BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

a. Letak Kondisi Georafi Desa

Sawocangkring adalah sebuah desa di wilayah kecamatan Wonoayu, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur. Kode pos 61261. Secara geografis, desa Sawocangkring termasuk wilayah dataran rendah. Desa ini terdiri dari tiga dusun, yaitu: Dusun Sawung, Dusun Cangkring dan Dusun Lumbang. Letak Desa Sawocangkring berada diantara 4 desa lain, yaitu:

1) Bagian Utara berbatasan dengan Desa Pademonegoro
2) Bagian Selatan berbatasan dengan Desa Wonokasian
3) Bagian Timur berbatasan dengan Desa Wilayut
4) Bagian Barat berbatasan dengan Desa Becirongengor

Jarak Desa Sawocangkring dengan kecamatan sekitar 10 menit dan dari jalan raya Surabaya-Mojokerto sekitar 30 menit.

b. Struktur Pemerintahan Desa

1) Kepala Desa : Sugito
2) Sekretaris Desa : Abdul Jalal
3) Kasi Pemerintahan : Abi Haris Ahmadi
4) Kasi Pelayanan Umum : Samsudin Imron Nawawi
5) Kasi Kesra : A. Syaifullah

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

6) Kasi Pembangunan : Kasan Basuni

7) Kasi Trantib : Kasan Bayani

8) Kasun Sawung : Kasan Muzakki

9) Kasun Cangkring : A. Yasa'

10) Kasun Lumbang : M. Hadi Soleh

11) Staf Kesekretariatan : Siti Maria Ulfa

2. Deskripsi Konselor

Dalam penelitian ini, yang menjadi konselor adalah peneliti sendiri, yaitu Ika Nur Halimah mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Adapun biodata konselor pada Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqah) adalah sebagai berikut:

a. Identitas Konselor

Nama : Ika Nur Halimah

Tempat / Tanggal Lahir : Bojonegoro, 18 Maret 1994

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Status : Mahasiswa

Pendidikan : UIN Sunan Ampel Surabaya

Alamat : Merbong, RT.12, RW.03 Ds. Payaman, Kec. Ngraho, Kab. Bojonegoro

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. Riwayat Pendidikan

TK : TK Putra Pertiwi 3 Payaman, Ngraho, Bojonegoro

MI : MI Matholiul Falah Payaman, Ngraho, Bojonegoro

MTs : MTs Asy-Syukuriyah Payaman, Ngraho, Bojonegoro

MA : Madrasah Aliyah Negeri Ngraho, Bojonegoro

c. Pengalaman Konselor

Sebelum melaksanakan konseling ini, konselor telah melaksanakan proses konseling pada beberapa konseli dengan berbagai permasalahan. Diantaranya konseling kepada beberapa santri Pondok Pesantren Assalafi Al-Fithrah Surabaya. Konseling ini dilaksanakan ketika konselor melaksanakan tugas PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) di Pondok Pesatren Assalafi Al-Fithrah Surabaya. Diantara konseling dengan beberapa santri tersebut, kemudian diambil salah satu untuk dijadikan sebuah laporan kepada prodi Bimbingan Konseling Islam dengan memberikan judul: "BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN *TERAPI REALITAS* DALAM MENANGANI SANTRI KABUR KARENA TIDAK KRASAN DI PONDOK PESANTREN ASSALAFI AL-FITHRAH SURABAYA".

Dalam keseharian konselor, apabila ada yang datang untuk mengungkapkan curahan hatinya, konselor juga berusaha mempraktekkan dari apa yang sudah konselor peroleh selama berada di bangku kuliah seperti: Bimbingan Konseling Islam,

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

Kesehatan Mental, Konseling dan Psikoterapi, Konseling Mikro dan Makro, Pendekatan konseling, K3 (Ketrampilan Komunikasi Konseling) dan lain-lain.

d. Keadaan Konselor

Konselor merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan bapak Bambang Sumantri dan Ibu Siti Aisyah. Mempunyai 2 adik, masing-masing laki-laki dan perempuan. Perempuan berusia 18 tahun bernama Nurul Azizah yang selesai diwisuda pada bulan Mei tahun 2016 dari MAN Ngraho Bojonegoro dan akan melanjutkan ke UIN Sunan Ampel Surabaya pada jurusan Ilmu Kelautan. Adik yang terakhir dan selalu dirindukan bernama Ahmad Nur Kholis, berusia 4 tahun yang telah diwisuda dari PAUD Melati Desa Payaman Kecamatan Ngraho Kabupaten Bojonegoro pada bulan Juni 2016 dan kini telah duduk di bangku TK Putra Pertiwi 3 Payaman Ngraho Bojonegoro. Menjadi anak pertama menuntut konselor untuk berusaha sebaik mungkin menjadi kakak yang bisa bertanggung jawab terhadap adik-adiknya.

Konselor adalah orang yang sangat pendiam dan netral dalam berteman ketika MI dan MTs. Bahkan ketika MTs., teman-teman konselor membuat grup-grup sedangkan konselor tidak mempunyai grup. Diantara grup-grup tersebut ada satu grup yang anggotanya adalah teman-teman kecil konselor (teman satu dusun).

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

Hal ini yang sering menjadikan konselor kesepian karena konselor bukan termasuk anggota grup. Dan ini konselor alami selama tiga tahun, selama konselor duduk di bangku MTs. Asy-Syukuriyah Payaman. Beruntung masih ada beberapa anak pondok yang tidak membuat grup-grup sehingga konselor bisa berkumpul dengan mereka. Namun tentu tidak selalu setiap saat bisa bersama mereka karena aktifitas yang berbeda antara anak ruamahan dan anak pondok. Hanya ketika di sekolah atau ketika ngaji pada malam hari bisa bersama dengan anak pondok. Selebihnya diluar sekolah dan ngaji malam konselor hanya berada dirumah.

Lulus dari MTs. Asy-Syukuriyah Payaman, konselor ditawari oleh salah satu paman yang tinggal di Madiun untuk disekolahkan serta diminta untuk membantu usahanya di Madiun. Sekolah di Madiun, tinggal bersama keluarga yang ada di Madiun memang sudah menjadi keinginan konselor sejak MI. Konselor begitu bahagia saat itu, konselor memang ingin mandiri dengan tinggal bersama paman di Madiun. Karena di rumah, konselor begitu bergantung kepada orang tua. Namun konselor tidak bisa apa-apa ketika bapak tidak mengizinkan untuk sekolah di Madiun. Hal ini membuat konselor putus asa ketika itu. Saat temannya mencari info tentang pendaftaran siswa baru tingkat SLTA, konselor hanya menangis dan mengurung diri dalam kamar. Hingga ibu konselor menitipkan syarat-syarat pendaftaran untuk

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

kelanjutan studi anaknya melalui tetangganya yang menjadi guru di salah satu Madrasah Aliyah Negeri yang tidak jauh dari rumahnya. Ibu konselor mendaftarkan anaknya tanpa sepengatahuan anaknya.

Suatu ketika konselor mendapat info dari temannya bahwa kuota bangku di MAN Ngraho akan habis, apabila tidak cepat mendaftar maka tidak dapat bangku. Dan jika tetap ingin mendapat bangku harus membayar biaya sendiri untuk mendapat bangku. Setelah memperoleh info dari temannya melalui pesan singkat (sms), konselor segera memberikan info tersebut kepada ibunya, namun ibunya sudah mendafatrkannya terlebih dahulu. Bahkan sebelum teman-temannya mendaftar. Akhirnya konselor mau melanjutkan studinya di Madrasah Aliyah Negeri Ngraho. Bahkan 3 tahun ia jalani dengan penuh keceriaan. Disitupun beda sekali dengan Madrasah Ibtidaiyah maupun Madraasah Tsanawiyah dulu. Jika dulu konselor sangat pendiam dan tidak punya teman, sejak di Madrasah Aliyah Negeri Ngraho konselor mempunyai banyak teman dan menjadi anak yang sangat ceria serta penuh semangat.

Menjadi Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya tidak pernah terbayangkan oleh konselor. Apalagi kuliah pada prodi Bimbingan dan Konseling Islam. Setelah lulus dari MAN Ngraho, konselor tidak pernah berharap untuk dikuliahkan oleh orang tua, melihat ekonomi orang tua yang pas-pasan. Namun dapat merasakan bangku kuliah merupakan harapan yang sangat besar

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

bagi konselor. Meskipun demikian tidak pernah sedikitpun konselor mengutarakan keinginannya kepada orang tua. Hanya satu harapan konselor saat itu yaitu kuliah dengan beasiswa meskipun hanya satu tahun (D1) dalam bidang apapun. Dan merupakan kebahagiaan tersendiri ketika suatu ketika mendapat pertanyaan dari ibu "kamu ingin kuliah atau tidak?, kalau ingin kuliah, bapakmu siap untuk menguliahkan". Pertanyaan dan pernyataan yang tidak pernah dibayangkan apalagi diharapkan oleh konselor ini benar-benar membuat konselor sangat bahagia.

Permasalahan tidak berhenti disitu, orangtua konselor telah bersedia untuk membiayai kuliah konselor, akan tetapi tempat kuliah yang diinginkan bapak dengan konselor berbeda. Bapak menginginkan konselor kuliah di Madiun atau di Bojonegoro sedangkan konselor menginginkan kuliah di IAIN Sunan Ampel Surabaya ketika itu. Alasan bapak menginginkan konselor di Madiun adalah karena di Madiun banyak saudara sehingga konselor masih bisa diawasi melalui saudara-saudara yang ada di Madiun atau di Bojonegoro karena masih merupakan daerah sendiri dan masih tinggal di rumah.

