipulasi dengan mengamati dan mempelajari secara terperinci, mendalam dan menyeluruh terhadap perilaku trauma yang dialami mahasiswa UINSA akibat pengalaman *bullying* di masa lalu. Peneliti terjun, berinteraksi

---

[41] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitaif dan R & D,* (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 8

[42] Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial,* (Jakarta Selatan : Salemba Humanika, 2010), hal.9

[43] Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan,* (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 29

[44] Faisal, *Format-format Penelitian Sosial,* (Jakarta : Rajawali Press, 1995), hal. 22

[45] Linda L. Davidoff, *Psikologi Suatu Pengantar,* (Jakarta : Erlangga, 1988), hal. 52

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

langsung dengan klien atau orang terdekat, mempelajari bagaimana perilaku traumatik, persepsi, perasaan klien, motivasi dan tindakan-tindakannya secara menyeluruh.

2. Subjek Penelitian

Subjek (Klien) dalam penelitian ini adalah klien yang memiliki trauma akibat kejadian di masa lalunya. Dengan identitas diri klien sebagaimana tabel berikut :[46]

Tabel 1.1 Identitas Klien

Nama Lengkap	Tiara Tika (Nama samaran)
NIM.	D74213099
Nama Panggilan	Tia
Agama	Islam
Tempat, Tanggal Lahir	Mojokerto, 15 Oktober 1994
Usia	22 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Anak Ke	Satu dari dua bersaudara
Cita-cita	Trainer dan Guru
Status	Mahasiswa
Program Studi/sem/ fakultas	Pendidikan Matematika/VII/Tarbiyah dan Keguruan
Perguruan Tinggi	UIN Sunan Ampel
Dosen Wali	Ahmad Lubab (198111182009121003)
Alamat tinggal	Pabrik Kulit, Wonocolo
Alamat asal	Desa Kutorejo Kec. Kutorejo, Kab. Mojokerto – Jawa Timur. Kode Pos : 61328
Riwayat Pendidikan	1. SDN Ngoro Mojokerto 2. SMPN 1 Ngoro 3.SMAN 1 Sooko 4.UIN Sunan Ampel Surabaya (periode daftar 2013)

[46] Hasil Wawancara dengan Klien pada Tanggal 17 Oktober 2016, di Laboratorium Konseling. Lihat Hasil Wawawncara Verbatim pada Lampiran 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

Identitas Orangtua : Nama Ayah Usia Pendidikan terakhir Pekerjaan Ayah Nama Ibu Umur Pendidikan Terakhir	 Bambang P. 54 Tahun S1 PNS Siti Asmaiyah 45 Tahun SMA
Alamat	Desa Kutorejo Kec. Kutorejo, Kab. Mojokerto – Jawa Timur. 61328

3. Tahap-tahap Penelitian

Adapun tahapan penelitian ini sebagai berikut :

a. Tahap Pra Lapangan

Tahap ini digunakan untuk menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan dan persoalan ketika di lapangan.[47]

Peneliti memilih perilaku tarumatik pengalaman *bullying* masa lalu yang dirasakan oleh seorang mahasiswa, membuat surat izin untuk melakukan penelitian kepada pihak terkait, memilih dan memanfaatkan informan penelitian, serta menyiapkan perlengkapan penelitian, seperti pedoman wawancara, alat tulis, map, buku dan semua yang berhubungan dengan penelitian dan tujuan untuk mendapat deskripsi data lapangan.

[47] Lexy. J. Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT. Remaja Kosda Karya, 2005), hal.127-128

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 Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti memahami latar penelitian dan persiapan diri, kemudian masuk ke lapangan menjalin keakraban dengan klien serta orang-orang terkait. Pada tahap ini berfokus pada pencarian dan pengumpulan data di lapangan dan pemberian terapi Islam melalui hipnosholawat kepada seorang mahasiswa UINSA yang mengalami trauma akibat *bullying* di masa SMAnya.

c. Tahap Analisis Data

Dalam tahap analisis data, peneliti melakukan analisis terhadap data-data hasil pengamatan mengenai perilaku trauma klien, dan analisis terhadap proses pemberian terapi Islam melalui hipnosholawat kepadanya. Analisis yang dilakukan bersifat deskriptif komperatif, artinya peneliti membandingkan kondisi klien pada sebelum dan sesudah pemberian terapi. Tahap analisis data sudah dilakukan sejak pengumpulan data-data di lapangan, yang kemudian dicatat dalam laporan penelitian.

4. Jenis dan Sumber Data

Dalam penelitian kualitatif jenis data yang digunakan berupa data non statistik, bukan berbentuk angka melainkan kata-kata verbal serta hasil-hasil temuan data yang diperoleh selama proses penelitian.

Adapun sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi sumber data primer dan sekunder. Pelaksanaan penelitian kualitatif bertolak-

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

ukur pada pandangan *actor's point of view,* sehingga pandangan subjek penelitianlah yang menjadi rujukan dalam menginterpretasi.[48] Maka peneliti tidak dapat memaksakan kehendaknya untuk memperoleh data yang diinginkan.

Dalam penelitian ini klien, seorang mahasiswa UINSA yang mengalami trauma sebagai sumber data primer, sekaligus menjadi subjek dalam penelitian. Adapun sumber data sekunder diperoleh dari selain klien sebagai data pendukung, seperti teman klien, keluarga, dosen, buku-buku, jurnal, dan juga penelitian terdahulu yang relevan.

5. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif yang menjadi instrumen atau alat penelitian adalah peneliti sendiri. *The researcher acts as the 'human instrument' of data collection".*[49] Dalam hal ini peneliti yang menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan.

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah *observation* (pengamatan), *in-depth interview* (wawancara mendalam), dan *documentation* (dokumentasi).

Dalam observasi, peneliti menggunakan observasi partisipasi yaitu peneliti ikut merasakan dan menyelami kehidupan klien dengan

[48]Andi Mappiare, *Dasar-dasar Metodologi Riset Kualitatif untuk Ilmu Sosial dan Profesi,* (Malang : Jenggala Pustaka Utama, 2009), hal. 62

[49] Andi Mappiare, *Dasar-dasar Metodologi Riset Kualitatif untuk Ilmu Sosial dan Profesi,* (Malang : Jenggala Pustaka Utama, 2009), hal. 76

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

mengikuti aktivitas klien, berpartisipasi dalam beberapa kegiatannya. Dengan tujuan mempelajari tentang perilaku dan makna dari trauma yang dialami oleh subjek penelitian, sebagaimana definisi observasi yang dijelaskan oleh Marshall, dalam buku *Designing Qualitative Research* menyatakan bahwa "*through observation, the researcher learn about behavior and the meaning attached to those behavior".* Selain melakukan observasi peneliti juga melakukan *in depth interview* kepada sumber primer data dalam hal ini yang menjadi subjek penelitian, juga sumber data sekunder yakni orang-orang terdekat klien, seperti : teman kelas, teman kos, keluarga, dan dosen dari klien. Jenis pertanyaan dalam wawancara adalah untuk memperoleh data mendalam terkait latar belakang klien, pengalaman traumatis yang dirasakan, perasaan dari klien. Dalam wawancara peneliti menggunakan bahasa yang akrab dan informal, agar sumber data dapat mengungkapkan segala gagasan dan perasaannya dengan nyaman.[50]

Teknik pengumpulan data selanjutnya yang peneliti gunakan adalah dokumentasi. Dokumen yang dikumpulkan berupa tulisan (catatan harian klien), gambar dan karya monumental milik klien yang kemudian peneliti analisis dari makna yang terkandung.

6. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh, dengan mengorganisasikan data ke

[50] Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kulaitatif,* (Bandung : Roesda Karya, 2006), 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

dalam kategori, menjabarkan, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, kemudian memilih data yang penting sehingga dapat membuat kesimpulan yang bisa dipahami.[51] Analisis data pada penelitian kualitatif bersifat induktif yaitu suatu analisis berdasarkan fakta-fakta di lapangan yang selanjutnya dikontruksikan menjadi hipotesis, kemudian dicarikan kembali data secara berulang-ulang sampai datanya jenuh. Sehingga dapat disimpulkan apakah hipotesis dapat diterima atau ditolak, apabila diterima hipotesis berkembang menjadi teori.[52]

Penelitian ini bersifat studi kasus, maka analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif komparatif yaitu setelah data terkumpul dan diolah, selanjutnya melakukan analisa data tersebut dengan menggunakan analisa non statistik deskriptif komparatif, analisis yang digunakan untuk membandingkan antara teori dengan proses terapi di lapangan. Serta mengetahui hasil akhir dari terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma yang dialami oleh seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel. Adapun untuk mengetahui hasil akhir dari pemberian terapi Islam melalui hipnosholawat ini peneliti membandingkan gejala-gejala perilaku klien antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi.

[51] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 244
[52] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 245

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

7. Teknik Keabsahan Data

Dalam pengujian keabsahan data atau uji kredibilitas terhadap data hasil penelitian, peneliti melakukan pelbagai cara antara lain :

a. Perpanjangan pengamatan

Dengan perpanjangan data peneliti kembali ke lapangan, untuk melakukan pengumpulan data dari sumber data penelitian baik yang lama maupun sumber data baru dan menjalin *rapport* (keakraban), sehingga data yang didapat akan lebih lengkap, mendalam, dan tidak ada rahasia. Dengan perpanjangan pengamatan ini peneliti mengecek kembali apakah data yang diperoleh sudah benar atau tidak, berubah atau tidak. Perpanjangan pengamatan dilakukan sampai pada perolehan kedalaman data, yakni mencapai tingkat makna. Makna adalah data dibalik yang tampak.[53] Apabila selama pengecekan data sudah benar, berarti yang didapatkan telah kredibel, sehingga waktu perpanjangan pengamatan dapat diakhiri.

b. Peningkatan ketekunan dalam penelitian

Peneliti me-*recheck* data dengan membaca pelbagai referensi buku-buku, jurnal, maupun hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan temuan data di lapangan.

[53] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif,* (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 123

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. Triangulasi

Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari pelbagai sumber dengan pelbagai cara, dan pelbagai waktu.[54] Peneliti menggunakan triangulasi teknik yakni melakukan pengecekan data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Dan triangulasi sumber data yakni untuk menemukan data yang sama dengan membandingkan suatu keadaan atau perspektif dari beberapa orang yang berbeda.[55]

G. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini terdiri dari lima bab pokok pembahasan, di mana secara substansial setiap bab memiliki relevansi dengan bab yang lain. Sehingga untuk mempermudah pemahaman mengenai penelitian yang ditulis, maka peneliti menyusun sistematika pembahasan sebagaimana berikut :

Bab pertama, pendahuluan. Terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian (meliputi ; pendekatan dan jenis penelitian, subjek penelitian, tahap-tahap penelitian, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik keabsahan data), dan terakhir sistematika pembahasan.

Bab kedua, tinjauan pustaka. Bab ini membahas kajian teoritik dari beberapa referensi dengan bahasan tentang terapi Islam, (meliputi ;

[54] Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif,* (Bandung : Alfabeta, 2014), hal. 125

[55] M. Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif Edisi Kedua,* (Jakarta : Kencana, 2007), hal.265

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

pengertian terapi Islam, objek kajian terapi Islam, tujuan terapi Islam). Kemudian pembahasan mengenai hipnosholawat, (meliputi pengertian hipnosis dan hipnoterapi, sejarah singkat hipnoterapi, ruang lingkup dan konsep hipnoterapi, tahapan umum hipnoterapi serta manfaat hipnoterapi). Selanjutnya dibahas terkait sholawat, (meliputi; pengertian sholawat, keutamaan bersholawat dan celanya orang yang tidak bersholawat). Kemudian dijelaskan juga pengertian hipnosholawat, tujuan serta nilai-nilai yang ada pada terapi Islam melalui hipnosholawat. Terdapat penjelasan mengenai trauma, (meliputi ; pengertian trauma, faktor penyebab trauma, proses mekanisme trauma dan pola respon terhadap trauma). Pembahasan variabel terakhir tentang *bullying*, (meliputi; definisi *bullying*, dampak psikologis *bullying* serta bentuk-bentuk *bullying*). Selanjutnya di akhir bab ini juga ditulis hasil penelitian terdahulu yang relevan.

Bab ketiga, penyajian data. Bab ini menyajikan data tentang deskripsi umum problematika trauma klien dan deskripsi hasil penelitian, berupa proses pelaksanaan terapi Islam melalui hipnosholawat dan hasil dari proses terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa UINSA korban *bullying.*

Bab keempat, analisis data. Pada bab ini terdapat pembahasan mengenai analisis tingkat krusial masalah yang dialami klien dan terapi hipnosholawat. Kemudian menganalisis hasil temuan yang diperoleh terkait proses dan hasil akhir terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani klien trauma akibat *bullying*.

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 kelima, penutup. Meliputi kesimpulan dari gambaran secara keseluruhan penelitian serta memberikan saran-saran terkait penelitian yang dilakukan.

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