BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dan makhluk lain di alam semesta ini diciptakan Allah SWT dengan tujuan tertentu dan bukanlah tanpa maksud. Manusia tidak begitu saja dibuat tanpa memliki hakekat dan substansi. Untuk mengetahui hakekat penciptaan manusia maka kita perlu mengetahui asal penciptaan manusia terlebih dahulu.

Seperti mana yang kita ketahui bahwa Allah menciptakan Adam A.S sebagai manusia pertama dan memberinya tugas di muka bumi. Tidak ada yang menunjukkan inayah Rabbaniyah terhadap manusia ini dibandingkan pemuliaan Allah yang diberikan kepada manusia sejak awal penciptaan nabi Adam dan sujudnya malaikat kepadanya.[1] Allah Ta'ala berfirman:

فَتَلَقَّىٰٓ ءَادَمُ مِن رَّبِّهِۦ كَلِمَٰتٍ فَتَابَ عَلَيۡهِۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلتَّوَّابُ ٱلرَّحِيمُ ٣٧

37. kemudian Adam menerima beberapa kalimat dari Tuhannya, Maka Allah menerima taubatnya. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang.

Manusia juga mendapatkan kemulian dengan kebagusan bentuk penciptaannya. Manusia diistimewakan lagi dengan nikmat akal yang dipersiapkan sebagai wadah bagi ilmu dan pengetahuan serta pembeda antara kebaikan, keburukan, manfaat, dan madharat.

[1] Dr. Nadiah Thayyarah, *Buku Pintar Sains Dalam Al-Quran* (Jakarta: Zaman, 2013) hal. 182.

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 dalam Al-Quran kita bisa temukan banyak ayat yang berbicara tentang penciptaan Adam A.S.

Oleh kerana sifat manusia itu bermacam-macam berdasarkan sifat tanah, ada yang memiliki keperibadian yang lembut dan seperti tanah yang subur. Ada pula yang memiliki keperibadian yang sulit dan keras, seperti tanah kering yang tak dapat menumbuhkan tanaman dan tidak mengandung air. Ada yang memiliki keperibadian sombong dan keras kepala. Sifat manusia itu bermacam-macam sesuai dengan sifat-sifat tanah yang menjadi bahan penciptaan Adam.[2]

Berbeda dengan ruh atau jiwa tidak dapat dilihat karena bukan merupakan benda, jasad, jisim atau sesuatu yang bediri di atas benda, seperti warna, karena dia bukan benda maka ruh tidak tersusun dari beberapa unsur. Karenanya ruh adalah simple, tidak berubah, dan tidak dapat rusak. Setiap benda mahupun jasad selalu berubah dan dapat menjadi rusak. Ruh merupakan satu yang mulia dan berdarejat tinggi, sedangkan badan suatu yang rendah dan hina. Ruh mempunyai sifat-sifat ketuhanan, tidak dapat lenyap dan rusak, sekalipun sudah bercerai dari badan. Hanya badanlah yang dapat rusak bila bercerai dengan ruh. [3]

Sebuah video dari AsapSceince menjelaskan proses yang terjadi dari saat kematian hingga fase akhir pembusukan. Pada detik awal kematian, oksigen dalam tubuh kita langsung habis dan aktivitas otak menjadi terhenti. Kemudian,

---

[2] Dr. Nadiah Thayyarah, *Buku Pintar Sains Dalam Al-Quran* (Jakarta: Zaman, 2013) 216

[3] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta, Darus Sunnah Press: 2015), hlm. 73.

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

saraf-saraf kemudian berhenti beroperasi, dan otak berhenti memberi sinyal dan saraf yang mengatur berbagai fungsi tubuh meski beberapa bagian mungkin masih tetap berfungsi selama beberapa menit. Tubuh yang telah ditinggalkan ruh biasanya akan terlihat pucat, terutama pada orang-orang yang berkulit cerah. Ini disebabkan olah tidak adanya aliran darah, dan hal itu semakin jelas kelihatan dalam 15 hingga 20 menit setelah kematian. Jantung tak lagi memompa darah sehingga sirkulasi darah terhenti dan gravitasi menarik semua darah ke bagian terbawah tubuh. Beberapa hari selepas kematian, bakteri yang tidak membutuhkan oksigen untuk hidup di dalam saluran pencernaan memakan organ-organ perut dan ini adalah proses yang menimbulkan bau busuk, dan dikenal dengan istilah pembusukan. Lalat kemudian bertelur dan membuat jaringan tubuh yang busuk dan langsung menetas menjadi larva dalam sehari. Antara 20 hingga 50 hari setelah kematian, terjadi pembiakan jamur dan apa pun bagian tubuh yang tersisa akan dimakan oleh tanaman dan hewan dalam waktu beberapa tahun, termasuk kerangka. Dan ini sedikit membuktikan bahwa ruh bukanlah sesuatu yang bisa rusak seperti tubuh.[4]