Keinginan konselor dan orang tua sangat bersebrangan. Konselor tidak ingin ikut keluarga yang ada di Madiun/kuliah di Madiun dengan alasan konselor ingin mandiri tanpa dekat dengan saudara-saudaranya. Konselor juga tidak ingin tetap di Bojonegoro

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

karena konselor merasa jika tetap di Bojonegoro, konselor tidak akan memperoleh banyak pengalaman seperti jika telah keluar dari rumah.

Selain karena alasan-alasan diatas, juga karena sebelumnya konselor telah memperoleh arahan dari guru BK di sekolah yang menyarankan untuk masuk jurusan Bimbingan dan Konseling Islam di IAIN Sunan Ampel Surabaya. Meskipun konselor benar-benar tidak tahu apakah itu Bimbingan dan Konseling Islam, namun konselor begitu yakin untuk mengikuti saran dari guru BK tersebut. Terkait orang tua (bapak) yang tidak setuju, konselor berusaha meyakinkan bapak melalui ibu (karena konselor tidak berani dengan bapak) supaya bapak memberikan izin untuk kuliah di Surabaya. Pada akhirnya konselor berhasil mendapatkan izin dari orang tua untuk kuliah di Surabaya, namun dengan syarat harus mondok. Jika tidak mondok lebih baik kuliah di Bojonegoro dan tetap tinggal di rumah. Meskipun sebelumnya tidak ada keinginan sama sekali untuk mondok, bahkan berniat untuk kos dengan harapan bisa masak, mandiri dan lain sebagainya, namun ketika itu konselor benar-benar menuruti keinginan orang tua dengan senang hati tanpa kecewa sedikitpun.

3. Deskripsi Klien

Dalam penelitian ini, yang menjadi klien adalah seorang remaja di Sidoarjo yang juga merupakan orang yang telah lama dikenal

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

oleh konselor. Adapun biodata klien pada Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shadaqah), sebagai berikut:

a. Identitas Klien

Nama	: Dinda (nama samaran)
Tempat / Tanggal Lahir	: Sidoarjo, 27 Juli 1995
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Status	: Belum Kawin
Pendidikan	: SMK YPM 5 Panjunan Sukodono, Sidoarjo
Alamat	: Dusun Lumbang, RT. 13, RW. 03, Ds. Sawocangkring, Kec. Wonoayu, Kab. Sidoarjo.

b. Keadaan Klien

Dari segi fisik klien adalah orang yang berbadan kurus, memiliki tinggi badan kurang lebih 150 cm, kulit sawo matang dan memiliki anggota tubuh yang lengkap sebagaimana orang normal pada umumnya. Berpenampilan rapi pada saat tertentu dan berpenampilan biasa dalam kesehariannya dirumah. Mengenakan jilbab ketika ada acara tertentu dan tidak berjilbab ketika dirumah. Ia biasa mengenakan kaos pendek ketika berada dirumah.

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 merupakan anak ketiga (terakhir) dari tiga bersaudara. Kakak pertamanya perempuan yang sudah menikah dengan seorang TNI dan dikaruniai dua orang anak: laki-laki dan perempuan yang kini tinggal bersama klien dan juga kedua orang tuanya, kemudian kakak laki-lakinya yang telah menikah dengan seorang wanita dan dikaruniai seorang putri yang kini tinggal dengan istrinya, dan yang terakhir adalah klien.

Menjadi anak terakhir menjadikan klien anak yang sangat dimanja oleh orang tua juga kakak-kakaknya, terutama kakak pertamanya Rofi'a (nama samaran). Sejak kecil klien sudah dirawat oleh kakak pertamanya, sehingga klien merasa sangat dekat dengan kakak pertamanya. Bahkan ia memanggil kakaknya dan kakak iparnya (suami kakak pertamanya) ini dengan sebutan mama dan papa. Hubungan antara klien dengan kakaknya dan kakak iparnya (suami kakaknya) lebih dekat dari pada dengan orang tua kandungnya meskipun mereka tinggal serumah. Kebutuhan klien juga sebagian ditanggung kakak pertamanya.

Dikarenakan sejak kecil sudah dekat dengan seorang abdi negara/TNI (Tentara Nasional Indonesia) yang tidak lain adalah kakak iparnya, membuat klien berkeinginan memiliki pasangan anggota TNI juga. Keinginannya tersebut kemudian mengantarkannya untuk mendekati/mencari kenalan abdi negara/TNI (Tentara Nasional Indonesia) melalui kakak iparnya

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 sedang menjalankan tugas di ujung timur Indonesia yakni Papua kurang lebih tiga tahun silam. Dari situlah kemudian klien mengenal seseorang abdi negara yang kini telah menjadi mantan kekasihnya, yang tidak lain adalah kakak kelas peneliti ketika masih sekolah di MAN Ngraho.

c. Latar Belakang Pendidikan

SD : SDN Sawocangkring

SMP : MTs N Krian Junwangi

SMA : SMK YPM 5 Panjunan Sukodono, Sidoarjo

d. Latar Belakang Keluarga

Keluarga klien merupakan keluarga yang sederhana namun harmonis. Kedua orangtua klien tidak pernah memperlihatkan pertengkaran yang hebat didepan anak-anaknya. Keluarga klien merupakan keluarga yang penyayang dan perhatian terhadap saudara lainnya. Misalnya kakak klien yang pertama, ia begitu menyayangi klien hingga bersedia merawat klien sejak kecil layaknya anak sendiri.

Semua saudara klien termasuk klien sendiri memiliki pendidikan terakhir pada tingkat SMA. Keinginan untuk melanjutkan diperguruan tinggi pada dasarnya ada namun karena keterbatasan biaya sehingga mereka lebih memilih untuk memendam keinginan 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

e. Latar Belakang Ekonomi

Menurut keterangan dari klien, keluarga klien merupakan keluarga yang paling tidak punya diantara saudara-saudara yang lainnya. Ini menjadikan keluarga klien dikucilkan dari keluarga-keluarganya yang lain. Hanya ada dua keluarga yang baik dengan keluarga klien. Hal ini membuat klien semakin merasa rendah diri dan merasa tidak ada yang memperdulikan keluarganya.[106] Namun dalam kesempatan lain ketika klien menceritakan hubungannya dengan saudara-saudara sepupunya bahkan sangat akrab. Meskipun mereka terpisah jarak dan waktu namun ketika bertemu mereka sangat menikmati pertemuan mereka, tidak terlihat perbedaan antara mereka.[107]

Ketika peneliti melakukan wawancara kepada sepupu klien mengenai hal ini, sepupu klien menuturkan bahwa keluarga mereka dahulu memang sempat ada sedikit masalah yang kemudian merenggangkan hubungan antara mereka, namun sekarang sudah kembali membaik. Mereka sudah saling akrab kembali dan tidak pernah mempermasalahkan ekonomi dari masing-masing keluarga.[108]

Berdasarkan observasi serta wawancara peneliti terhadap keluarganya, ekonomi keluarga klien memang berada pada tingkat menengah kebawah, tidak terlalu miskin juga tidak kaya raya. Ini

[106] Wawancara pada klien.
[107] Wawancara pada klien.
[108] Wawancara pada sepupu 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

peneliti lihat dari keadaan rumah, cara berpakaian orang tua, cara memberikan suguhan ketika ada tamu, dll.[109] Ayah klien adalah seorang pekerja swasta (mencari rongsokan) terkadang juga memijat jika ada orang yang membutuhkan tenaganya. Sedangkan ibunya ketika masih muda adalah karyawan disebuah pabrik, namun karena sekarang sudah semakin tua dan tenaganya tidak memungkinkan untuk bekerja dipabrik maka ibunya hanya menjadi ibu rumah tangga.[110]

Adapun kakak klien yang pertama juga merupakan ibu rumah tangga namun ketika ada pekerjaan, terkadang juga bekerja seperti menjaga toko, dll. Semenjak mempunyai anak, kakak klien yang pertama lebih sering menjalani peran sebagai ibu rumah tangga seutuhnya dibanding berperan ganda (ibu rumah tangga dan bekerja diluar). Sedangkan kakaknya yang kedua hanya memberi uang sesekali bukan untuk kebutuhan sehari-hari (kebutuhan primer) karena juga mempunyai istri dan anak sehingga lebih fokus pada keluarga kecilnya.[111]

Berdasarkan penuturan dari ibu klien, sebenarnya setelah menyelesaikan studinya dari Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), klien ingin melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi, namun karena keterbatasan biaya, dengan berat hati klien harus mematahkan keinginannya tersebut. Pendapatan ayahnya tidak tentu

[109] Observasi dirumah klien oleh peneliti pada tanggal 29 Juli 2016
[110] Wawancara kepada ibu klien pada tanggal 29 Juli 2016
[111] Wawancara kepada 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

sehingga orangtuanya khawatir tidak akan mampu membiayai kuliah klien. Oleh karena itu orangtuanya menyuruh klien langsung mencari pekerjaan setelah lulus dari SMK. Beberapa bulan setelah klien lulus dari SMK, orang tuanya mengambilkan motor dari dealer supaya klien lebih mudah jika bekerja namun untuk cicilannya dibebankan kepada klien. Itupun jaraknya lama, karena setelah lulus klien sempat nganggur berbulan-bulan.[112]

Kakak iparnya yang merupakan suami dari kakaknya yang pertamalah yang menguatkan ekonomi klien selama ini karena merupakan satu-satunya orang yang memiliki pekerjaan tetap dikeluarganya. Jika membutuhkan apa-apa, klien minta kepada kakaknya.[113] Akan tetapi jika untuk biaya kuliah, tentu tidak mungkin karena kini kakaknya juga sudah mempunyai dua anak yang sudah mulai sekolah.

f. Keadaan Lingkungan Klien.

Ketika kecil klien pernah tinggal di Sorong Papua bersama dengan mama dan papanya (kakak dan kakak iparnya). Kakak ipar klien yang sedang ditugaskan di Papua mengharuskannya memboyong keluarganya ke bagian paling timur Indonesia ketika itu. Karena Dinda sejak kecil sudah sangat dekat dengan kedua kakaknya tersebut sehingga Dindapun ikut diboyong ke Papua.

[112] Wawancara dengan ibu Klien pada tanggal 29 Juli 2016
[113] Wawancara kepada 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

Selama di Papua ia tidak banyak mengenal orang-orang disekitarnya karena memang dia hanya tinggal di rumah dinas kakak iparnya dan jarang keluar rumah. Mama dan papanya (kakak ipar dan kakaknya) memang membatasi ia keluar rumah. Jika keluar, ia harus ditemani kakak atau kakak iparnya atau jika tidak ditemani, ia hanya boleh keluar disekitar rumah dan tidak boleh jauh-jauh. Kakak atau kakak iparnya takut terjadi apa-apa dengannya karena mereka tidak tinggal di daerah sendiri. Jadi, klien hanya mengenal beberapa orang di Papua dan hari-hari klien lebih banyak dihabiskan dirumah untuk nonton TV. Setelah beberapa waktu klien diboyong kembali ke Jawa karena kakaknya mengalami sakit.[114]

Keadaan lingkungan klien di Sidoarjo merupakan lingkungan yang bisa dikatakan baik. Meskipun daerahnya terkenal sering ada kejadian kriminal, namun itu bukan tepat di lingkungan klien. Desa tempat tinggal klien terbagi menjadi tiga dusun. Di salah satu dusun tersebut memang para pemudanya terkenal sebagai pembuat onar baik di desa sendiri maupun ketika ada acara di kecamatan.[115] Meskipun begitu warga sekitar rumah klien adalah orang yang ramah-ramah. Bisa dilihat sejak pertama konselor menanyakan alamat dan dijawab dengan sangat sopan. Selain itu meskipun konselor tidak mengenal orang-orang sekitar

[114] Wawancara Kepada klien.
[115] Wawancara klien pada 27 Mei 2016 melalui media komunikasi.

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

lingkungan klien, konselor tetap ditanggapi dengan sangat ramah oleh orang-orang sekitar ketika konselor menyapa mereka.

Di lingkungan klien jika ada orang yang meninggal, biasanya diadakan tahlilan hingga tujuh harinya. Dalam kegiatan tersebut sesekali klien mengikutinya. Selain itu ada juga rutinan pengajian di lingkungan rumahnya setiap satu bulan sekali, namun klien tidak pernah mengikutinya karena kegiatan tersebut hanya diikuti ibu-ibu.

Selain kegiatan keagamaan untuk ibu-ibu, ada pula karang taruna di dusun klien, dahulu klien pernah mengikuti namun hanya ketika ada acara seperti gerak jalan. Untuk rapat-rapatnya, klien jarang mengikuti karena klien memang tidak begitu bergaul dengan remaja di lingkungannya. Ia lebih sering bergaul dengan sepupu-sepupunya dibanding remaja sebaya di desanya. Memang sejak kecil klien sudah dibiasakan bergaul dengan sepupu-sepupunya oleh orangtuanya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Masalah Klien

Pada dasarnya setiap manusia tidak lepas dari yang namanya masalah. Setiap masalah yang datang kepada manusia pasti sesuai kemampuan yang dimiliki. Namun, respon setiap individu dalam menghadapi masalahnya berbeda-beda. Ada yang sangat optimis dan berfikir positif dalam menghadapi masalahnya, ia yakin bahwa setiap

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

masalah yang datang kepadanya pasti bisa dihadapi dan pasti ada hikmah dibalik setiap permasalahan. Sebaliknya ada juga yang menghadapi masalahnya dengan pesimis dan berfikir negatif, ia merasa tidak mampu menghadapi masalahnya dan menganggap bahwa Allah Swt. tidak adil karena telah memberikan masalah kepadanya.

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu mengenai seorang remaja yang mengalami depresi dikarenakan tidak menerima masalah yang dihadapi dengan optimis dan berfikir positif. Namun sebaliknya ia merasa bahwa Allah Swt. tidak adil kepadanya karena memberikan ujian (masalah) yang berat dan akhirnya memunculkan masalah pada dirinya dan berakibat pada orang-orang disekitarnya.

Permasalahan ini berawal sejak putusnya hubungan klien dengan kekasihnya yang bernama Putra (nama samaran). 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 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

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

pernah membawa kedua orang tuanya berkunjung kerumah klien. Klien menganggap bahwa kehadiran Putra beserta orangtuanya ini adalah awal dari keseriusan hubungan mereka.

Rasa sayang klien dengan Putra memang begitu dalam karena perlakuan Putra terhadapnya sangat baik. Klien merasa sangat disayangi dan merasa paling diperhatikan ketika menjalin hubungan dengan Putra dibanding dengan kekasih-kekasih sebelumnya. Putra selalu mengalah apabila ada konflik antara keduanya sekalipun klien yang salah. Putra selalu bisa mencairkan suasana dan dapat menenangkan klien ketika ada masalah. Inilah yang membuat klien semakin hari semakin menyayangi Putra. Namun disaat klien benar-benar menyayangi Putra dan berharap hubungannya berlanjut kejenjang yang lebih serius, justru Putra memutuskannya. Klien benar-benar merasa kehilangan orang yang sangat diharapkan menjadi pendamping hidup untuk selamanya tersebut. Klien memang sudah jauh berharap membangun rumah tangga bersama Putra. Hal ini yang membuat klien merasa hidupnya menjadi tak berarti setelah ia diputuskan oleh Putra. Tidak ada orang yang selalu menyejukkan hatinya dan mewarnai hari-harinya lagi. Ia juga tidak mendapatkan kasih sayang dan perhatian lagi dari Putra.[116]

Berawal dari berakhirnya hubungan yang telah dijalin selama kurang lebih satu tahun inilah, Dinda menjadi orang yang tidak peduli

[116] Wawancara kepada 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

dengan dirinya sendiri. Sehingga, menyebabkan ia sering jatuh sakit karena tidak mau makan sekalipun merasa lapar, hari-harinya hanya dipenuhi dengan mengingat kebaikan dan kasih sayang Putra yang justru membuatnya semakin merasa kehilangan, tidak bisa tidur hingga larut 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.

Alasan pendidikan juga dianggap klien sebagai salah satu faktor ia diputuskan oleh Putra. Menurutnya, Putra menginginkan orang yang berpendidikan tinggi, seperti: orang yang kuliah di bidang kesehatan, atau kuliah dibidang apapun asalkan bukan orang yang hanya berpendidikan tingkat SMA seperti dirinya. Akan tetapi karena klien tidak melanjutkan kuliah karena keterbatasan ekonomi, sehingga Putra akhirnya memutuskannya.[117]

[117] Wawancara kepada 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

Berdasarkan wawancara konselor dengan Putra, alasan ia mengakhiri hubungannya dengan klien adalah karena sudah tidak ada kecocokan lagi antara keduanya. Pendidikan atau ekonomi tidaklah menjadi faktor ia memutuskan klien. Meskipun ekonominya dibawah rata-rata atau tidak kuliahpun jika memang merasa cocok akan tetap dipertahankan.[118]

Dalam kesempatan lain, Putra mengatakan bahwa ia sudah tidak mencintai klien dan ketika konselor menanyakan mengenai rencana pernikahannya dengan klien, ia mengatakan bahwa belum pernah ada rencana pernikahan diantara mereka. Kehadiran kedua orangtua Putra ke rumah klien hanyalah untuk bersilaturrahim biasa karena kebetulan kedua orangtua Putra sedang menjemputnya dari bandara dan kemudian mampir ke rumah klien. Inilah yang kemudian menjadikan klien salah faham dan merasa sangat kecewa. Klien menganggap bahwa hubungannya sudah semakin serius ternyata justru putus ditengah jalan.[119]

Setelah putusnya hubungan antara klien dengan Putra tersebut, tidak ada komunikasi antara keduanya. Klien benar-benar sangat kecewa dengan Putra. Namun setelah beberapa waktu, klien mencoba untuk menghubungi Putra, karena klien merasa sangat berat menjalani kehidupan tanpa Putra. Klien sangat berharap bisa kembali kepada mantan kekasihnya tersebut. Akan tetapi usaha klien sia-sia

[118] Wawancara kepada Putra.
[119] Wawancara kepada Putra.

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

karena Putra sudah tidak mau kembali kepadanya. Hingga suatu ketika, karena ia benar-benar sudah sangat kecewa, ia mengancam Putra dengan ancaman bahwa ia akan melaporkannya kepada kakak iparnya. Ia mengatakan kepada Putra bahwa bisa saja kakak iparnya membawa teman-teman tantaranya untuk memberikan pelajaran kepada Putra langsung atau bahkan mendatangi orangtua Putra.[120]

Putra tidak takut dengan ancaman yang diberikan klien karena Putra tidak merasa bersalah. Mereka putus dengan baik-baik sehingga Putra merasa tidak perlu memperpanjang masalah. Putra juga yakin bahwa kakak ipar klien tidak akan mendatanginya maupun memberikan pelajaran hanya karena permasalahan seperti itu. Sehingga Putra justru semakin menjauhi klien.[121] Karena tidak mendapat respon dari Putra, klien semakin hari semakin menunjukkan gejala-gejala depresi, seperti: jarang makan (nafsu makan turun), sering jatuh sakit, sering menyendiri dan menangis, menarik diri dari lingkungan, susah tidur, aktivitas menurun, berfikir negatif tentang diri sendiri, perasaan bersalah, mudah lelah, tidak percaya akan takdir Tuhan/Su'udzon kepada Allah Swt.

2. Perilaku yang Muncul pada Klien.

Ada beberapa gejala yang muncul dari remaja yang mengalami depresi di Sidoarjo ini yang perlu sekali untuk diatasi. Karena akibat yang timbul ini bisa menimbulkan dampak yang lebih

[120] Wawancara kepada klien
[121] Wawancara kapada Putra

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

membahayakan bagi remaja tersebut. Gajala-gejala yang muncul tersebut yaitu:

a) Jarang makan (nafsu makan turun)

Semenjak mantan kekasihnya mengakhiri hubungannya, nafsu makan Dinda jadi menurun. Meskipun terkadang ia merasa sangat lapar, ia enggan memasukkan makanan kedalam mulutnya sehingga badannya semakin lama semakin kurus dan terlihat pucat serta tidak berdaya. Sebenarnya ia makan, akan tetapi bukan makanan yang dibutuhkan tubuhnya yang ia makan, melainkan snack-snack yang justru tidak terlalu bagus untuk tubuhnya.

b) Sering jatuh sakit

Selain berat badannya yang semakin hari semakin turun, ia juga sering jatuh sakit. Ia sering mengeluh sakit perut dan juga pusing. Hampir setiap komunikasi dengan peneliti klien mengeluhkan hal ini.

c) Sering menyendiri dan menangis

Tiada hari tanpa menangis. Inilah kalimat yang cocok untuk Dinda. Karena semenjak perpisahannya dengan kekasihnya kurang lebih satu tahun yang lalu, kini Dinda selalu menangis dan menyendiri dalam kamar. Sehingga selain membuatnya semakin sedih juga membuat orang tua dan keluarganya khawatir terhadap keadaannya. Berdasarkan keterangan yang Dinda berikan kepada peneliti, ia selalu menanggis setiap menjelang tidur hingga

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

matanya sakit dan ia juga sering mengurung diri di dalam kamar. Ia hanya menghabiskan hari-harinya di dalam kamarnya.

Sama halnya dengan informasi yang diberikan oleh sepupunya Tria (nama samaran). Menurut sepupunya tersebut, semenjak kejadian yang menimpa Dinda itu, ia menjadi semakin jauh dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Tidak seperti sebelum kejadian tersebut. Memang dengan Tria masih sering komunikasi. Namun itupun hanya membahas tentang kesedihannya terhadap perpisahannya dengan kekasihnya. Trialah yang saat ini paling dekat dengannya dan satu-satunya keluarga yang dijadikan tempat curhat. Dinda tidak berani cerita dengan keluarga yang lain, apalagi dengan orang tuanya. Dinda merasa bahwa dirinya telah mempermalukan keluarganya.

d) Menarik diri dari lingkungan

Dinda kini merasa sangat malu dengan kejadian yang telah menimpanya. Setelah kehadiran mantan kekasihnya bersama orang tuanya, orang-orang sekitar selalu menanyakan bagaimana hubungannya dengan mantan kekasihnya tersebut. Orang-orang sekitar menganggap bahwa hari kehadiran mantan kekasihnya dengan kedua orang tuanya itu adalah hari dimana mantan kekasih klien melamar klien. Klien selalu ditanya kapan ia menikah dengan mantan kekasihnya tersebut padahal setelah itu justru kekasihnya memutuskannya. Ia tidak tahu harus menjawab apa.

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

Semakin ia ditanya semakin ia merasa tertekan dan merasakan sedih yang sangat dalam. Hingga pada akhirnya ia menarik diri dari lingkungan.

e) Susah tidur

Hampir setiap malam Dinda merasakan susah untuk tidur. Ia selalu terbayang mantan kekasihnya yang masih sangat ia sayangi. Setiap kali peneliti mengecek mengirim pesan singkat (sms) kepada klien pada tengah malam, pasti klien masih menjawab pesan dari peneliti dan mengatakan bahwa ia belum bisa tidur karena fikirannya kacau.

f) Aktifitas menurun

Aktifitas Dinda kini sangat berbeda dengan sebelum kejadian yang menimpanya terjadi. Dahulu sebelum kejadian pahit menimpanya, ia selalu ikut berperan dalam kegiatan rumah seperti: mengepel, menyapu, mengajak bermain keponakannya dll. Kini ia lebih sering berdiam diri dikamar daripada membantu keluarganya, apalagi aktivitas di luar rumah, tidak pernah ia lakukan.

g) Berfikir negatif terhadap diri sendiri

Klien selalu berfikir negatif tentang dirinya, ia merasa bahwa ia tidak akan sanggup bangkit lagi, sudah tidak memiliki harapan. Ia menganggap semuanya sudah berakhir sejak ia diputuskan oleh mantan kekasihnya. Sehingga ia tidak mau mencoba membuka hati untuk siapapun dan ia tidak mau mencoba

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

untuk bangkit. Ia juga merasa bahwa ia tidak berguna, ia tidak bisa membahagiakan orang tua, dll.

h) Perasaan bersalah

Dinda sangat merasa bersalah kepada keluarganya karena ia telah mempermalukan keluarganya. Ia merasa bahwa dengan kejadian tersebut, keluarganya menjadi malu kepada tetangganya dan ia merasa bahwa itu semua karena dia. Ia selalu menyalahkan dirinya sendiri, ia merasa tidak bisa menjadi yang terbaik sehingga ia diputuskan oleh Putra.

i) Mudah lelah

Dinda kerap kali merasa lelah padahal tidak melakukan kegiatan yang berat. Ia hanya berdiam dalam kamar, namun ia merasa badannya pegal-pegal seperti telah melakukan pekerjaan yang sangat berat. Dan hal ini sering sekali ia rasakan.

j) Tidak percaya akan takdir Tuhan/Su'udzon kepada Allah swt.

Beriman/mempercayai akan takdir Allah swt merupakan suatu keharusan yang dimiliki oleh seorang muslim dalam keadaan apapun. Apapun yang terjadi, hendaknya setiap muslim menerima dengan lapang dada. Meskipun itu sangat menyakitkan sekalipun. Hendaknya setiap muslim meyakini bahwa Allah swt tidak mungkin menguji hamba-Nya melebihi batas kemampuannya. Dan meyakini bahwa setelah kesulitan pasti ada kemudahan.

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

Sebagaimana yang telah Allah swt. Firmankan dalam QS. Al-Insyirah (94): 5-6

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا. إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan." (QS. Al-Insyirah (94): 5-6).[122]

Namun tidak demikian yang dialami oleh Dinda, seorang remaja Sidoarjo yang mengalami depresi. Ia merasa bahwa kehidupannya tidak berguna lagi dan ia juga merasa bahwa Allah Swt. tidak adil terhadapnya karena memberikan ujian yang sangat berat menurutnya. Kesedihannya telah menutup mata hatinya sehingga ia memungkiri kasih sayang yang telah Allah Swt. berikan kepada-Nya.

3. Proses Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh untuk Menangani Remaja yang Mengalami Depresi di Sidoarjo

   a. Identifikasi Masalah

      Dalam langkah ini, konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk mengenal lebih dalam kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada diri klien. Data yang diperoleh berdasarkan observasi dan wawancara kepada klien maupun

[122] Kementrian Agama RI, *Syaamil Quran Terjemah Tafsir Per Kata* (Bandung: Syaamil, 2007), hal. 596.

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

orang-orang terdekat klien seperti orang tua, kakak dan sepupu klien, diantaranya:

1) Hasil observasi terhadap tingkah laku klien

Berdasarkan observasi yang dilakukan pertama kali oleh konselor pada Rabu, 29 Juni 2016 Dinda terlihat seperti orang yang tidak sehat. Wajahnya pucat, tidak senyum sama sekali, matanya sembab, terlihat kantung mata disekitar matanya (mata panda), badannya kurus, terlihat sangat lemas, gerakan tubuh lambat, bicara dengan nada yang pelan sehingga susah difahami dan terlihat lesu.[123] Klien pernah mengatakan bahwa ia rela jika harus sakit. Klien juga pernah mengatakan bahwa Allah tidak adil kepadanya karena memberikan masalah yang berat kepadanya. Bahkan klien pernah mengatakan bahwa lebih baik ia mati daripada hidup tapi tidak kembali dengan Putra. Ia juga merasa sangat bersalah kepada keluarganya.

Berdasarkan observasi terhadap status-status klien di facebook, klien terlihat memposting status-status yang mengungkapkan kekecewaan serta kesedihan yang dirasakan setelah hubungannya dengan Putra berakhir.[124]

2) Hasil wawancara tentang perilaku klien

Berdasarkan keterangan yang diberikan kakak dan ibu klien, klien terlihat sangat sedih hingga melampaui batas.

