BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu di dalam kamus Echols & Shadaly adalah kata benda dari individual yang berarti orang, perseorangan, dan oknum. Selain faktor lingkungan dan pembawaan, ada faktor lain yang menyebabkan terjadinya perbedaan individual orang dewasa yaitu faktor pengalaman. Pengalaman di sini maksudnya adalah penerimaan orang dewasa terhadap pengaruh lingkungan tersebut.[1] Lebih lanjut Rogers mengemukakan bahwa konsep ini dalam proses perkembangan orang dewasa terus berlangsung dalam organisme orang dewasa. Semakin lama semakin di sadari adanya individu orang dewasa sehingga terbentuk menjadi pengalaman yang di milikinya.[2]

Saat proses pembentukan pengalaman yang dimiliki orang dewasa. Sesungguhnya orang dewasa menilai diri dan lingkungannya. Bahkan membandingkan dirinya dengan lingkungannya. Orang dewasa mempunyai pengalaman diri yang berbeda, yang berakar pada pengalaman masa sebelumnya. Tidak ada dua orang dewasa yang sama pengalaman dirinya meskipun orang dewasa tersebut memiliki kesamaan dalam hal faktor pembawaan dan lingkungannya. Jadi, adanya perbedaan individual pada orang dewasa yang memiliki kesamaan pembawaan dan lingkungan disebabkan oleh faktor pengalaman dirinya.

---

[1] J. M. Echols dan H. Shadaly, *Kamus Inggris Indonesia,* (Jakarta: PT. Gramedia, 1975), hal. 103.
[2] B. Hurlock Elizabeth, *Psikologi perkembangan Edisi 5,* (Jakarta: Erlangga, 2003), hal. 63.

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

Berkenaan dengan penerimaan orang dewasa terhadap lingkungan, Freud mengemukakan bahwa reaksi orang dewasa berbeda satu sama lain. Perbedaan ini disebabkan oleh berbedanya kekuatan daya pendorong The Id dan daya kendali dari Super Ego, serta sejauh mana besarnya dorongan-dorongan kompleks terdesak. Lebih lanjut Freud menyatakan bahwa permunculan dorongan-dorongan yang tadinya ditekan di bawah sadar itu tidak selalu dalam tingkah laku seksual, melainkan dapat dalam bentuk lain seperti misalnya cepat marah, suka memberontak, suka mengkritik, dan sebagainya. Atau dapat pula bentuk tingkah laku yang netral seperti suka pesiar, aktif dalam olahraga, berpakaian bagus, dan sebagainya.Pendek kata semua kegiatan atau tingkah laku individu, diarahkan untuk mendapatkan rasa puas dan kenikmatan. Bereaksi atau tidaknya secara cepat atau lambat orang dewasa bereaksi terhadap sesuatu perangsang tergantung pada penilaian subyektif orang dewasa, sejauh mana suatu perangsang itu dapat memenuhi dorongan-dorongan akan rasa nikmat.[3]

Menurut Alfred Adler perbedaan individual orang dewasa yang satu dengan orang dewasa yang lainnya dalam bereaksi bergantung pada perbedaan hasrat dan cita-cita.[4] Adapun kecepatan merespon orang dewasa terhadap perangsang bergantung pada kesesuaian antara perangsang dengan cita-cita dan hasrat. Jadi jelas dalam hal ini bahwa orang dewasa

[3] B. Hurlock Elizabet, *Psikologi perkembangan Edisi 5*, Jakarta: Erlangga, 2003), hal. 65.
[4] B. Hurlock Elizabet, *Psikologi perkembangan Edisi 5*, Jakarta: Erlangga, 2003), hal. 66.

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

adalah perespon subjektif dan bukan perespon objektif terhadap perangsang.

Orang dewasa justru merasakan sebagai pribadi yang sudah mencapai kematangan dalam aspek psikologi maupun fisik akan membuktikan dengan melakukan sebuah pekerjaan yang bisa memenuhi kebutuhan primer dan kemudian kebutuhan sekundernya. Seorang dewasa yang telah mencapai kapasitas kognitif yang matang pasti telah merencanakan kehidupannya dengan baik dari fase hingga ke fase berikutnya dan kebanyakkan dari mereka yang telah lulus tingkat universitas akan mengembangkan karir untuk meraih puncak prestasi dalam kehidupan. Pekerjaan yang diingini juga merupakan salah satu bentuk dari terealisasinya sebuah impian. Terealisasinya impian dengan pekerjaan yang diingini merupakan salah satu kunci kepada kebahagiaan seseorang.

Kebanyakan orang yang sudah mencapai tahap dewasa akan mencari pekerjaan demi memenuhi kebutuhan diri sendiri dan salah satu sebab yang lain adalah untuk mejalankan tanggungjawab dalam menafkahi keluarga. Namun demikian, banyak di antara mereka yang bekerja sambil melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi dan ada juga yang melakukan dua pekerjaan dalam satu masa karena tuntutan seiring perkembangan zaman dan munculnya masalah yang makin kompleks dalam pekerjaan dan lingkungan sosial. Pekerjaan memberikan seseorang peluang untuk beraktivitas secara moral serta berintegritas sehingga bisa dihargai,

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

dihormati dan jika pekerjaan dilakukan dengan baik maka ia bisa mendapat perhatian dari orang lain.[5]

Pekerjaan yang dilakukan apabila tidak mendapat dukungan dari segi sosial, spritiual dan emosional akan memicu kepada masalah jiwa seperti ketegangan dan *stress*. *American Psychological Association* telah mengeluarkan sebuah statistik stres akibat pekerjaan pada tahun 2011 dan mendapati bahwa 1 dari 3 pekerja menyatakan bahwa mereka merasakan stres dan tegang akibat bekerja pada siang hari. Seterusnya dari sudut angket statistik tersebut menyatakan bahwa 49% pekerja yang mempunyai gaji yang rendah mudah untuk mengalami stres, 43% tidak merasa puas terhadap aktivitas kerja dan hidup seharian, 48% merasakan tidak dihargai dalam pekerjaan yang dilakukan dan 40% pekerja yang melakukan kerja berat merupakan pengidap stres tingkat tinggi.[6]

Pekerjaan atau keinginan seorang manusia apabila terhalang atas faktor-faktor tertentu akan menyebabkan seseorang akan mengalami ketidakpuasan hidup dan akan memberi efek negatif kepada rutin harian seseorang. Di dalam ilmu psikologi, ini dinamakan dengan *Cognitive Dissonance* yang bisa didefinisikan dengan kehidupan realiti tidak sesuai seperti apa yang diharapkan. Orang yang mengalami masalah terkaitan

---

[5] Marc J. Shbracq dkk, *The Handbook of Work and Health Psychology*, (United states of America, John Wiley Ltd, 2003), hal. 15

[6] American Psychological Association, "*Stress in the workplace",* diakses dari http://www.apa.org/news/press/releases/phwa-survey-summary.pdf pada tanggal 15 Januari 2017 pukul 11.28.

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

Cognitive Dissonance juga akan berada dalam masalah psikologi seperti ketegangan jiwa atau stres.[7]

Stres merupakan alih kata dari bahasa Latin yaitu '*Stingere'* yang berarti keras *(stictus)* yang kemudian dikenali dengan istilah stres. Stres terkait rapat dengan kesukaran, ketegangan dan ketidakbebasan. Bagi seorang individu yang sudah mempunyai karir, stres biasanya muncul karena sedikit dukungan dan banyaknya halangan yang harus dihadapi. Ia adalah hal paling biasa dan sering terjadi kepada orang dewasa yang sudah bekerja.[8]

Pemaparan di atas bisa disimpulkan kepada stres bisa terjadi apabila seseorang dibebankan dengan tugas yang banyak saat melakukan kerja karena sedikitnya dukungan dan timbul masalah psikologi seperti *Cognitive Dissonance*. Penelitian ini mengangkat sebuah masalah yang berkaitan dengan masalah stres yang dialami oleh seorang wanita di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia. Konseli tersebut bernama Nur Asysyuura Matil Abdullah, Nur (nama samaran). Konseli merupakan seorang wanita yang sudah mempunyai anak dan merupakan mantan akauntan yang kini bertugas sebagai pengajar di pusat kelas les. Konseli merupakan seorang mualaf yang sudah memeluk agama Islam sejak masih kuliah.

---

[7] Olpin Hesson, *Stress Management for Life*, (United States of America, Cengage Learning, 2016), hal. 137

[8] Adrian Furham, *50 Ideas you really need to know Psychology*, (London, Quecus edition, 2008), hal 28-29

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

Kasus yang terjadi pada konseli ini bermula dari saat dia mengambil keputusan untuk meninggalkan karirnya sebagai seorang akauntan dan ingin fokus sepenuhnya untuk mengislamkan keluarganya di desanya. Dia telah melakukan usaha dakwah dengan memperkenalkan agama Islam kepada keluarganya. Konseli tidak pernah menggunakan metode dakwah yang bersifat memaksa atau berupa imbalan untuk orang yang memeluk agama Islam. Dia juga sebelumnya mempunyai impian bersama ayahnya untuk mendirikan sebuah pondok mengajari anak-anak kelas les yang kemudian telah pun didirikan olehnya dinamakan Pondok Tuisyen Komunitas Percuma. Usahanya telah mendapat perhatian dan dukungan dari sebuah pihak politik sehingga sebagian pihak politik yang lain memfitnahnya karena takut orang seperti Nur bisa menjadi orang yang berpengaruh dalam masyarakat. Setelah itu, Nur difitnah dengan tuduhan menyebarkan agama Islam secara paksa, menyebarkan ajaran sesat dan bersifat terorisme, usahanya berdakwah kepada keluarga dan mengajar anak-anak les di Pondok Tuisyen Komuniti seringkali dihalang sehingga Nur mengalami stres yang berat dan terkadang harus memberhentikan sesi mengajar di Pondok Tuisyen Komunitas Percuma sehingga keadaan mengizinkan untuk Nur mengajar lagi. Hal ini telah membuatkan usaha dakwah yang dilakukan oleh klien terganggu karena Nur diperlakukan sedemikian sehingga ada yang berusaha untuk mengusir Nur dari desanya.

Manusia terkadang tidak mampu untuk menyesuaikan dirinya dalam permasalahan yang berat dan akan mengalami depresi atau bahkan

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

kehilangan harapan serta kekuatan untuk meneruskan kehidupan. Sebagian orang pula, mampu bertindak sebaliknya yakni bukan saja bisa beradaptasi dengan kesulitan dalam kehidupannya bahkan mampu mengendali stres, trauma dan kehilangan yang besar.[9]

Penjelasan dari deskripsi di atas dapat disimpulkan bahwa akibat difitnah dan terhalangnya pekerjaan sehingga segala aktivitas konseli terhalang telah mengganggu usaha dakwah kepada keluarganya yang selama ini merupakan impian Nur Asysyuura telah menjadikannya seorang yang sering mengalami stres dan depresi akut. Selain itu, hal tersebut juga telah menyebabkan konseli beberapa kali berpikiran negatif dan ingin menghentikan dari terus mengajar di pondok kelas les yang didirikan olehnya.

Maka dari itu, peneliti ingin mengangkat masalah ini sebagai objek penelitian dengan judul Bimbingan Konseling Islam *dengan Solution-Focused Brief Therapy* dalam Menangani Stres Seorang Wanita Mualaf atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* dalam menangani Stres Seorang Wanita Mualaf atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak?

[9] Sam Atkinson, *The Psychology Book*, (New York, Dorling Kindersley Limited, 2012), hal. 152

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. Bagaimana hasil dari pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* dalam Menangani Stres Seorang Wanita Muallaf atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan stres seorang Wanita Muallaf di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia.
2. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* dalam Menangani Stres yang dihadapi oleh seorang Wanita Muallaf di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak.
3. Untuk mengetahui hasil Bimbingan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* dalam menangani Stres Wanita Muallaf atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan sebagai berikut:

1. Manfaat dari segi teoritis
   a. Dengan dilaksanakan penelitian ini, maka diharapkan agar ia berguna bagi pengembangan *Solution Focused Brief Therapy* untuk Menangani Muallaf yang mengalami Stres atas Penolakan Kegiatan Dakwahnya dari segi ilmiah maupun secara teoritis di bidang 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

b. Sebagai sumber dan referensi bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam khususnya dan bagi mahasiswa umumnya tentang penanganan stres wanita Muallaf dengan menggunakan pendekatan konseling.

2. Manfaat dari segi praktis

a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu muallaf yang menghadapi stres.

b. Bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik pendekatan menggunakan terapi *Solution Focused Brief Therapy* yang efektif dalam menangani stres yang dihadapi oleh muallaf.

E. Definisi Konsep

Dalam pembahasan ini, peneliti membatasi dari sejumlah konsep agar mudah dipahami dan agar memperoleh kejelasan dari judul yang akan diangkat yaitu Bimbingan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* Dalam Menangani Stres Seorang Wanita Muallaf Atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia, maka disini akan dikemukakan beberapa istilah yang terdapat dalam judul ini yaitu :

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Pengertian Bimbingan ialah proses bantuan dalam memberikan informasi agar bisa dimanfaatkan oleh konseli agar mampu mengambil keputusan yang tepat. Ia juga merupakan proses agar membantu konseli untuk menetapkan suatu tujuan. Antara lain adalah dengan membantu

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

konseli agar mampu memahami dirinya sendiri, mengembangkan dirinya serta menjadi individu yang bisa mandiri.

Sedangkan konseling berarti nasehat. Ia merupakan sebuah proses interaksi antara konselor dan konseli yang dilakukan dalam situasi yang bersifat profesional untuk mengubah tingkah laku konseli, agar konseli memahami dirinya dalam hubungannya dengan masala-masalah yang dihadapinya, membantu agar ia memperoleh tujuan yang ingin ia capai, membantu agar konseli mampu memilih langkah-langkah yang tepat dalam pemecahan masalah serta mengetahui dan mampu mengatasi masalahnya secara mandiri.[10]

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan sebuah proses dengan memberikan bantuan yang terarah, bersifat berterusan dan sistematis kepada individu agar ia dapat mengembangkan potensi yang sedia ada dimilikinya atau fitrah yakni keyakinan beragama khususnya Islam agar individu tersebut dapat menjalani hidupnya berlandaskan nilai-nilai yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadits atau sunnah yang dibawa oleh Rasulullah ﷺ yang dapat dilihat dari segi mental, spritual maupun aktifitas fisik seharian sesuai tuntutan agama. Apabila pengamalan Al-Quran dan Hadits telah mencapai tahap optimal dan fitrah yang dimilikinya yakni Islam telah berkembang, maka, individu tersebut akan mempunyai hubungan yang baik antara Allah, dengan

[10] Drs. Sjahudi Sirodj, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling* (Surabaya, PT Revka Petra Media, 2012), hal. 4-22

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

manusia dan alam semesta karena telah memahami esensi dari peranannya di muka bumi yakni sebagai khalifah Allah dan sebagai hamba yang mengabdikan Allah Yang Maha Esa.[11]

Konseling Islam merupakan sesi terapeutik berlandaskan kesadaran beragama. Ia berbeda dari konseling yang umum karena ia berlandaskan pemahaman agama yang dimiliki oleh konselor dan konseli. Sifat yang dimiliki bersama ini menciptakan hubungan yang berkonsepkan kepercayaan sesama konselor dan konseli dalam memberikan motivasi, membangun dan mengubah konseli agar mampu menjalani hidup sesuai tuntutan agama. Dalam konseling Islam, konselor berperan agar mencari solusi spiritual pada konseli berlandaskan cinta dan takut pada Allah serta tanggungjawab sebagai hamba Allah. Nabi juga bersabda bahwa "*Agama itu nasehat* " karena ia merupakan salah satu esensi beragama dalam mengamalkan amar ma'ruf nahi munkar dengan hikmah dan bijaksana berlandaskan Al-Quran dan Hadits.[12]

Aunur Rahim Faqih mengemukakan bawha Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar ia mampu hidup sesuai dengan tuntutan atau petunjuk Allah

[11] Drs. Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta, Amzah, 2010), hal. 23
[12] G. Hussein Rasool, *Islamic Counselling* (New York, Routledge, 2016), hal. 16

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

berdasarkan Al-Quran dan Hadits, sehingga mampu mencapai kebahagiaan hidup sama ada di dunia maupun di akhirat.[13]

2. Solution-Focused Brief Therapy

Solution Focused Brief Therapy atau dikenali lain sebagai Terapi singkat berfokus solusi (SFBT) ini adalah sebuah pendekatan yang mana ia mengobservasi bagaimana konseli melihat permasalahan yang dihadapinya. Metode terapeutik ini tidak terlalu berfokus kepada persoalan mengapa dan bagaimana sebuah permasalahan itu muncul berbanding solusi itu sendiri. De Shazer menggunakan metafora sebuah kunci yang melambangkan bagaimana terapi ini berfungsi seperti sebuah kunci. Permasalahan konseli diibaratkan seperti pintu yang terkunci. De Shazer dan Berg tidak mau memfokus pada bagaimana dan mengapa pintu itu terkunci akan tetapi membantu konseli mencari kunci penyelesaian permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Konselor juga tidak mau dibebankan dengan alasan konseli terhadap masalah tersebut tetapi konselor ingin mencari cara untuk mengurangi ketidakpuasan dan kesedihan maupun kegelisahan yang dialami oleh konseli saat sekarang.[14]

Konselor juga berfungsi sebagai pendengar akan luahan dan perasaan konselor terhadap masalah yang dihadapi oleh konseli. Namun konselor tidak akan meletakkan konseli di posisi tersebut terlalu lama

[13] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 5
[14] Richard S. Sharf, *Psychotherapy And Counseling*, (United States of America, Cengage Learning, 2012) hal. 457

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

tetapi konselor juga berfungsi untuk membuat konseli agar bisa berfikir dan menyatakan peluang-peluang solusi yang bisa dilaksanakan untuk mengurangi permasalahan. Batas pertemuan sesi konseling adalah antara 5 hingga 10 karena konselor berfokus pada keinginan konseli untuk berubah dan membantu konseli untuk terus melakukan perubahan. Teknik-teknik yang digunakan adalah *Miracle Question*, *Scaling,, Exception, Problem-Free Talk* dan *Flagging The Minefield.*

3. *Stress*

Secara singkat ia adalah masalah kejiwaan yakni berasa putus asa dan tidak merasakan apa-apa apresiasi terhadap diri beserta rasa ketidakpedulian dan hilangnya rasa minat sehingga pada kondisi yang ekstrim, depresi bisa mengafeksi pikiran dan perasaan normal dan mengarahkan kepada bunuh diri.[15]

Gangguan jiwa seperti stres terjadi akibat tidak terpenuhnya kebutuhan dasar seperti kebutuhan jasmani (makan, minum, tidur, seks dsb.) dan kebutuhan rohani (rasa aman, dicintai, kebebasan dll.) yang merupakan aspek yang dibutuhkan untuk keberlansungan hidup. Apabila seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan tersebut maka orang tersebut akan mengalami konflik batin, frustrasi, stres dan hingga ke tingkat lebih parah seperti keinginan membunuh diri dan depresi.[16]