Ruh didalam badan berdiri sebagai raja, memerintah, sedangkan badan sifatnya hanya diperintah. Baiknya tubuh bergantung kepada baiknya keadaan ruh seseorang. Begitu juga sebaliknya. Bila hidup manusia dipenuhi dengan dosa, kekejian, dan kejahatan, tidak memikirkan selain makan, minum dan tuntutan syahwat, maka setelah berpisah dengan badan, ruhnya tak dapat

[4] Top 5 Regrets Before Dying, What Happens After You Die?://Youtube.be/JWZ1DAXtQxc

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

menempati tempat bahagia, keadaanya susah, selalu dalam penderitaan dan penyesalan berkepanjangan.[5]

Adapun ruh-ruh yang mulia dan baik, yang semasa hidupnya bersih dari dosa-dosa, kesalahan, dan kejahatan, maka ruh yang seperti itu terus menuju ke alam yang tinggi dan mendapat ganjaran daripada Rabnya.

Telah dijelaskan juga bahwa jasad hanyalah satu komponen untuk ruh itu memerintah. Tugas jasad hanyalah diperintah. Manakala tugas ruh adalah memerintah. Namun ruh yang sihat hanya akan dihidupkan oleh hati yang bersih dan suci. Adapun ruh yang buruk dan suka akan maksiat dimatikan oleh hati yang kotor dan senantiasa membuat kezaliman.

Daripada ruh dan hati yang bersih, maka akan muncul lah amal-amal dan perkara yang baik pula akan dilaksanakan oleh tubuh ataupun jasad. Namun, hal yang buruk akan terjadi bila mana ruh dan hati yang kotor memerintah tubuh bagi melakukan hal yang bercanggah dari perintah Rabnya.

Darimana munculnya tindakan-tindakan ini? Jika tindakan seseorang muncul dari perasaan yang berpusat pada hatinya, maka yang menggerakkan perasaan ini adalah pikiran. Pikiran adalah pijakan pertama untuk bertindak. Sejauh mana keyakinan akal terhadap sesuatu, berarti sejauh itu pula pengaruhnya terhadap perasaan. Harus diketahui juga bahwa pikiran adalah pemerintah dari semua tindakan. Tindakan tindakan adalah akibat langsung dari apa yang ada didalam fikiran kita. Dan terbukti juga bahwa pemikiran yang baik

[5] Ibnu Taimiyah, *Tazkiyatun Nafs* (Jakarta, Darus Sunnah Press: 2015), hlm. 156.

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

akan menzahirkan perbuatan yang baik. Jika yang difikirkan adalah negative maka tindakannya juga akan turut negative sehingga akan memberi kesan yang negatif dalam kehidupan seharian kita. Pikiran menghasilkan buah pikiran yang baik serta kehidupan yang mulia dan bermanfaat untuk orang sekeliling. Pikiran menentukan kehidupan kita dan manusia adalah apa yang dipikirkan. Yang berkuasa mutlak bagi membentuk struktur peribadi, akal, tidak lain tidak bukan adalah pilihan daripada kita sendiri. Dalam waktu yang sama juga kita bisa memperbaiki keterampilan atau kemampuan dalam menanggung beban masalah atau berlatih agar lebih sabar dalam menghadapi kesulitan mahupun masalah.[6] Kita dapat belajar bagaimana memandang berbagai masalah dari berbagai sisi yang berbeda serta belajar untuk memahami sudut pandang orang lain. Kita juga bisa menjadi lebih pandai dalam merungkai pertanyaan dan memilahnya. Berbalik semula kepada setiap manusia itu mempunyai ciri keperibadian yang berbeda sepertimana yang telah dibahas pada awal pembahasan ini, bahwa semua manusia memiliki kemampuan dan karakterestik, namun masing-masing berbeda antara satu dengan yang lain. Jika dilihat dari fisik, hampir tidak ada perbedaan yang tampak dari pancaindera, kecuali pada tingkat adanya karakteristik dan kemampuan setiap individu.

Ketika berbicara dan menyentuh tentang aspek pola pikir, kemampuan serta karakteristik setiap individu sangat menarik juga untuk menyentuh tentang

[6] Rizal Ibrahim, *Rahasia Hati, