BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Deskripsi lokasi penelitian

   a. Sejarah kabupaten Sidoarjo

Pada tahun 1019-1042 kerajaan Jawa Timur diperintah/dipimpin oleh seorang putra yang bernama *Erlangga*. Pada masa pemerintahan Erlangga keadaan negara tenteram, keamanan terjamin, dan negara mengalami kemajuan yang pesat.

Pada saat itu Erlangga mempunyai 2 orang putra sehingga Erlangga membagi kerajaannya menjadi 2 tahta pada tahun 1042 agar tidak terjadi perebutan tahta, yaitu kerajaan Daha (Kediri) dan kerajaan Jenggala. Kerajaan Jenggala berdiri tahun 1042 yang terletak didaerah Delta Brantas, ibu kotanya berada di sekitar kecamatan Gedangan. Berbeda dengan kerajaan Kediri, yang tidak memiliki bandar sedikit pun padahal hasil pertanian di kerajaan Kediri sangat besar dan upeti yang sangat besar.

Pada tahun 1851, pada saat itu merupakan masa kolonialisme Hindia Belanda dan daerah Sidoarjo bernama Sidokare, bagian dari kabupaten Surabaya. Dipimpin oleh seorang patih bernama R. Ng. Djojohardjo, dimana dia tinggal

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

di kampung Pucang Anom. Lalu pada tahun 1859 berdasarkan keputusan pemerintah Hindia Belanda no 9/1859 tanggal 31 Januari 1859 staatblad no. 6 daerah kabupaten Surabaya dibagi menjadi 2 yaitu kabupaten Surabaya dan kabupaten Sidokare, sehingga Sidokare tidak lagi menjadi daerah bagian dari Surabaya dan Sidokare dipimpin oleh seorang bupati yang berasal dari kesepuhan yang bernama R. Notopuro (R. T. P Tjokronegoro).

Bupati R. Notopuro inilah yang kemudian membangun Masjid Jamik yang sekarang diberi nama Masjid Agung tetapi masih dalam bentuk yang sederhana pada waktu itu. Setelah beliau meninggal pembangunan masjid agung tersebut dilanjutkan oleh kakaknya yang juga menjadi penerusnya sebagai bupati.

Pada saat Belanda menduduki Gedangan, pemerintah Indonesia memindahkan pusat pemerintahan Sidoarjo ke Porong dan daerah Dungus (kecamatan Sukodono) menjadi daerah rebutan dengan Belanda. Lalu pada tahun 1946 Belanda menyerang Sidoarjo dan berhasil mengembalikan Sidoarjo ketangan Belanda. Belanda memindahkan pusat pemerintahan Sidoarjo ke Jombang.

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. Letak geografis kabupaten Sidoarjo

Wilayah kabupaten Sidoarjo berada di dataran rendah. Sidoarjo dikanal dengan sebutan kota Delta karena berada diantara 2 sungai besar pecahan dari kali Brantas, yaitu kali mas dan kali porong.

Kota Sidoarjo berada di selatan kota Surabaya. Secara geografis kedua kota ini seolah-olah saling menyatu transportasinya. Kota Sidoarjo merupakan penyangga ibu kota Jawa Timur. Daerah Sidoarjo mengalami perkembangan perekonomian yang pesat, dimulai dari industri, perdagangan, pariwisata, serta usaha-usaha kecil dan menengah, dengan menggunakan potensi dan sumber daya alam yang ada menjadikan Sidoarjo daerah yang mempunyai pengembangan perekonomian regional.

Kabupaten Sidoarjo terlerak antara 112 5’ dan 112 9’ bujur Timur dan antara 7 3’ dan 7 5’ lintang Selatan. Kabupaten Sidoarjo berbatasan dengan kota Surabaya dan kabupaten Gresik di bagian Utara, selat Madura di sebelah Timur, kabupaten Pasuruan di sebelah Selatan, dan kabupaten Mojokerto di sebelah Barat. Sidoarjo juga termasuk dalam kawasan gerbang kertosusila.

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

Kabupaten Sidoarjo terletak diantara 2 aliran sungai yaitu, Kali Surabaya dan Kali Porong yang merupakan cabang dari Kali Brantas yang berhulu di kabupaten Malang.

Kabupaten Sidoarjo beriklim tropis dengan 2 musim yakni, musim kemarau pada bulan Juni sampai bulan Oktokber dan musim hujan pada bulan November sampai bulan Mei.