[15] Sam Atkinson, *The Psychology Book*, (New York, Dorling Kindersley Limited, 2012), hal. 341
[16] Prof. Dr. H. Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta, Kallam Mulia, 2007), hal. 163

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

Depresi menurut G. Stanley Hall disebabkan oleh kesadaran bahwa diri tidak disukai atau diterima, mempunyai karakteristik pada diri yang berbeda atau negatif dan putus rasa cinta. Pengkritikan pada diri sendiri serta tidak bisa menerima sebuah hakekat atau perasaan kehilangan maupun sedih adalah juga merupakan punca kepada depresi. Antara punca depresi yang lain adalah apabila manusia menyalahkan diri sendiri tentang hal buruk atau negatif yang telah terjadi.[17]

4. Dakwah

Dakwah adalah ajakan atau seruan ke jalan Allah yang dilakukan oleh seorang da'i (penyeru) agar bisa mengantarkan seseorang kepada hal yang diridhai oleh Allah. Seorang manusia yang beragama Islam dituntut dan diwajibkan untuk berdakwah. Apa yang ditinggalkan oleh Nabi dan diikuti oleh para sahabat dan orang-orang yang menegakkan agama Islam setelahnya merupakan sebuah tuntutan *sunnatullah* atau kehendak Allah bagi Rasul, para pemimpin dan kaum muslimin. Ini bersesuaian dengan firman Allah :

قُلْ يَٰٓأَهْلَ ٱلْكِتَٰبِ لَسْتُمْ عَلَىٰ شَىْءٍ حَتَّىٰ تُقِيمُوا۟ ٱلتَّوْرَىٰةَ وَٱلْإِنجِيلَ وَمَآ أُنزِلَ

إِلَيْكُم مِّن رَّبِّكُمْ ۗ وَلَيَزِيدَنَّ كَثِيرًا مِّنْهُم مَّآ أُنزِلَ إِلَيْكَ مِن رَّبِّكَ طُغْيَٰنًا

وَكُفْرًا ۖ فَلَا تَأْسَ عَلَى ٱلْقَوْمِ ٱلْكَٰفِرِينَ ﴿٦٨﴾

[17] Sam Atkinson, *The Psychology Book*, (New York, Dorling Kindersley Limited, 2012), hal. 154

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

Artinya : “Hai Rasul, sampaikanlah apa yang diturunkan kepadamu dari Tuhanmu. Dan jika tidak kamu kerjakan (apa yang diperintahkan itum berarti) kamu tidak menyampaikan amanat-Nya Allah memelihara kamu dari (gangguan) manusia. Sesungguhnya Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang kafir.” (Surah Al-Ma’idah: 67)[18]

F. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data yang kelak akan digunakan dan berfungsi untuk kegunaan tertentu. Langkah-langkah dalam metode penelitian ini adalah:

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif atau disebut dengan metode penelitian naturalistik dan etnographi merupakan sebuah penelitian yang dilakukan di ruang lingkup budaya, alamiah dan berlawanan dengan sifat eksperimental. Dalam metode peneltian kualitatif, instrumennya peneliti itu sendiri sehingga sebelum peneliti ke lapangan maka peneliti harus mempunyai wawasan yang luas serta teori akan digunakan agar bisa menanya, mengobservasi, menganalisa serta mengkonstruksi sebuah situasi sosial agar menjadi lebih jelas dan mempunyai makna.[19]

[18] Prof. Dr. Ali Abdul Halim Mahmud, *Dakwah* Fardiyah (Jakarta, Gema Insani, 2004), hal. 25-26
[19] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 14-15

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

Jenis penelitian yang akan digunakan oleh peneliti adalah studi kasus. Studi kasus adalah suatu penyelidikan yang dilakukan secara intensif terhadap suatu individu dan ia juga bisa digunakan untuk menyelidiki unit sosial yang kecil seperti kelompok keluarga dan juga kelompok yang dilabelkan seperti "kelompok/*gang*" tertentu.[20]

Studi kasus menekankan tiga aspek dalam pelaksanaan penelitian yaitu peneliti adalah pengumpul data, ianya harus bersifat deskriptif komparatif dan mengutamakan proses berbanding hasil yang akan diperoleh.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Subjek penelitian peneliti adalah merupakan seorang wanita muallaf yang bernama Nur Asysyuuura yang mengalami stres akibat kegiatan dan penolakan dakwahnya.

Lokasi penelitian ini akan dilakukan di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak di Malaysia. Tempat tinggal peneliti dan lokasi penelitan dianggarkan berjarak sekitar 13 kilometer. Alasan dipilihnya lokasi ini adalah salah satunya yaitu permasalahan yang menarik untuk diteliti karena sebelum Nur Asysyuura kembali ke desanya setelah memeluk agama Islam, seluruh penduduk desa ini merupakan penganut agama Kristen. Setelah kembalinya beliau ke desa, beliau bisa mengislamkan 20 orang dari kalangan keluarga dan orang terdekat. Kegiatan dakwahnya di desa tersebut mempunyai berbagai

[20] Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Jakarta, Terbitan Erlangga, 2009), hal. 57

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

cara antaranya membina sebuah pondol untuk dijadikan seperti sekolah yang mengajarkan anak-anak kecil di desa tersebut dikarenakan sekolah terlalu jauh dari tempatnya. Antara lain adalah Nur masih menjalani kegiatan dakwahnya di situ. Peneliti berperan untuk meneliti atau melakukan observasi penuh terhadap konseli sama ada dari segi emosi dan latar belakang suasana lingkungannya.

3. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis Data

Data non-statistik akan digunakan dalam penelitian ini. Data non-statistik akan diperoleh dalam bentuk verbal (deskripsi) dan bukannya dalam bentuk angka. Jenis data yang akan diperoleh dalam penelitian ini terbagi kepada dua yaitu:

1) Data primer adalah data yang lansung didapat dari subjek yang diteliti yakni wanita muallaf yang mengalami stres di lapangan berupa informasi dan data deskriptif.
2) Data sekunder yaitu informasi atau data yang diperoleh dari lingkungan sunjek penelitian seperti tetangga, keluarga dan teman konseli agar bisa mendukung dan melengkapi data yang telah diperoleh dari sumber data primer.

b. Sumber Data

Sumber data ialah dari mana data yang akan peneliti perolehi. Adapun yang menjadi sumber data dalam sebuah penelitian adalah:

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) Sumber data primer yaitu lansung didapatkan dari lapangan yaitu konseli.
2) Sumber data sekunder adalah sumber yang diperoleh dari sumber kedua digunakan untuk mengukuhkan data primer sama ada dari gambaran lokasi penelitian, kegiatan sosial di lingkungan, keluarga dan maupun teman konseli.

4. Tahap-tahap Penelitian

Adapun persediaan yang perlu dilakukan dalam melaksanakan penelitian adalah seperti berikut:

a. Tahap Pra Lapangan

Tahap eksplorasi yaitu tahap dimana seorang peneliti melaksanakan sebelum terjun ke lapangan dan melakukan penelitian, antara lain yaitu: menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, mengurus perijinan, menjajaki dan menilai keadaan lapangan, memilih dan memanfaatkan informasi serta menyiapkan perlengkapan untuk melaksanakan penelitian.

1) Menyusun Rancangan Penelitian

Untuk menyusun rancangan penelitian, peneliti hendaklah terlebi dahulu membaca bahan-bahan yang terkaitan dengan masalah penelitian yaitu depresi yang dihadapi oleh muallaf akibat penolakan dakwahnya. Setelah memahami fenomena yang terjadi maka peneliti membuat latar belakang

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, tujuan penelitan, definisi konsep dan membuat rancangan data-data yang diperlukan untuk penelitian.

2) Memilih Lapangan Penelitian

Dalam hal ini, peneliti sendiri pernah ke tempat penelitian pada tahun lalu untuk membantu membina bangunan yang dijadikan kelas pengajian untuk anak-anak di desa tersebut. Maka, peneliti akan melakukan penelitian di tempat tersebut yaitu di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia.

3) Mengurus Perizinan

Setelah melakukan penetapan lokasi, maka peneliti mengurus perizinan untuk melakukan penelitian di tempat tersebut. Peneliti haruslah mengetahui orang yang berwenang dalam memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di lokasi penelitian tersebut.

Peneliti akan meminta izin kepada suami dan orang tua Norasyura untuk melakukan penelitian dan melakukan proses konseling terhadap beliau. Dengan adanya perizinan dari pihak tersebut maka ia akan memudahkan peneliti untuk melanjutkan penelitian dan proses 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

4) Menjajaki dan Menilai Keadaan Lapangan

Peneliti pada tahap ini adalah untuk menjajaki lapangan dengan tujuan untuk mengenali lebih lanjut keadaan dan apa-apa unsur yang ada di lingkungan sosial serta konseli dengan metode wawancara dan observasi agar peneliti bisa menyiapkan perlengkapan yang akan diperlukan untuk melakukan penelitan dan mengumpulkan berbagai data di lapangan.

5) Memilih dan Memafaatkan Informan

Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi, kondisi serta latar belakang dari sebuah kasus. Peneliti dalam hal ini akan memilih Ibu Norasyura sendiri untuk menjadi informan.

6) Melengkapkan Perlengkapan Penelitian

Peneliti menyiapkan segala hal yang akan digunakan untuk meneliti kelak seperti alat tulis, map, buku, perlengkapan fisik, izin penelitian atau bahan-bahan yang lain untuk mendapatkan deskripsi data lapaangan.

