

yang kehilangan harapan dalam hidupnya. Dalam hal ini, seorang remaja bernama Dinda (nama samaran) adalah remaja yang telah diputus oleh kekasihnya Putra (nama samaran) kurang lebih satu tahun silam, setelah menjalin hubungan selama kurang lebih satu tahun.

Sebelumnya klien sudah dua kali menjalin hubungan dengan laki-laki. Hubungan klien dengan kekasih-kekasih sebelumnya putus ditengah jalan ketika sudah tidak ada kecocokan diantara keduanya. Namun putusnya hubungan klien dengan kekasih-kekasih sebelumnya tidak sampai membuat klien seperti ketika hubungannya dengan Putra berakhir.

Putra memang merupakan orang yang paling ia sayangi diantara kekasih-kekasih sebelumnya. Hubungan klien dengan Putra juga merupakan hubungan yang paling lama dan dianggap paling serius oleh klien. Ini karena sebelum hubungan mereka berakhir, Putra pernah membawa kedua orang tuanya berkunjung kerumah klien. Klien menganggap bahwa kehadiran Putra beserta orangtuanya ini adalah awal dari keseriusan hubungan mereka menuju jenjang yang lebih serius. Namun, beberapa saat kemudian setelah kehadiran Putra bersama orang tuanya justru Putra mengakhiri hubungan mereka. Sejak saat itu Dinda merasa sangat terpukul hingga kurang lebih satu tahun. Dinda masih belum bisa melupakan mantan kekasihnya yang sangat ia sayangi. Bahkan dalam hati kecilnya masih mengharapakan mantan kekasih yang telah memutuskannya tersebut.

malam karena teringat bahwa ia tidak lagi bersama dengan Putra, sering mengurung diri dalam kamar dan menangis, terlihat murung, tidak semangat dalam menjalani kehidupan, serta sempat tidak percaya dengan takdir Allah Swt. Ia menganggap bahwa Allah Swt. tidak adil kepadanya. Ia juga beranggapan bahwa lebih baik ia sakit dan mati daripada ia harus menjalani hari-harinya tanpa Putra. Perilakunya tersebut juga kemudian sangat berpengaruh terhadap hubungan sosialnya dengan lingkungan sekitar seperti menjauh dari keluarga sekalipun tinggal satu rumah (jarang komunikasi dengan keluarga) dan menarik diri dari lingkungan.

Jika dilihat dari gejala-gejalanya, nampaknya Dinda tengah mengalami depresi sehingga harapan dalam hidupnya seakan telah pupus semenjak kisah cintanya dengan Putra berakhir. Dalam usianya yang produktif ini, sangat disayangkan jika dalam hidupnya hanya dihabiskan untuk menyesali apa yang telah terjadi tanpa melakukan hal-hal yang bermanfaat yang seharusnya bisa ia lakukan dalam keadaan normal. Sebagai sesama manusia juga sesama wanita, peneliti akan merasa sangat bersalah apabila membiarkan klien tetap pada keadaannya saat ini tanpa melakukan apapun. Mengingat bahwa peneliti juga merupakan teman baik dari klien. Inilah yang kemudian menjadikan peneliti tertarik untuk membangkitkan semangat hidup dan memunculkan kembali harapan salah satu generasi penerus bangsa Indonesia tersebut.

Dengan peran agama diharapkan problema tersebut dapat diatasi. Agama dapat mengisi arti kehidupan manusia sepantasnya yang digunakan

atau mengerti. Seringkali perilaku dzikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk berkemat-kamit. Namun pada dasarnya, dzikir tidak hanya diucapkan dilisan akan tetapi lebih dari itu. Dzikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif. Al-Qur'an menjelaskan bahwa dzikir membangkitkan daya ingat dan kesadaran, ingat akan hukum-hukum Allah Swt., mengambil pelajaran/peringatan dan berarti pula meneliti proses alam. Dzikir membentuk akselerasi, dimulai dari renungan, sikap, aktualisasi, sampai pada kegiatan proses alam. Semua itu menghendaki terlibatnya dzikir tanpa boleh alpa sedikit pun dan merupakan jaminan berakarnya ketenangan dalam diri. Apabila diri selalu terhubung dalam ikatan ketuhanan, maka akan tertanam dalam diri seseorang tersebut sifat-sifat ketuhanan yang berupa ilmu, hikmah, dan iman.¹¹

Sedangkan Shadaqoh sendiri menurut pengertian bahasa adalah kata benda yang dipakai untuk suatu hal yang dishodaqohkan. Kata Shodaqoh berasal dari tiga huruf, yaitu *shad*, *dal* dan *qaf*. shodaqoh juga berasal dari kata *ash-shidq* yang berarti benar atau jujur. Benar atau jujur disini bermaksud menunjukkan kebenaran penghambaan seseorang terhadap Allah Swt.¹²

¹¹ M. Amin Syukur dan Fathimah Usman, *Terapi Hati* (Jakarta: Erlangga, 2012), hal. 59-60.

¹² Hasan bin Ahmad Hammam, *Obati Sakitmu dengan Sedekah*. Terjemahan Agus Suwandi (Solo: Zamzam, 2015), hal. 15.

serta karakter-karakter yang khas dalam penelitian dapat digambarkan secara lebih detail.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Sasaran dalam penelitian ini adalah Dinda (nama samaran) seorang remaja yang mengalami depresi, yang kemudian disebut sebagai klien. Dan konselornya adalah peneliti sendiri yaitu Ika Nur Halimah yang kemudian bekerja sama dengan pihak-pihak yang dapat membantu dalam pengumpulan data yang berhubungan dengan klien.

Sedangkan lokasi penelitiannya berada di salah satu Desa di Sidoarjo, tepatnya di Dusun Lumbang RT. 13, RW. 3, Desa Sawocangkring, Kecamatan Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo. Lokasi ini memerlukan waktu tempuh kurang lebih 60 menit dari tempat tinggal peneliti yaitu Jl. Jemursari Utara III/9 Surabaya.

Kehadiran peneliti dalam penelitian kualitatif ini bertindak sebagai instrument pengumpul data. Dan peran peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai partisipan penuh. Dimana dalam penelitian ini, peneliti sendiri yang akan melakukan bimbingan konseling Islam kepada klien secara langsung.

Bimbingan dan Konseling Islam, prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam, pendekatan Bimbingan dan Konseling Islam serta langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam. Selanjutnya membahas mengenai terapi ISHAS yang meliputi: pengertian ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh), manfaat ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh), Dasar hukum ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh). Kemudian membahas mengenai depresi yang meliputi: pengertian depresi dan gejala depresi. Dan terakhir membahas terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) dalam menangani depresi, serta penelitian dahulu yang relevan.

BAB III : PENYAJIAN DATA yang menjelaskan tentang hasil penelitian yang didapatkan penulis selama meneliti di lapangan, yang meliputi; deskripsi umum objek penelitian, deskripsi konselor, deskripsi klien, dan membahas deskripsi hasil penelitian yakni mengenai proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqah) dalam menangani remaja yang mengalami depresi di Sidoarjo, dan hasil dari proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqah) dalam menangani remaja yang mengalami depresi di Sidoarjo.

BAB IV : ANALISIS DATA menjelaskan mengenai kasus seorang remaja yang mengalami depresi, proses pelaksanaan Bimbingan dan