Menurut pembagian administrasi daerah. Kabupaten Sidoarjo terdiri dari 18 kecamatan, lalu dibagi lagi atas beberapa desa dan kelurahan. Adapun kecamatan kecil lain yang cukup besar di kabupaten Sidoarjo yaitu, Taman, Krian, Candi, Porong, dan Waru.

c. Perekonomian kabupaten Sidoarjo

Industri dan jasa merupakan sektor perekonomian yang paling utama di kabupaten Sidoarjo. Selat Madura yang berada disebelah Timur merupakan daerah penghasil perikanan, seperti: ikan, udang, dan kepiting. Kabupaten Sidoarjo juga dijuluki sebagai kota *petis*. Oleh-oleh makanan khas Sidoarjo adalah bandeng asap dan krupuk udang.

Sektor industri di Sidoarjo berkembang cukup pesat karena lokasi berdekatan dengan pusat bisnis kawasan Indonesia Timur (Surabaya), dekat dengan pelabuhan laut Tanjung Perak dan Bandar Udara Juanda.

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

d. Slogan/motto

Sidoarjo memiliki slogan yang berbunyi "*Sidoarjo Permai Bersih Hatinya"* (Pertanian maju, andalan industri, bersih, rapi, serasi, hijau, sehat, indah, dan nyaman).

Slogan ini mempunyai arti bahwa kabupaten Sidoarjo merupakan daerah pertanian yang subur sebagai lumbung pangan, mempertahankan pertanian yang maju agar bisa swasembada pangan dengan cara identifikasi pertanian dan menggunakan mekanisasi teknologi tepat guna, disamping itu mendorong perkembangan industri yang semakin meningkat. Maka kedua hal ini harus berkembang secara serasi, selain itu masyarakat kabupaten Sidoarjo juga memiliki budaya hidup dengan lingkungan yang bersih, rapi, serasi, hijau, sehat, indah dan nyaman.

2. Deskripsi konselor

Konselor adalah orang yang sangat penting bagi klien, seorang konselor selalu berusaha menerima klien apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu klien mengatasi masalahnya. Konselor juga termasuk orang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling dan tenaga profesional dalam pelayanan sosial masalah yang terjadi didalam masyarakat.

Seorang konselor Islam selain membantu klien menyelesaikan masalah kehidupan juga membawa klien kepada

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

kehidupan yang diridhoi oleh Allah SWT. Konselor juga menjadi teladan yang baik dan menjadi barometer bagi klien, sehingga ketika konselor melakukan proses terapi kepada kliennya, keberhasilan seorang konselor tidak hanya ditentukan oleh kemampuannya dalam memahami konsep-konsep konseling akan tetapi ditentukan oleh diri konselor sendiri.[1]

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُوْلِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَنْ كَانَ يَرْجُواللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَاللَّهَ كَثِيْرًا ٥

Artinya: "*Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah*". (Qs. Al-Ahzab: 21)

1. Nama : Nurul Layyina A'fua
2. Tempat, tanggal lahir : Jombang, 5 Juli 1995
3. Alamat : Tambak Rejo, Rt 02, Rw 08, Waru Sidoarjo
4. Jenis kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. Pendidikan : Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya

3. Deskripsi konseli

Klien adalah individu yang mempunyai masalah/problem yang memerlukan bantuan bimbingan dan konseling, akan tetapi

[1] Samsul Munir Amin, *Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), Hlm.259.

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

pada dasarnya klien merupakan orang yang memiliki kekuatan, motivasi serta kemampuan untuk berubah dirinya sendiri.

Kedatangan klien kepada konselor disebabkan karena upaya-upaya sebelumnya yang tidak membuahkan hasil dan mengharapkan bantuan dari seorang konselor yang diharapkan dapat membuahkan hasil yang lebih baik. [2]

1. Nama : Ismi Khoiriyati
2. Tempat, tanggal lahir : Surabaya, 11 September 1995
3. Alamat : Jln Raya Wadung Asri Gedongan Rt 03, Rw 01 No.125 A, Waru Sidoarjo
4. Jenis kelamin : Perempuan
5. Agama : Islam
6. Pendidikan : Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya
7. Fakultas : Tarbiyah (Jurusan PGRI)
8. Anak ke- : 2 dari 3 bersaudara
9. Orang tua : - Alm. Samsuri
   - Ibu Musyarofah

[2] Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziyah Prespektif Bimbingan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), Hlm.25.

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. Psikosomatis

1. Pengertian psikosomatis

Secara garis besar psikosomatik merupakan gangguan jiwa atau gangguan fisik yang dipengaruhi oleh faktor-faktor psikisnya. Ilmu kedokteran menyadari bahwa pikiran dan tubuh saling berkaitan dan saling berinteraksi satu sama lain, sehingga keyakinan merupakan faktor psikologis yang paling penting dalam perkembangan dan penyembuhan semua penyakit.

Tabbets soerang pakar hipnoterapi terkemuka, mengatakan bahwa penyakit yang bersifat psikosomatis akan dimunculkan oleh pikiran alam bawah sadar untuk lari dari suatu situasi yang mngakibatkan mentalnya menjadi tertekan disebabkan oleh emosi, seperti: marah, benci, dendam, takut, perasaan bersalah dan masih banyak lagi.

Reaksi lambung bagi penderita gastritis lebih sensitif. Emosi yang menimbulkan nafsu makan sangat mempengaruhi pergerakan lambung. Bila orang itu sedih, menyesal dan kehilangan semangat maka akan timbul reaksi yang hebat dilambung. Jelas bahwa emosi dapat menimbulkan kelainan fungsional ataupun struktural dan sebaliknya jiwa manusia dapat terganggu hanya karena suatu penyakit badaniyah.

Konflik akan menimbulkan ketegangan pada manusia dan tidak dapat diselesaikan atau diungkapkan dengan baik, akan

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

timbul reaksi-reaksi yang abnormal pada jiwa (nerosa). Suatu penyebab munculnya psikosomatis telah berhasil dihilangkan maka pikiran bawah alam sadar juga akan menghilang atau tidak akan muncul lagi di masa yang akan datang.

Sesuai dengan konflik yang terjadi nerosa dibagi beberapa jenis yakni:

a. Nerosa cemas
b. Nerosa histerik

   Nerosa histerik merupakan kecemasan yang mana penderita mengalami gejala utama, penderita akan menjerit sekeras-kerasnya dimana pun dia berada. Itulah salah satu cara penderita dalam mengungkapkan kecemasannya.

c. Nerosa fobik

   Merupakan nerosa yang bercirikan, penderita mengalami ketakutan yang berlebihan, sehingga sangat sulit untuk disembuhkan jika itu sudah terjadi.

d. Nerosa obsesif kompulsif

   Penderita melakukan suatu yang terus berulang-ulang tanpa hentinya. Seperti: seorang ibu yang ditinggal oleh suaminya meninggal setelah bertahun-tahun, kemudian sang ibu selalu beputar-putar mengelilingi rumahnya, apakah sudah dalam keadaan terkunci apa belum padahal semua penjuru rumah sudah dalam keadaan terkunci.

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. Nerosa depresi

Kecemasan yang ditandai dengan adanya kesedihan yang berkepanjangan, disebabkan oleh suatu hal yang mampu membangkitkan nerosa itu sendiri.

2. Ciri-ciri gangguan psikosomtis

Gangguan/sakit yang masuk dalam kategori psikosomatis adalah semua sakit fisik yang disebabkan oleh kondisi mental atau emosi penderitanya, mulai dari sakit kepala, sesak nafas, badan lemas lunglai tak bertenaga, jantung berdebar, sulit tidur, sakit maag, mata berkunang-kunang, bahkan lumpuh, dan masih banyak lagi. Banyak dari mereka yang terus berusaha untuk berobat kesana kemari, akan tetapi tidak membuahkan hasil. Jika memang akan sembuh itu merupakan kesembuhan sementara, suatu saat jika mentalnya terganggu lagi maka penyakitnya akan kambuh lagi, tidak dapat sembuh total.

Tubuh manusia mempunyai sifat yang holistik dan akan bereaksi dengan holistik juga. Karena pada dasarnya tubuh manusia merupakan sistem yang saling berkaitan satu sama lain, yang mana satu organ dengan yang lain saling berhubungan. Bila hal ini berlangsung lama dan berlebihan maka akan terjadi nerosa yaitu gejala-gejalanya terletak pada bidang kejiwaan

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

Reaksi yang ditimbulkan sesuai dengan jangka waktunya:

a. Segera

Reaksi ini dikarenakan adanya suatu bencana alam, kerusuhan, sehingga penderita akan langsung merasa gemetar, panik, sering kencing dan lain sebagainya.

b. Lama

Reaksi ini dikarenakan adanya konflik yang lama, seperti anak yang lahir dari korban perceraian, korban kekerasan rumah tangga, kematian pasangan dengan kesedihan yang tidak dapat diatasi, atau bahkan kehilangan anak dan lain sebagainya.

3. Sebab psikosomatis

W.F Marimis mengemukakan bahwa timbulnya gangguan psikosomatis sangat dipengaruhi oleh kematangan kepribadian individu, serta berat dan lamanya stres yang dihadapinya.

Emosi merupakan warna efektif yang menyertai setiap keadaan individu. Warna efektif yang dimaksud adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi (menghayati) suatu situasi tertentu, seperti gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci (tidak senang), dan lain sebagainya.

Emosi pada masa dewasa memiliki karakteristik yang sangat kompleks yakni, emosi pada masa dewasa berlangsung lebih lama dan berakhir dengan lambat, tidak terlihat kuat, lebih

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

mendalam dan lama, sulit diketahui karena lebih pandai menyembunyikannya.[3]

Mereka yang mengalami stress atau emosi yang terganggu dan berlarut-larut dimana syaraf-syarafnya terangsang secara terus-menerus sehingga asam lambung akan naik terus-menerus. Produksi asam lambung yang berlebihan inilah yang menyebabkan seseorang mengalami gastritis.

Penderita gastritis psikosomatis ini memerlukan terapi yang dapat membuatnya nyaman dan tenang. Karena dengan munculnya perasaan nyaman dan tenang, akan menurunkan produksi pada lambung yang berlebihan.

4. Kondisi kepribadian konseli

Konseli merupakan seorang mahasiswi disebuah universitas negeri dikota Surabaya. Konseli merupakan anak ke 2 dari 3 bersaudara, yakni seorang kakak laki-laki dan seorang adik perempuan, seorang anak dari Alm. Bapak Alm.Samsuri dan Ibu Musarofah.

Konseli merupakan seorang yang mudah bergaul dengan siapa saja selalu ceria, akan tetapi sedikit introvet (tertutup) terutama terhadap apa yang sedang dialami sangat mudah baginya menyembunyikan masalahnya dari orang lain, kecuali dengan orang-orang yang benar-benar dipercaya. Ketika konseli

[3] Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2005), Hlm.114-117.

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

mempunyai masalah dengan siapa pun, konseli lebih memilih untuk diam dan mengurung diri dikamar.

Lain halnya ketika sedang bermasalah dengan keluarganya, konseli lebih memilih keluar rumah, pergi ke suatu tempat untuk menenangkan dirinya. Konseli termasuk orang yang suka bepergian, jalan-jalan (bukan ke mall atau tempat belanja lainnya) ketempat wisata alam yang penuh dengan kesejukan, tipe orang yang tidak menyukai tinggal dirumah terlalu lama tanpa kegiatan, mudah bosan.

Pada suatu hari, ketika ayahnya meninggal dunia disebabkan sakit yang diderita beliau, konseli merasa sedih kehilangan, terpuruk sekali karena konseli sangat menyayangi ayahnya, ayahnya lah yang bisa mengerti dan memahami apa yang dirasakan dibandingkan dengan saudara-saudaranya yang lain.

Sejak saat itu, konseli menjadi orang yang lebih tertutup dibanding sebelumnya, lebih sering keluar rumah dan pulang sampai larut malam. Keadaan yang sangat berbeda sebelum ayah konseli meninggal. Perubahan yang terjadi disebabkan karena kenyamanan yang didapat sebelum ayahnya meninggal, tidak didapatkan kembali. Sampai saat ini konseli selalu merindukan moment-moment kebersamaan dengan ayahnya. Seorang kakak laki-laki yang seharusnya bisa menggantikan posisi sang ayah,

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

bahkan tidak memperhatikan dirinya (cuek) sibuk dengan pekerjaannya dan mengurus keluarga kecilnya sendiri.

Rasa tertekan, kesedihan yang mendalam, emosi yang tidak stabil yang dirasakan konseli menyebabkan konseli sering mengalami maag (gastritis). Jika keadaan ini terus-menerus dan berlama-lama bersarang dalam dirinya dan tidak segera ditangani, keadaan konseli akan semakin parah.

5. Kondisi perekonomian keluarga

Konseli berasal dari keluarga sederhana, untuk mengisi waktu kosong disela-sela kuliahnya konseli menjadi seorang guru ngaji. Kegiatan tersebut dapat menambah keuangan konseli sedikit demi sedikit untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya dirumah maupun diluar rumah, selain itu bisa membantu ibunya sedikit demi sedikit untuk mencukupi kebutuhan keluarganya.

Pengrajin sandal adalah pekerjaan ayah konseli sebelum meninggal dunia. Beliau memiliki gudang sendiri dirumahnya, sehingga pada waktu itu perekonomian keluarganya berkembang dengan baik. Akan tetapi ketika sudah tiada, tidak ada yang meneruskan usaha beliau. Ibu konseli hanya bisa mengerjakan sedikit dari bagian yang seharusnya diselesaikan karena keterbatasan tenaga dan usia. Dari situ keadaan ekonomi konseli sedikit menurun dari sebelumnya. Kakak laki-laki konseli sudah memiliki keluarga kecilnya sendiri, sehingga sudah sibuk

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

mengurus keluarganya dari pada meneruskan usaha almarhum ayahnya.

6. Kondisi Lingkungan Keluarga

Ditinjau dari lingkungan sekitar konseli, lingkungan sekitar konseli merupakan lingkungan yang cukup bagus dalam hal sosialisasi antar sesama warga ibarat seperti keluarga sendiri, kerabat sendiri karena dalam keadaan susah senang mereka selalu ada untuk membantu. Walaupun hanya sebuah desa kecil ditengah-tengah kota yang sebagian orang menganggapnya sebagai tempat yang kumuh, kotor dan jauh dari hingar bingar kota, akan tetapi disisi lain lingkungan tempat tinggal konseli memiliki sifat kekeluargaan yang begitu kental dengan tetangga disekitarnya.

Masyarakat dilingkungan sekitar rumah konseli memliki tenggang rasa yang sangat baik. Selain itu letak rumah konseling yang cukup strategis dimana rumah yang satu dengan yang lain memiliki jarak yang berdekatan hanya terdapat sedikit cela. Ketika ada satu warga yang mengalami kesusahan dan memerlukan pertolongan, diantara mereka langsung sigap dan siap untuk membantu. Itulah yang membuat lingkungan sekitar rumah konseli menjadi terlihat strategis dan nyaman.

Dibalik itu semua, manusia memiliki sifat dan watak yang berbeda-beda, tidak semua manusia hanya memiliki sisi baik dalam dirinya pasti terdapat sisi buruknya walaupun itu hanya sebiji

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

kurma. Inilah yang tidak diharapkan konseli, ketika satu kejelakan terdengar oleh mereka, maka dengan cepat akan menyebar keseluruh desa tanpa pandang bulu siapa itu dan kenapa bisa terjadi. Inilah yang menjadi sisi negatif dari mereka.

7. Kondisi keagamaan konseli

Jika dilihat dari segi spiritual, konseli memiliki sifat keagamaan yang cukup religius. Konseli merupakan alumni sebuah pondok disekitar rumahnya, jadi sudah tidak diragukan lagi jika konseli memiliki sisi spiritual yang cukup bagus.

Dilingkungan keluarganya, ibu konseli memiliki sisi spiritual yang bisa dibilang cukup tinggi, karena pada saat peneliti berkunjung kerumah konseli, ibu konseli sedang membaca ayat suci Al-Qur'an didalam kamarnya, dengan itu aspek spiritual yang dimiliki konseli sudah menjadi faktor biologis dari orang tuanya.

Jika ditarik mundur kembali, konseli masih memiliki keturunan dari seorang gus (kyai) dari sebuah pondok yang cukup termasyhur didesanya dan itu menambah nilai religius konseli dan keluarganya semakin bertambah. Kebanyakan dari keluarga konseli adalah orang yang memiliki sisi religius yang tinggi, karena terlahir dari orang-orang yang termasyhur didesanya. Dibalik itu semua konseli tidak bangga dengan apa yang dia miliki seperti garis keturunan konseli dengan seorang gus (kyai). Konseli lebih memilih menjadi dirinya sendiri yang tidak sewenah-wenah

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

menonjolkan aspek religius dalam dirinya dan garis keturunannya. Konseli ingin menjadi orang netral, yang bisa berkumpul dengan siapa pun tanpa terkecuali, tanpa memandang pangkat derajat maupun kasta.

Konseli juga mengikuti suatu acara pengajian yang diadakan oleh warga sekitar rumah konseli, selain mengikuti konseli bekerja sama dengan teman-temannya disebuah organisasi membuat acara pengajian yang diperuntukkan untuk anak-anak yang ada disekitar rumahnya, dengan adanya acara tersebut diharapkan anak-anak yang ada disekitar rumah konseli tidak melupakan nilai-nilai religius yang mereka miliki sehubungan dengan semakin majunya teknologi dan buadaya pada zaman ini.