7) Persoalan Etika Penelitian

Etika Penelitian ialah hal yang menyangkut konseli seperti mengetahui latar belakang budaya konseli yaitu berasal dari agama Kristen, mempunyai tempat tinggal yang bermayoritas agama Kristen, mengetahui budaya, adat-istiadat

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

serta bahasa yang digunakan agar peneliti tidak dikira sebagai seorang yang tidak menghormati konseli.

8) Tahap Persiapan Lapangan

a) Memahami Latar Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti memahami latar penelitian terlebih dahulu serta mempersiapkan kemampuan diri dari segi fisik dan mental.

b) Memasuki Lapangan

Seorang peneliti harus mempunyai kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan konseli agar tidak terjadi jurang dalam komunikasi baik secara bersemuka maupun tidak. Ini karena bertujuan agar saat melakukan interview maka konseli akan memberikan respon yang baik dan mudah percaya terhadap peneliti.

c) Berperan Sambil Mengumpulkan Data

Peneliti ikut berpartisipasi atau berperan aktif dalam penelitian tersebut yaitu dengan mengumpulkan data dan menganalisisnya. Peneliti disini akan mewawancarai secara lansung dengan Ibu Nur Asysyuura dalam menjalani proses bimbingan dan konseling serta terus menghubunginya melalui aplikasi “Whatsapp” agar bisa memotivasi dan mendapatkan data yang secukupnya dan dianalisa.

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

5. Teknik Pengumpulan Data

Tahap pengumpulan data adalah tahap paling penting sekali dalam melakukan penelitian karena sebuah penelitian tidak bisa dilakukan tanpa adanya data. Dalam pengumpulan data peneliti harus mengetahui teknik-teknik yang bisa digunakan untuk memperoleh data. Adapun teknik-teknik pengumpulan data adalah sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi (pengamatan) menurut Nasution, observasi adalah dasar dari semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya bisa bergerak atau bekerja berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi. Ia bertujuan agar peneliti mampu memahami konteks data dalam keseluruhan situasi sosial, memperoleh pengalaman lansung, bisa mengamati hal-hal yang kurang atau tidak diamati oleh orang lain.[21]

b. Survei

Survei adalah salah satu metode bagian dari pengumpulan data dalam memperoleh data sebanyak-banyaknya mengenai faktor-faktor munculnya masalah bahkan memperoleh data, informasi atau keterangan dari berbagai hal maupun pihak terhadap

[21] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 310-313

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

apa-apa tentang diri, lingkungan sosial, kegiatan, geografis maupun fenomena apa saja yang terdapat pada diri konseli.[22]

c. Wawancara

Peneliti akan menggunakan wawancara yang tidak terstruktur dimana peneliti bebas untuk menanyakan serta melakukan sesi wawancara tanpa adanya pedoman. Wawancara tidak terstruktur sering digunakan untuk mendapatkan data atau informasi awal tentang permasalahan atau isu yang terkaitan dengan subyek penelitian. Untuk melakukan wawancara tidak terstruktur, peneliti berperan sebagai pendengar untuk memperoleh data yang sebanyaknya. Wawancara seperti ini haruslah dirancang terlebih dahulu yakni dengan menghubungi konseli agar tidak menganggu waktu dan kegiatan konseli. Dalam wawancara ini, peneliti akan menanyakan hal-hal yang berupa garis besar dari permasalahan yang dihadapi oleh konseli.[23]

d. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode dengan mengumpul data mengenai hal yang berkaitan atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat khabar, majalah atau lain-lain yang bersangkutan dengan permasalahan konseli. Metode dokumentasi

[22] Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Yogyakarta, PT Rineka Cipta, 2002), hal. 86-88
[23] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 320-321

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

merupakan pelengkap dari penggunaan metode-metode sebelumnya yaitu wawancara dan observasi.[24]

Data yang kelak akan diperoleh melalui metode ini merupakan gambaran umum tentang lokasi penelitian, identitas konseli, biografi dan masalah konseli. Untuk melakukan proses pengumpulan data, maka peneliti bisa melakukan tabel seperti berikut:

Tabel 1.1

Jenis Data, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1.	Gambaran tentang lokasi penelitian	Informan + Dokumentasi	W+O+D
2.	Deskripsi tentang konseli dan masalah konseli	Konseli + Konselor + Informan + Dokumentasi	W+D
3.	Kondisi konseli sebelum proses konseling	Konselor + Konseli + Informan	O+W
4.	Proses konseling	Konselor + Konseli	W
5.	Home Visit	Informan	W+O
6.	Hasil dari proses konseling	Konselor + Konseli	W+O

Keterangan:

TPD :Teknik Pengumpulan Data

O :Observasi

W :Wawancara

D :Dokumentasi

[24] Prof. Dr. Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Yogyakarta, PT Rineka Cipta, 2002), hal. 206

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. Teknik Menganalisa Data

Analisis data kualitatif adalah upaya penyusunan, memilah dan sebagai pemilihan data yang banyak diperoleh dari berbagai sumber ketika mengumpulkan data. Namun, dalam penelitian kualitatif, tidak ada metode khusus untuk menganalisis data sehingga sulit bagi peneliti untuk melakukan penganalisian data. Namun dalah hal ini, data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dokumentasi, catatan lapangan dan bahan-bahan yang lain akan disusun secara sistematis sehingga mudah untuk dipahami.