[123] Observasi terhadap klien pada Rabu, 29 Juni 2016.
[124] Observasi pada status-status facebook 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

Keluarganya serasa kehilangan sosok klien yang dulu. Klien yang dulu penuh semangat, banyak bicara dan bisa momong keponakan-keponakannya (anak dari kakaknya) kini terlihat diam, tidak lagi momong keponakan-keponakannya yang masih kecil-kecil dan tidak mau mengerjakan pekerjaan rumah seperti menyapu dan ngepel, sehingga membuat ibu dan kakaknya kerepotan mengurusi semua. Apalagi ditambah pemandangan klien yang seperti itu membuat hati semakin resah. Orang tuanya sangat khawatir dengan keadaan klien yang sering sakit.[125]

Sejak klien diputuskan oleh Putra, ia lebih sering menyendiri dalam kamar sambil menangis sehingga matanya bengkak. Setiap malam susah untuk tidur hingga larut malam, ia juga sering merasakan sakit perut, pusing dan mudah lelah meskipun tidak melakukan aktifitas yang berat. Selain itu ia juga jarang makan.[126]

Jika sebelum kejadian yang menimpanya terjadi, klien sering keluar rumah, mengajak bermain keponak-keponakannya, menyapa tetangganya, bermain kerumah saudara yang satu desa, ikut aktifitas karang taruna, kini keluar kamar pun Dinda jarang. Ketika keluarganya berkumpul dalam ruang keluarga pada malam hari, klien hanya berdiam diri

[125] Wawancara kepada kakak dan ibu klien pada Rabu, 29 Juni 2016.
[126] Wawancara kepada 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

dalam kamar. Klien hanya keluar jika membutuhkan sesuatu seperti mandi dan makan. Makanpun ia jarang hingga tidak jarang ia jatuh sakit, badannya semakin kurus. Hingga membuat keluarganya khawatir.[127]

3) Hasil wawancara kepada sepupu klien

Berdasarkan keterangan yang diberikan Tria (nama samaran) sepupu klien, klien sering sekali menelfonnya dan curhat tentang apa yang dirasakan semenjak kekasihnya memutuskannya. Menurut Tria, sebelumnya klien tidak pernah sampai sesedih sekarang. Dulu jika putus dengan pacarnya memang klien terlihat sangat sedih, namun hanya sekitar 3 bulan sudah bisa melupakan mantan kekasihnya dan mendapatkan kenalan baru. Tapi kali ini memang sepertinya klien benar-benar terpukul dan tidak bisa melupakan mantan kekasihnya padahal sudah sekitar satu tahun klien putus dengan mantan kekasihnya. Dikenalkan dengan siapapun juga tidak mau. Padahal mantan kekasihnya sudah tidak pernah menghubunginya bahkan sepertinya sudah memiliki kekasih baru.

Klien juga mengatakan bahwa kini ia tidak sanggup melakukan apapun. Rasanya dia sudah tidak sanggup hidup. Klien sering mengeluh bahwa kepalanya pusing, terkadang

[127] Wawancara pada kakak klien pada Rabu, 29 Juni 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

perutnya sakit. Sampai-sampai sepupu klien mengatakan bahwa sepertinya satu-satunya jalan yang akan membuat klien bangkit kembali adalah jika ia kembali dengan mantan kekasihnya. Karena memang klien terlihat paling bahagia ketika menjalin hubungan dengan kekasihnya tersebut, berbeda dengan kekasih-kekasih sebelumnya. Namun sepertinya hal itu tidak mungkin. Setelah mengakhiri hubungannya dengan klien, mantan kekasih klien tersebut sudah hilang kontak. Memang ketika masih menjalin hubungan klien begitu dimanja oleh mantan kekasihnya tersebut. Oleh sebab itulah klien susah untuk melupakan mantan kekasihnya tersebut.

Orang tua dan kakaknya juga sudah bingung apa yang harus dilakukan, karena mereka sebenarnya juga sangat kecewa terhadap perlakuan mantan kekasih klien terhadap klien yang tiba-tiba memutuskan hubungan. Orang tua dan kakaknya memaklumi sikap klien, namun disisi lain sebenarnya mereka ingin klien kembali seperti dahulu. Kini kakaknya juga tidak ada yang membantu merawat kedua anaknya yang masih kecil-kecil. Anak-anaknya kini juga sering rewel. Sebelumnya klien yang selalu mengajak mereka bermain dan jalan-jalan. Tapi setelah klien terpuruk dengan keadaannya saat ini, keponak-keponakkannya hanya main sendiri dan sering bertengkar.[128]

[128] Wawancara kepada sepupu klien pada Rabu, 27 April 2016.

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

Tabel 1.1

Hasil Identifikasi Masalah pada Klien

No	Perilaku yang tampak/ perasaan yang dirasakan	Sering	Jarang	Tidak pernah
1	Jarang makan (nafsu makan turun)	✓		
2	Sakit perut dan sakit kepala	✓		
3	Menyendiri dan menangis	✓		
4	Menarik diri dari lingkungan	✓		
5	Susah tidur	✓		
6	Aktifitas menurun	✓		
7	Berfikir negatif tentang diri sendiri	✓		
8	Perasaan bersalah	✓		
9	Mudah lelah	✓		
10	Tidak percaya akan takdir Tuhan/Su'udzon kepada Allah swt.	✓		

b. Diagnosa

Setelah melakukan identifikasi masalah, konselor melaksanakan diagnosa berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan. Diagnosa ini dilakukan dengan tujuan untuk menetapkan masalah berdasarkan sumber-sumber yang dapat dipercaya.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan sebelumnya, konselor dapat menetapkan bahwa masalah yang sedang mengganggu konseli saat ini adalah klien mengalami depresi yang diakibatkan putusnya hubungannya dengan mantan kekasihnya.

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

Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala yang muncul pada diri klien, seperti: Jarang makan (nafsu makan turun), sering jatuh sakit, sering menyendiri dan menangis, menarik diri dari lingkungan, susah tidur, aktifitas menurun, berfikir negatif terhadap diri sendiri, perasaan bersalah, mudah lelah, dan tidak percaya akan takdir Tuhan/Su'udzon kepada Allah swt.

c. Prognosa

Dari hasil diagnosa atau penetapan masalah yang dilakukan oleh konselor terhadap permasalahan klien, konselor kemudian melakukan prognosa yaitu langkah konseling yang dilakukan untuk menetapkan jenis bantuan apa yang sesuai untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli agar proses konseling yang dilaksanakan dapat membantu dalam menyelesaikan masalah konseli secara maksimal.

Setelah mengetahui permasalahan yang dialami oleh klien dan mengetahui bahwa klien mengalami depresi, konselor kemudian menetapkan suatu terapi yaitu terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) yang akan digunakan untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa salah satu manfaat ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, 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

Fatihah dan Shodaqoh) adalah untuk menentramkan hati manusia. Selain itu juga untuk mendekatkan klien dengan sang Pencipta Allah swt.

Maka dari itu dengan memberikan bimbingan konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) ini diharapkan konseli dapat kembali seperti dahulu. Remaja yang penuh semangat, ceria, bisa membantu orang tuanya dan lain sebagainya. Lebih-lebih klien bisa menjadi lebih baik dari sebelum kejadian yang menimpanya terjadi. Sehingga harapan konselor klien menjadi orang yang terus berusaha menjadi manusia yang mendekati sempurna.

d. *Treatment* (Terapi)

Setelah dilakukan tiga langkah sebelumnya yakni, identifikasi masalah, diagnosis dan prognosis, maka konselor sudah mendapatkan data-data yang cukup serta sudah menetapkan terapi apa yang harus dilakukan. Selanjutnya masuk pada langkah ke-empat yaitu *treatment* (terapi). Dalam *treatment* (terapi), ada tiga tahap. Berikut ini adalah tahap-tahap dalam proses pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi ISHAS yang dilakukan dilapangan:

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

1) Tahap Persiapan Terapi

a) Wudhu

Wudlu adalah kegiatan membasuh sejumlah anggota badan dengan air untuk menghilangkan kotoran batin. Untuk menghadap Allah swt yang Maha Suci, setiap muslim harus bersiap diri dengan hati yang suci.[129]

Langkah awal yang dilakukan konselor sebelum memulai terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) adalah masuk pada tahap persiapan terapi yang pertama, yaitu dengan mengarahkan klien untuk mengambil air wudhu. Ini dilakukan untuk membersihkan batin klien sebelum masuk pada terapi yang termasuk terapi dzikir ini. Supaya ketika terapi dilakukan dapat benar-benar masuk pada hati klien. Dan diharapkan hasil yang sempurna.

b) Meyakinkan klien

Setelah klien mengambil air wudhu, langkah berikutnya yaitu meyakinkan klien. Jika klien yakin mau berubah maka ia juga harus mempunyai keyakinan bahwa ia pasti bisa berubah dan bangkit dari keterpurukannya selama ini. *"Sesungguhnya Aku tergantung persepsi hambaku".* Dan Allah tidak akan mengubah nasib suatu

[129] Moh. Ali Aziz, *60 Menit Terapi Shalat Bahagia* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2014), cet. Ke-IX, hal. 29.

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

kaum sebelum kaum itu merubah dirinya sendiri. Sebagaimana Firman Allah swt:

إِنَّ اللهَ لَا يُغَيِّرُمَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوامَا بِأَنْفُسِهِمْ

"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri."[130] (QS. Ar-Ra'du: 11).

Begitu juga dalam terapi. Terapi tidak akan berhasil jika klien tidak mempunyai keyakinan bahwa ia akan sembuh dengan terapi tersebut. Sehingga sebelum dilakukan terapi, klien harus yakin bahwa melalui terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) klien akan berubah menjadi lebih baik.

Pada terapi pertama pada tanggal 20 Juli 2016, setelah klien mengambil air wudhu, konselor mempersilahkan klien untuk menutup aurat dan memberikan penjelasan bahwa terapi yang akan dilakukan adalah terapi Islami, sehingga dalam pelaksanaannya juga mengikuti aturan-aturan Islami. Kemudian klien mengambil mukena untuk dikenakan. Setelah klien mengenakan mukena, konselor meminta klien untuk memilih tempat yang nyaman bagi klien untuk melakukan terapi. Klien memilih tempat diatas tempat tidur. Setelah klien terlihat siap, konselor kemudian meminta klien untuk

[130] Kementrian Agama RI, *Syaamil Quran Terjemah Tafsir Per Kata* (Bandung: Syaamil, 2007), hal. 250.

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

duduk senyaman mungkin dan menekankan kepada klien bahwa ia harus yakin dalam menjalankan terapi ini. Karena segala sesuatu akan berhasil bukan hanya karena usaha seseorang namun juga adanya keyakinan dalam hati.

Klien kemudian duduk seperti duduk dalam tahiyat akhir. Pada posisi ini sebelum konselor melanjutkan pada tahap selanjutnya, konselor meminta klien untuk melafalkan kalimat "saya yakin bisa berubah dan menjadi lebih baik dari sekarang".

Dalam terapi kedua dan ketiga pada tanggal 31 Juli 2016 dan 14 Agustus 2016, setelah klien wudhu, ia sudah menutup aurat sendiri tanpa diingatkan konselor. Sedangkan pada saat meyakinkan klien, konselor hanya mengingatkan bahwa keyakinan untuk bisa berubah itu penting dan meminta klien mengucapakan kalimat yang sama seperti pada terapi pertama.

c) Mengucap Ta'awudz, Basmalah dan Hamdalah

Langkah ketiga dalam tahap persiapan terapi yang dilakukan yaitu klien diarahkan untuk membaca Ta'awudz, Basmalah dan Hamdalah. Ketiga kalimat ini adalah untuk memohon perlindungan kepada Allah dari godaan syaitan, untuk menyebut nama Allah serta untuk bersyukur kepada Allah. Namun sebelum mengarahkan

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 untuk membaca tiga kalimat tersebut, terlebih dahulu konselor memastikan bahwa klien benar-benar telah tenang dan siap untuk melakukan terapi.

Selanjutnya meminta klien untuk menarik nafas dalam-dalam dan menghembuskannya dengan perlahan, kemudian meminta klien untuk mengucapkan ta'awudz, basmalah dan hamdalah dengan diniati memohon perlindungan, menyebut nama Allah swt. serta memberikan pujian kepada-Nya (bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan Allah dengan mengingat nikmat apa saja yang diterima hari ini). Tahap ini dilakukan pada semua terapi.

d) Membaca Syahadat

Langkah ke-empat dalam tahap persiapan terapi ini adalah membaca syahadat:

أَشْهَدُ أَن لَّاإِلهَ إِلَّا الله وَأَشْهَدُأَنَّ مُحَمَّدًارَسُولُ الله

"Saya bersaksi tidak ada Tuhan selain Allah, dan saya bersaksi Nabi Muhammad itu utusan Allah"

Konselor meminta klien untuk mengucap dua kalimat syahadat sebanyak tiga kali. Tujuan syahadat ini adalah untuk mengembalikan keimanan klien pada Allah swt. Supaya keyakinan klien kepada Allah dan Rasulullah Saw. kembali apabila klien pernah hilang atau lalai baik disengaja maupun tidak. Selain untuk mengembalikan

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

keimanan klien kepada Allah Swt. dan Rasulullah Saw., bacaan syahadat ini juga bertujuan meningkatkan keimanan klien kepada Allah Swt. dan Rasul-Nya.

2) Tahap Terapi ISHAS

a) Membaca Istighfar

Langkah pertama dalam terapi ISHAS yaitu membaca lafadz istighfar. Klien diminta untuk membaca أستغفرالله العظيم sebanyak seratus kali. Ketika membaca istighfar ini, klien diminta untuk sungguh-sungguh dan diminta untuk mengingat-ingat dosa apa saja yang telah ia lakukan mulai dari dosa yang sangat kecil hingga dosa besar serta benar-benar memohon ampun atas dosa-dosa tersebut.

Pada awal-awal pelafalannya tersebut, konselor mengingatkan klien untuk tetap tenang dan santai dalam melafalkan serta diresapi maknanya. Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa istighfar pada dasarnya adalah kembali pada jalan yang benar setelah menjauh dari Allah Swt. karena melakukan dosa. Selanjutnya konselor membiarkan klien sampai selesai melafalkan istighfar.

b) Membaca Sholawat

Setelah membaca istighfar seratus kali, dilanjutkan dengan lafadz dzikir yang berikutnya yakni

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

Sholawat. Klien diminta untuk membaca shalawat sebanyak 7 kali. Shalawat yang dibaca adalah shalawat yang tidak terlalu panjang, yaitu: *"Allahumma shalli 'alla sayyidina Muhammad. Wa 'alaa Aali sayyidina Muhammad."*

Namun sebelum klien membaca sholawat, konselor menjelaskan bahwa shalawat selain untuk mendo'akan Nabi Saw. serta mengharap syafa'at beliau, shalawat ini juga bertujuan mengingat dan meneladani akhlak Nabi dalam segala hal, kapan dan dimana saja. Dengan meneladani Nabi Saw. maka kita akan mengingat bagaimana beliau menghadapi permasalahan yang menimpa beliau. Beliau tetap sabar sebesar apapun masalah yang datang menghampirinya.

Selanjutnya meminta klien untuk mengucapkannya dengan perlahan sambil mengingat-ingat kisah Nabi Muhammad Saw. yang ia ketahui serta dalam hati dianjurkan berdo'a supaya diberi kekuatan untuk meneladani Nabi Muhammad Saw.

c) Membaca Hauqalah

Langkah berikutnya yaitu konselor mengarahkan klien untuk membaca hauqolah sebanyak 7 kali sambil menjelaskan kepada klien bahwa dalam bacaan ini

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

memang hakikatnya manusia itu lemah, tidak memiliki kekuatan sedikitpun dan yang memiliki kekuatan adalah Allah Swt. Jika manusia kuat itu semata-mata karena Allah Swt. memberikan kekuatan kepadanya. Oleh karena itu manusia dianjurkan berdo'a kepada Allah Swt. supaya diberikan kekuatan oleh Allah Swt. dalam menghadapi setiap cobaan yang diberikan kepadanya. Konselor juga meminta klien berdo'a dalam hati supaya diberikan kekuatan dalam menghadapi masalahnya.. Hauqolah yang dibaca yaitu: لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّةَ إِلَّابِاللهِ العَلِيِّ العَظِيْمِ *(laa haula wa laa quwwata illa billahil'aliyyil 'adziim).*

d) Membaca Al-Fatihah

Selanjutnya klien diminta untuk membaca surat Al-Fatihah tujuh kali secara perlahan serta dihayati makna dari setiap ayat dengan dibimbing oleh konselor.

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ. الحَمْدُ لله رَبِ العَالَمِيْنَ. الرَّحْمنِ الرَّحِيْمِ. مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ. إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ. اهْدِنَاالصِّرَاطَ المُسْتَقِيْمَ. صِرَاطَ الَّذِيْنَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ المَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّيْن. رَبِّ اغْفِرْلِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِيْنَ ءَامِيْن.

Ketika klien membaca Al-Fatihah pertama, konselor meminta klien membacanya dengan keras dan

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

setiap setelah membaca satu ayat, konselor menjelaskan makna dari setiap ayat tersebut semampu konselor. Sedangkan pada Al-Fatihah kedua dan seterusnya pada setiap terapi, konselor membiarkan klien untuk membaca serta merenungkan sendiri makna dari setiap ayat yang dibaca.

e) Shodaqoh

Setelah melakukan empat terapi (Istighfar, Sholawat, Hauqolah dan Al-Fatihah), tiba saatnya klien pada terapi terakhir yaitu shadaqah. Jika sebelumnya klien hanya berhadapan dengan konselor ketika mengamalkan ISHA (Istighfar, Sholawat, Hauqolah dan Al-Fatihah), pada terapi shadaqah klien dituntut untuk berhadapan dengan orang lain dengan tujuan klien bisa kembali seperti sebelumnya setelah sekian lama menutup diri dan menjauh dari lingkungan. Shadaqah juga bertujuan supaya klien merasakan nikmat yang diberikan Allah Swt.

Karena pada saat terapi pertama klien masih belum terbiasa untuk menemui orang lain, maka konselor menggantinya dengan meminta klien senyum kepada konselor. Sedangkan pada terapi kedua, klien awalnya masih malu untuk memberikan sesuatu kepada orang lain. Namun konselor mendorong klien untuk keluar dari rumah

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 menemani klien untuk memberikan apapun (yang bermanfaat) kepada orang yang ia temui di luar rumah. Memberikannya juga diminta dengan ramah. Kebetulan saat itu diluar rumah ada anak kecil yang melintas, akhirnya dipanggil dan diberi uang lima ribu rupiah. Anak kecil tersebut terlihat sangat senang.

Pada terapi ketiga konselor membiarkan klien mandiri, dengan membiarkan klien keluar sendiri tanpa ditemani. Dan shadaqah yang dilakukan klien pada terapi ketiga ini adalah dengan membeli gado-gado yang ada disekitar rumahnya dengan uang lebih, namun kembaliannya ia berikan kepada penjual gado-gado sedangkan gado-gadonya diberikan kepada konselor.

3) Tahap Konseling dan Refleksi

Setelah klien selesai melakukan rangkaian terapi diatas, konselor menanyakan bagaimana perasaan klien setelah melakukan terapi. Kemudian memberikan penjelasan mengapa kalimat-kalimat tersebut yang dipilih untuk terapi. Kalimat-kalimat tersebur dipilih karena mengikuti pesan dari salah satu ustadz. Konselor menjelaskan manfaat-manfaat dari ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh). Konselor juga memberikan cerita tentang seorang penjual roti

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 dikabulkan semua permintaannya karena hari-harinya dipenuhi dengan istighfar.

Terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) ini tidak hanya diterapkan ketika pertemuan antara konselor dan klien. Sebelum mengakhiri semua, konselor menekankan kepada klien untuk tetap malakukan terapi meskipun tanpa didampingi konselor. Klien diminta untuk mengusahakan melakukan terapi minimal tiga kali dalam seminggu. Sebagai pedoman bagi klien, konselor memberikan catatan tentang langkah-langkah terapi yang diketik dalam sebuah kertas disertai cerita tentang penjual roti, makna setiap ayat Al-Fatihah, dll.

Terapi ISHAS (Istighfar, Shalawat, Hauqolah, Al-Fatihan dan Shadaqoh) ini terus konselor tekankan meskipun diluar pertemuan antara konselor dan konseli melalui media komunikasi. Jika ada kesempatan, konselor mengingatkan klien untuk tetap menjaga dzikirnya setiap saat. Dibalik mengingatkan klien untuk berdzikir, konselor juga memberikan nasihat-nasihat kepada klien jika dibutuhkannya. Namun konselor tetap memberikan jarak dalam memberikan nasihat maupun dalam berkomunikasi, supaya klien tidak jenuh atau bahkan ketergantungan terhadap konselor.

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 1.2
Deskripsi Konseling

No	Waktu	Deskripsi Terapi ISHAS
1	Rabu, 20 Juli 2016	Konselor tiba dirumah klien kurang lebih pukul 13.00 wib. Karena masih suasana lebaran, konselor maaf-maafan dengan keluarga klien. Saat itu ada ibu klien, kakak klien yang pertama, klien, serta dua keponakan klien. Sedangkan bapak dan kakak ipar klien sedang berada diluar rumah. Setelah berbincang-bincang kurang lebih 30 menit, konselor mengajak klien untuk memulai. Klien mengajak untuk melakukan terapi di kamarnya. Pertama kali yang dilakukan klien sebelum melakukan terapi adalah tahap persiapan yaitu klien keluar dari kamarnya menuju kamar mandi yang ada dirumah bagian belakang untuk mengambil air wudhu. Sebelumnya konselor meminta klien untuk wudhu dengan pelan-pelan dan diusahakan dengan sebenar mungkin. Setelah selesai wudhu dan kembali ke kamar, klien menutup aurat dengan mukena setelah diminta oleh konselor. Dan setelah itu, klien memilih tempat diatas tempat tidurnya untuk melakukan terapi. Klien duduk seperti duduk tahiyat akhir menghadap kiblat dengan beralaskan sajadah. Konselor duduk disebelah kiri klien dan meyakinkan klien supaya benar-benar yakin bahwa terapi ISHAS ini akan dapat membantu klien dalam menghadapi masalah yang dialaminya. Konselor juga meminta klien mengucapkan kalimat *"saya yakin bisa berubah dan menjadi lebih baik dari sekarang".* Berikutnya klien diminta menarik nafas dalam-dalam dan menghembuskannya secara perlahan kemudian mengucapkan ta'awudz, basmalah serta hamdalah dengan dibimbing konselor supaya memohon perlindungan dan keterlibatan Allah Swt dalam melakukan terapi serta mensyukuri nikmat yang diberikan Allah Swt. Selanjutnya klien diminta untuk membaca syahadat sebanyak 3 kali. Klien membaca dua kalimat syahadat sebanyak tiga kali dengan memejamkan mata. Setelah semua tahap dalam persiapan dilalui dan klien sudah siap, konselor memastikan apakah klien ingin mengubah posisi duduknya atau tidak, namun klien memilih tetap pada posisi duduknya sejak awal. Klien sudah terlihat nyaman dan konselor memulai untuk membimbing klien melakukan terapi ISHAS. Terapi ISHAS pertama yaitu istighfar. Klien membaca istighfar sebanyak seratus kali. Besertaan dengan klien memulai membaca istighfar, konselor menyentuh pundak klien dan memintanya supaya melafalkan istighfar dengan perlahan disertai penyesalan atas segala dosa, dan memohon agar dosa-dosa tersebut diampuni oleh Allah Swt. Kedua klien membaca sholawat sebanyak tujuh kali dengan dibimbing konselor supaya klien melafalkan serta mengingat kisah Nabi Muhammad Saw. semasa hidup. Ketiga, klien membaca hauqolah sebanyak tujuh kali. Konselor membisikkan pada klien bahwa hakikatnya manusia itu lemah dan hanya Allah Swt yang mampu menguatkan manusia. Keempat klien membaca surat Al-Fatihah sebanyak tujuh kali. Dalam bacaan fatihah klien yang pertama, konselor meminta klien untuk

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

		berhenti setelah membaca satu ayat guna mendengarkan penjelasan konselor dan melanjutkan ayat berikutnya setelah konselor selesai menjelaskan. Pada fatihah kedua hingga ketujuh, klien membaca sendiri dengan perlahan. Setelah keempat terapi dalam ISHAS terlaksana oleh klien, tiba saatnya pada terapi terakhir yaitu shodaqoh. Namun sebelumnya, klien mengubah posisi duduknya dari posisi duduk tahiyat akhir menjadi posisi duduk bersila dengan tetap diatas sajadah. Konselor bertanya kepada klien apa yang sekiranya akan dilakukan dalam terapi shodaqoh ini, namun klien masih belum punya gambaran sedikitpun. Dan karena klien masih terlihat sangat susah untuk berkomunikasi dengan orang lain serta masih terlihat murung, konselor meminta klien untuk tersenyum kepada konselor beberapa kali. Konselor berhasil melakukannya meskipun awalnya masih terlihat kaku dan terpaksa. Setelah semua terapi ISHAS terlaksana, konselor menjelaskan mengapa konselor memilih terapi ISHAS untuk membantu klien. Dan konselor juga menjelaskan apa saja manfaat ISHAS. Selain itu, konselor memberikan kisah mengenai penjual roti pada zaman Syekh Ahmad bin Hambal yang semua hajatnya dikabulkan oleh Allah Swt. karena selalu mengucapkan istighfar. Konselor hampir saja tidak bisa menahan air mata karena terharu dengan ceritanya. Namun, konselor berusaha supaya tidak meneteskan air mata di depan klien. Klien mendengarkan dengan seksama dan terlihat terharu. Setelah itu, konselor memberikan beberapa lembar kertas yang berisi langkah-langkah terapi, manfa'at ISHAS dan kisah penjual roti. Konselor juga menekankan kepada klien supaya tetap melakukan terapi meskipun tanpa didampingi konselor dengan menggunakan panduan yang telah diberikan. Konselor menekankan paling tidak klien melakukan terapi tiga kali selama satu minggu. Konselor berjanji akan datang kembali untuk menemani klien melakukan terapi. Untuk harinya belum jelas namun diusahakan menggu berikutnya. Terapi berlangsung selama keurang lebih 45 menit.
2	Minggu, 31 Juli 2016	Saat konselor tiba di rumah klien kurang lebih pukul 10.00 wib, klien segera menemui konselor untuk berjabat tangan kemudian mempersilahkan konselor duduk dan langsung meminta izin untuk kebelakang guna mengambil air wudhu. Kebetulan saat itu hanya ada klien di rumah. Semua keluarganya sedang aktivitas di luar rumah. Kakak bersama suami dan anak-anaknya sedang berlibur, sedangkan bapaknya kerja dan ibunya sedang Setelah mengambil air wudhu, klien segera keruang tamu dan mengajak konselor memulai terapi. Setelah masuk kamar, klien segera mempersiapkan segalanya. Mulai dari menutup aurat, mempersiapkan sajadah untuk alas duduk, dan kemudian klien duduk sebagaimana terapi pertama. Konselor duduk di samping kiri klien dan memulai terapi karena melihat klien sudah sangat siap. Dalam terapi kedua ini konselor lebih ringan, karena klien sedikit banyak sudah tahu prosesnya. Pada tahap persiapan ini, setelah klien terlihat siap diatas sajadahnya, konselor hanya mengingatkan bahwa klien harus yakin bisa berubah lantaran terapi ISHAS ini. Klien menundukkan kepala dan mengucapkan *"iya mbak".* Selanjutnya konselor meminta klien menarik

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

		napas dalam-dalam dan menghembuskannya secara perlahan. Berikutnya klien mengucapkan ta'awudz, basmalah dan hamdalah tanpa dibimbing konselor. Tahap persiapan terapi yang keempat yaitu syahadat. Karena klien lupa akan urutannya, maka konselor mengingatkannya hanya dengan mengucapkan *"syahadat",* klien mengucapkan syahadat sebanyak tiga kali dengan perlahan. Setelah mengucap syahadat, klien diam sejenak. Hingga kemudian konselor bertanya apakah klien sudah siap, klien menganggukkan kepala. Klien membaca istighfar sebanyak seratus kali sebagaimana terapi pertama, namun konselor hanya mengingatkan sedikit tidak seperti terapi pertama. Kedua klien membaca sholawat sebanyak tujuh kali, konselor mengingatkan klien untuk mengingat kisah Nabi Muhammad Saw. yang klien ketahui. Ketiga konselor mengarahkan klien untuk membaca hauqolah sebanyak tujuh kali disertai harapan diberikan kekuatan dalam menghadapi masalah. Keempat klien membaca Al-Fatihah. Dalam membaca Al-Fatihah ini, sama seperti terapi pertama. Klien berhenti setelah membaca satu ayat dan konselor mengartikan serta sedikit menjabarkan makna dari setiap ayat. Setelah itu, konselor meminta klien untuk bersedekah keluar rumah dengan memberikan apapun yang ia miliki (yang bermanfaat bagi orang lain). Konselor menemaninya hingga depan pintu. Kebetulan ada anak laki-laki yang melintas didepan rumahnya. Klien memanggilnya dengan raut wajah yang agak bingung, namun klien meminta anak laki-laki tersebut untuk menunggu sebentar. Klien masuk rumah dan kembali setelah beberapa saat dengan membawa uang Rp. 5000, 00 dan diberikan kepada anak laki-laki tersebut. Anak laki-laki tersebut terlihat sangat bahagia, klien pun tersenyum. Setelah selesai, konselor dan klien kembali masuk kamar. Konselor menanyakan perasaan klien dan klien mengaku sudah sedikit lega dari sebelumnya meskipun belum bisa melupakan mantan kekasihnya. Sebelum mengakhiri pertemuan, konselor menekankan kembali kepada klien supaya terus melakukan terapi meskipun tanpa dampingan konselor. Konselor berjanji akan mendampingi klien lagi, namun untuk waktunya akan dikabarkan kepada klien melalui sms/telephon. Konselor juga meyakinkan klien bahwa pasti klien akan mampu bangkit seperti sebelumnya. Terapi berlangsung selama kurang lebih 45 menit.
3	Minggu, 14 Agustus 2016	Pada terapi ketiga, konselor tiba dirumah klien sekitar pukul 11.00 wib. Ternyata klien sudah menunggu konselor dan siap untuk melakukan terapi, namun klien membiarkan konselor istirahat dulu beberapa menit untuk meminum minuman yang telah disiapkan oleh ibu klien. Setelah konselor istirahat beberapa menit, kurang lebih pukul 11.10 wib, konselor mengajak klien memulai terapinya. Seperti terapi-terapi sebelumnya, terapi dilakukan dikamar klien. Semua tahap dijalani hampir sama dengan terapi sebelumnya juga dengan waktu yang hampir sama kurang lebih 45 menit. Hanya bedanya adalah sebelum melakukan terapi, klien minta izin kepada konselor untuk membaca Al-Fatihah dengan Al-Qur'an terjemah yang sudah disiapkan sebelumnya agar klien bisa membaca langsung artinya sehingga konselor tidak menjelaskan apapun ketika klien membaca Al-Fatihah. Konselor hanya menyimak klien. Setelah melakukan semua terapi

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

		kecuali shodaqoh, tiba-tiba klien minta izin untuk keluar sebentar. Beberapa menit kemudian klien membawa gado-gado. Ternyata klien telah bershodaqoh kepada penjual gado-gado dengan membeli gado-gadonya. Selain itu ia membawa uang lebih dan kembaliaannya tidak ia terima (dishodaqohkan kepada penjualnya). Dan yang membuat konselor kaget adalah ketika klien memberikan gado-gado yang telah dibelinya kepada konselor. Namun sebelum memakannya, konselor memberikan himbauan kepada klien, untuk terus berusaha melakukan terapi ISHAS ini meskipun klien sudah tidak merasakan kesedihan lagi. Dengan mengamalkan ISHAS ini, Insya Allah akan menjadikan klien terjaga dari hal-hal buruk.

e. Evaluasi dan *follow up*

Evaluasi dan *follow up* ini dilakukan konselor dengan cara mewawancarai klien dan menanyakan perasaannya beberapa waktu setelah mendapat bimbingan konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) dengan menghubungi klien via telepon pada 14 September 2016. Konselor melakukan *follow up* melalui telepon karena sekarang klien telah bekerja sehingga tidak bisa ditemui. Pada awal pembicaraan, konselor menanyakan kabar dari klien dan klien mengatakan bahwa kabarnya sangat baik. Kini ia telah fokus dalam melaksanakan tugasnya di tempat kerjanya. Alhamdulillah akhir-akhir ini karena kesibukannya, ia telah bisa melupakan Putra. Meskipun belum sepenuhnya bisa melupakan, namun kini klien mengaku bahwa ia sudah mulai biasa. Tidak merasakan sedih seperti sebelumnya dan sudah bisa mengikhlaskannya.[131]

Selain itu juga dengan cara mewawancarai Tria (sepupu klien) pada 22 September 2016. Berdasarkan keterangan dari Tria,

[131] Wawancara dengan klien Rabu, 14 September 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

kini klien telah jauh berbeda. Sekarang klien jarang bisa dihubungi dan sulit ditemui. Bukan karena dia menutup diri atau terpuruk dengan keadaannya, namun karena kini ia telah sibuk bekerja. Bahkan Tria sampai kangen ingin bertemu saja susah. Tetapi disisi lain Tria senang karena kini sepupunya telah bangkit dari keterpurukan yang dialami selama beberapa bulan terakhir.[132]

Tidak berhenti disitu, konselor tetap mencoba menghubungi klien untuk memastikan bahwa keadaan klien sekarang benar-benar telah berubah. Minimal dua minggu sekali konselor menghubungi klien untuk menanyakan perkembangan pada dirinya. Klien mengaku bahwa ia sekarang merasa lebih tenang, lebih ingin mendekatkan diri kepada Allah Swt., setiap selesai sholat lebih melamakan dzikirnya, mulai menyapa tetannggany kembali setelah beberapa bulan terakhir ia hindari. Namun sekitar pertengahan bulan Oktober, konselor sudah agak susah menghubungi klien karena HP klien tidak bisa digunakan sms. Klien juga jarang mengaktifkan nomor yang selama ini digunakan untuk komunikasi dengan konselor. Klien lebih sering mengaktifkan nomor paketan sedangkan konselor tidak memiliki paketan.

Dalam kesempatan lain, bersamaan dengan konselor mengunjungi kantor desa Sawocangkring guna meminta surat

[132] Wawancara kepada sepupu klien pada hari Kamis, 22 September 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

keterangan bahwa konselor benar-benar telah melakukan penelitian, konselor menyempatkan diri untuk mengunjungi rumah klien. Tiba di rumah klien, konselor segera disambut hangat oleh ibu klien yang kebetulan berada di depan rumah. Persis seperti pertama kali konselor mengunjungi rumah klien. Dalam kunjungan tersebut, konselor menanyakan keadaan klien sekarang. Ibu klien mengatakan bahwa sekarang klien telah menunjukkan banyak sekali perubahan. Terutama setelah menjalani terapi, kini klien sudah mau bekerja. Selain itu sudah sering kumpul-kumpul dengan keluarga, terlihat ceria. Dan perilaku-perilaku negatif yang dulu tampak, kini telah berubah menjadi perilaku-perilaku positif. Seperti: mau keluar kamar, lebih bijak kata-katanya, terlihat lebih sabar, terlihat khusyuk sholatnya, dll.[133]

4. Hasil dari Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) untuk Menangani Remaja yang Mengalami Depresi di Sidoarjo

Setelah melakukan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh) kepada klien, selanjutnya membahas mengenai hasil dari treatment yang telah dilakukan. Dalam poin ini dijelaskan sejauh mana perubahan yang dialami oleh klien setelah menerima/menjalankan terapi yang dibimbing oleh konselor. Selanjutnya peneliti akan

[133] Wawancara kepada ibu klien pada Senin, 19 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

melaporkan hasilnya berdasarkan tabel yang berisi perubahan mengenai klien.

Tabel 1.3

Kondisi Klien Setelah Mendapat Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi ISHAS (Istighfar, Sholawat, Hauqolah, Al-Fatihah dan Shodaqoh)

No	Perilaku yang tampak/ perasaan yang dirasakan	Sebelum diterapi			Sesudah diterapi		
		Sering	Jarang	Tidak pernah	Sering	Jarang	Tidak pernah
1	Jarang makan (nafsu makan turun)	✓				✓	
2	Sakit perut dan sakit kepala	✓				✓	
3	Menyendiri dan menangis	✓					✓
4	Menarik diri dari lingkungan	✓					✓
5	Susah tidur	✓				✓	
6	Aktivitas menurun	✓					✓
7	Berfikir negatif tentang diri sendiri	✓					✓
8	Perasaan bersalah	✓					✓
9	Mudah lelah	✓					✓
10	Tidak percaya akan takdir Tuhan/Su'udzon kepada Allah swt.	✓					✓

Pada tabel 1.2 diatas terlihat perubahan pada diri klien sebelum dan sesudah diterapi meskipun tidak total. Dimana sebelum diterapi perilaku-perilaku maupun perasaan yang dirasakan klien 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

nomor 1-10 sering dialami klien, namun setelah diterapi 7 perilaku negatif klien benar-benar telah tidak ada pada klien. Sedangkan 3 perilaku masih dialami klien namun tidak sesering sebelum diterapi, itupun terjadi bukan karena unsur kesengajaan dari 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