Disela-sela kesibukan kuliah dan mengajar konseli menyempatkan diri untuk bergabung dalam suatu perkumpulan remaja sekitar rumah konseli yang bernama IPPNU (Ikatan Pemuda Pemudi Nahdhotul Ulama').

Semua kegiatan yang diikuti, dijalani, dilakukan semata-mata karena konseli ingin menghilangkan rasa sedih dalam dirinya. Dengan berbagai kegiatan tersebut membantu konseli untuk sedikit demi sedikit melupakan apa yang selama ini mengganjal dalam benak pikirannya.

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. Wudhu dan Psikosomatis

Wudhu merupakan salah satu terapi yang dipakai dalam penelitian ini seperti yang sudah dibahas dalam bab sebelumnya. Wudhu yang dianggap sebagai terapi adalah terapi wudhu yang gerakannya mengikuti gerakan-gerakan wudhu serta sesuai dengan syarat-syarat ketentuan rukun, sunnah wudhu dan memenuhi ketentuan terapautik.

Terapi wudhu yang telah dijelaskan diatas diharapkan dengan adanya berbagai manfaat didalamnya, baik konseli atau siapa pun yang memiliki gangguan psikosomatis dengan keluhan adanya sakit atau nyeri dilambung atau biasa disebut penyakit maag (gastritis) ini bisa sedikit demi sedikit sembuh dengan izin Allah SWT.

Sebab dari timbulnya permasalahan yang dialami konseli telah diketahui dan dapat diukur tingkat dari permasalahan konseli yakni berada dilevel sedang (konseli masih bisa berinteraksi dengan orang disekitarnya dan masih bisa berkumpul dengan masyarakat sekitarnya). Maka bantuan alternatif yang diberikan kepada konseli dalam membantu meringankan masalah yang dihadapinya dengan maksimal adalah sebagai berikut:

1. Pengarahan oleh peneliti

Peneliti melakukan pengarahan kepada konseli bagaimana dan apa yang harus dilakukan selama pelaksanaan terapi wudhu,

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 ketika pelaksanaan terapi wudhu telah dilakukan konseli memhami dan mampu menghayati setiap gerakan-gerakan wudhu yang tidak meninggalkan rukun dan sunnah yang telah dianjurkan, serta mengetahui titik akupuntur yang ada dalam gerakan-gerakan wudhu.

a. Pembelajaran wudhu yang gerakannya mengikuti gerakan-gerakan wudhu serta sesuai dengan syarat-syarat ketentuan rukun, sunnah wudhu dan memenuhi ketentuan terapautik.

1) Menjelaskan isi dari terapi wudhu

Peneliti memberikan penjelasan kepada konseli tentang tahap-tahap apa yang harus dilakukan ketika konseli melaksanakan terapi wudhu. Tahap-tahap yang dijelaskan sesuai dengan apa yang telah dijelaskan peneliti dibab sebelumnya, sehingga dari pedoman tersebut, konseli mampu menghayati, mendalami semua tahapan yang ada didalamnya.

2) Menjelaskan titik akupuntur

Peneliti menjelaskan tentang isi dari tahap-tahap wudhu dan apa yang harus dilakukan konseli dalam pelaksanaan terapi wudhu, maka selanjutnya yakni peneliti memberikan penjelasan bagian-bagian yang menjadi titik-titik akupuntur dalam rangkaian gerakan-gerakan wudhu. Seperti yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, titik-

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

titik akupuntur ini menjadi titik yang membantu kelancaran dan keberhasilan dari terapi wudhu tersebut tanpa meninggalkan rukun, sunnah wudhu serta gerakan-gerakan wudhu.

3) Membaca doa bersama-sama

Pada tapah ini, awalnya terlebih dahulu peneliti membacakan rangkain doa yang harus dibaca ketika berwudhu, yang mana pada setiap anggota yang dibasuh oleh air wudhu dibaca dan dihafalkan bersam-sama oleh konseli dan konselor. Seperti yang telah dipaparkan dalam bab sebelumnya, doa-doa itulah yang akan dibaca konseli sebagai salah satu bagian dari rangkaian proses terapi wudhu.

4) Konseli mengingat rangkaian-rangkaian wudhu

Peneliti mengajak konseli untuk mengingat kembali apa yang telah diperolehnya dari proes sebelumnya. Tahap ini bertujuan agar supaya selama proses terapi konseli mampu memahami dan melaksanakan dengan baik sehingga mencapai keberhasilan terapi wudhu yang maksimal.

b. Pemberian contoh proses terapi wudhu

Tahap ini peneliti memberikan contoh dan mempraktekkan dari awal hingga akhir tahapan wudhu 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

mulai dari berniat hingga akhir dari tahapan wudhu yakni membasuh kedua kaki sampai tumit dan berdoa setelah wudhu. Pada tahap ini konseli hanya melihat dan memperhatikan setiap gerakan yang dilakukan peneliti.

2. Waktu, tempat, hari dan tanggal pelaksanaan dari terapi wudhu oleh konseli.

Proses selanjutnya adalah konseli menerapkan apa yang sudah didapat dari penjelasan peneliti dikesempatan sebelumnya. Pada proses ini, peneliti hanya memantau konseli selama pelaksanaan tersebut.

a. Pada tanggal 17 Januari 2017, bertepatan sebelum memasuki waktu sholat dhuhur, sekitar jam 11.23, bertempat dirumah konseli sendiri.

1) Berniat

Konseli memejamkan matanya kemudian mengangkat kedua tangannya dengan penuh kekhusyukan dan ikhlas sepenuh hati, yang terpancar dari raut wajahnya. Seperti yang telah dipaparkan di bab sebelumnya, sambil mengangkat kedua tangannya, dan hatinya membaca niat wudhu dan dilanjutkan membaca doa sesudah membaca niat.

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) Mencuci telapak tangan

Ketika mencuci telapak tangan, konseli mencuci telapak tangan seperti ketika wudhu biasanya hanya saja sedikit melakukan pemijatan halus titik-titik syaraf yang berhubungan dengan lambung tanpa meninggalkan ketentuan gerakan-gerakan wudhu. Seraya menggosok telapak tangan, konseli membaca doa dalam hatinya, doa yang dibaca sebagai bagian dari rangkaian dari terapi wudhu. Pusat titik tersebut dan doa-doa yang dibaca seperti apa yang sudah dijelaskan di bab sebelumnya.

3) Berkumur

Pada saat berkumur, konseli mengawalinya dengan membaca do'a seperti yang telah dijelaskan dibab sebelumnya. Kemudian konseli memasukkan air kemulutnya, menahan sambil memutarkan air keseluruh sudut didalam mulutnya. Konseli lakukan sebanyak 3x, seperti apa yang sudah dijelaskan di bab sebelumnya.

b. Pertemuan dilanjutkan pada malam hari, pukul 20.12 WIB, bertempat dikediaman konseli.

1) Membersihkan kedua lubang hidung

Pada saat membersihkan kedua lubang hidung, sama seperti proses sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca doa, doa seperti yang telah dijelaskan

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

dibab sebelumnya. Konseli mengambil air seperti halnya ketika berkumur, menghirup air tersebut agak dalam. Konseli lakukan sebanyak 3x, seperti apa yang sudah dijelaskan di bab sebelumnya..

2) Membasuh muka

Pada saat membasuh muka, sama seperti proses wudhu sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca do'a. Konseli mengambil air wudhu, dan membasuhkan air kemuka, diratakannya air tersebut dari tumbuh rambut kepala hingga keujung bawah dagu (secara vertikal) dan dari telinga ke telinga (secara horizontal).

Konseli tidak sekedar membasuh muka, akan tetapi memberikan pijatan halus dibagian muka terutama yang berhubungan langsung dengan lambung. Konseli lakukan sebanyak 3x sebagaimana yang telah dijelaskan dibab sebelumnya.

c. Hari menunjukkan larut malam, konselor memutuskan melanjutkannya di hari berikutnya tanggal 18 Januari 2017, pukul 09.28 WIB, bertempat dikediaman konseli.

1) Membasuh kedua tangan sampai siku

Pada saat membasuh kedua tangan sampai siku, sama seperti proses wudhu sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca doa. Kemudian konseli

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

membasuhkan air ke tangan dimulai dari sebelah kanan dengan membasuh pergelangan tangan kanan sampai ke ujung siku, begitu juga sebaliknya ketika membasuh kanan kiri.

Konseli tidak sekedar membasuh kedua tangan sampai siku, akan tetapi memberikan pijatan halus dibagian tangan terutama yang berhubungan langsung dengan lambung. Konseli lakukan sebanyak 3x sebagaimana yang telah dijelaskan dibab sebelumnya.