Penganalisian data dilakukan dengan cara menjabarkan data-data ke dalam sebuah unit, mongorganisasikannya, menyusunnya dalam sebuah bab atau pola agar bisa dipelajari dan mampu membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Analisis data kualitatif haruskan dilakukan sebelum memasuki lapangan berdasarkan data yang diperoleh. Ianya bersifat induktif sehingga data yang diperoleh berkembang menjadi hipotesis dan dengan penginduktifan data tersebut maka bisa membenarkan atau ditolaknya hipotesis yang sudah dibuat berdasarkan data yang dikumpul.[25]

Oleh karena penelitian ini bersifat studi kasus maka analisis data yang digunakan adalah deskriptif-komparatif yakni dengan mengolahkannya sehingga dapat membandingkan proses Bimbingan

[25] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 243-245

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

Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* secara teoritik dengan proses Bimbingan Konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* di lapangan sehingga bisa menilai dan mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling.

7. Teknik Keabsahan Data

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan adalah peneliti dalam melakukan penelitian ini berpartisipasi dalam mengumpulkan data dibutuhkan waktu relatif yang lama demi mendapatkan kesahihan data.

b. Ketekunan Pengamatan

Ketekunan pengamatan adalah peneliti melakukan observasi beserta interpretasi yang benar terhadap sesuatu dan ia membutuhkan tingkat observasi yang tinggi. Antara lain adalah dengan membaca buku, artikel dan sebagainya terkait dengan permasalahan maupun hal yang terkait dalam penelitian yang dilakukan.[26]

c. Triangulasi

Triangulasi adalah cara pengecekan data dengan menggunakan sumber-sumber seperti sumber yaitu dari orang,

[26] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 272

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

triangulasi teknik dimana data diperoleh melalui wawancara didiskusi lebih lanjut dengan kuesioner, observasi dan lain-lain. Manakala Triangulasi waktu adalah dimana waktu yang dimanfaatkan oleh peneliti untuk mengumpulkan data.[27]

G. Sistematika Pembahasan

Dalam pembahasan skripsi ini, peneliti akan membahas 5 BAB dengan susunan sebagai berikut:

a. Bagian Awal

Bagian Awal terdiri dari judul penelitian (Sampul), Persetujuan Pembimbing, Pengesahan Tim Penguji, Motto, Persembahan, Pernyataan Otentisitas Skripsi, Abstrak, Kata Pengantar, Daftar Isi dan Daftar Tabel.

b. Bagian Inti

Bab pertama yaitu pendahuluan. Dalam bab ini meliputi : Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode Penelitian yang meliputi Pendekatan dan Jenis Penelitian, Sasaran dan Lokasi Penelitian, Jenis dan Sumber Data, Tahap-tahap Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data, Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data dan terakhir yang termasuk dalam pendahuluan adalah Sistematika Pembahasan.

[27] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung, Alfabeta, 2011), hal. 273-274

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

Bab kedua berisi tentang kajian teoritis mengenai judul dari penelitian yaitu “Bimbingan Konseling Islam dengan menggunakan Solution Focused Brief Therapy dalam Menangani Stres seorang Wanita Mualaf atas Penolakan Dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia. Bab ini meliputi Bimbingan dan Konseling Islam, pengertian bimbingan konseling Islam, tujuan dan fungsi bimbingan konseling Islam, asas-asas bimbingan konseling Islam, langkah-langkah bimbingan konseling islam dengan menggunakan *Solution Focused Brief Therapy* dalam menangani stres wanita muallaf atas penolakan dakwahnya.

Bab ketiga berisi penyajian data. Di dalam penyajian data, meliputi tentang deskripsi umum objek penelitian yang dipaparkan secukupnya agar pembaca mengetahui gambaran tentang objek yang akan dikaji dan deskripsi lokasi penelitian meliputi hasil penelitian. Pada bagian ini dipaparkan mengenai data dan fakta objek penelitian, terutama yang terkait dengan perumusan masalah yang diajukan.

Bab keempat pula analisis data. Berisi tentang pemaparan hasil penelitian yang diperoleh berupa analisis data dari faktor- faktor, dampak, proses serta hasil pelaksanaan bimbingan konseling islam dalam menangani stres seorang wanita muallaf atas penolakan dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak sehingga dapat diperoleh apakah bimbingan konseling Islam dengan *Solution Focused Brief Therapy* bisa mengatasi masalah stres wanita muallaf 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

Bab kelima adalah penutup. Penutup terbagi kepada 2 poin, yaitu kesimpulan dan saran. Bagian Akhir berupa Daftar Pustaka, Lampiran-lampiran dan biodata peneliti.

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