2) Menyeka rambut (sebagian rambut)

Pada saat menyeka rambut (sebagian rambut), sama seperti proses wudhu sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca doa. Kemudian konseli mengambil air wudhu dan membasuhkannya kerambut bagian depan wajah. Konseli lakukan sebanyak 3x, seperti apa yang sudah dijelaskan di bab sebelumnya.

d. Pertemuan dilanjutkan pada malam hari, tanggal 19 Januari 2017 pukul 20.17 WIB bertempat dikediaman konseli.

1) Menyapukan air ke telinga

Pada saat menyapukan air ke telinga, sama seperti proses wudhu sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca doa. Kemudian konseli mengambil air wudhu dan membasuhkannya ke telinga, dengan menempatkan

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

telunjuk di lubang telinga dengan ibu jari di sebelah luar telinga dan dilakukan dengan memutar dari bawah ke atas.

Konseli tidak sekedar menyapukan air ke telinga, akan tetapi memberikan pijatan halus bagian telinga yang berhubungan langsung dengan lambung. Konseli lakukan sebanyak 3x sebagaimana yang telah dijelaskan dibab sebelumnya.

2) Membasuh kedua kaki sampai mata kaki

Pada saat membasuh kedua kaki sampai mata kaki, sama seperti proses wudhu sebelumnya. Konseli mengawalinya dengan membaca do'a. Kemudian konseli membasuh kedua kakinya, dimulai dari kaki kanan terlebih dahulu dilanjutkan kaki kiri, ketika membasuh kaki konseli memulainya dari lutut hingga mata kaki, tidak lupa konseli juga membasuh tumitnya.

Konseli tidak sekedar membasuhkan kedua kaki sampai mata kaki, akan tetapi memberikan pijatan halus dibagian kaki yang berhubungan langsung dengan lambung. Konseli lakukan sebanyak 3x sebagaimana yang telah dijelaskan dibab sebelumnya..

3. Perubahan konseli

Perubahan yang dialami konseli, setelah melalui beberapa proses terapi wudhu memang tidak secara langsung mengalami

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

perubahan yang begitu pesat karena keterbatasan waktu dan membutuhkan proses, akan tetapi terlihat beberapa perubahan yang terjadi dalam diri konseli, seperti:

a. Pada tanggal 21 Januari 2017, pukul 20.19 dirumah konseli

Peneliti bertemu dengan konseli dirumah konseli sendiri. Konseli menceritakan bahwa seuasai dijelaskan dan praktek, konseli mencoba untuk berwudhu sesuai dengan apa yang sudah konseli ketahui sebelumnya. Konseli mengerjakannya hampir setiap sholat 5 waktu nya, bahkan sebelum tidur konseli juga berwudhu sesuai dengan terapi yang pernah konseli terima.

Awalnya konseli tidak percaya akan adanya seperti itu, akan tetapi setelah konseli menerapkannya, konseli merasakan adanya ketenangan dalam diri konseli. Ketika konseli merasa sedang tidak nyaman dalam fikirannya, konseli berusaha untuk melaksanakan wudhu tersebut, dan dengan izin Allah SWT konseli merasakan kesegaran, ketenangan kembali dan kembali stabil.

Setelah mendengarkan cerita konseli, peneliti berpesan agar konseli tetap menjaga apa yang sudah konseli ketahui tentang cara berwudhu yang benar dan sesuai dengan rukun-rukun dan sunnah wudhu.

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. Pada tanggal 22 Januari 2017, pukul 09.00 dirumah konseli

Konseli kembali menceritakan apa yang terjadi pada dirinya, semalam konseli merasa maag nya kambuh. Dengan segera konseli mengambil air wudhu dan melakukan terapi yang sudah diketahui dan melakukan pemijatan halus dibagian yang berhubungan dengan syaraf-syaraf lambung.

Setelah usai berwudhu konseli juga melakukan beberapa rangkaian sholat sunnah, dan dengan izin Allah SWT nyeri itu berkurang kemudian konseli bisa tidur dengan nyaman kembali.

Tabel 3.1 Siklus Perubahan Gastritis

No	Gejala Gastritis	Tanggal					
		17	18	19	20	21	22
1	Mual			x	x	x	x
2	Nyeri				x	x	x
3	Pusing		x	x	x	x	x
4	Sering bersendawa				x	x	x
5	Sulit tidur						x

Tabel 4.1 Siklus Perubahan Psikosomatis

No	Gejala Psikosomatis	Tanggal					
		17	18	19	20	21	22
1	Emosi tidak stabil				x	x	x
2	Mual		x		x	x	x
3	Muntah			x	x		x
4	Sulit tidur						x
5	Badan lemas				x		x

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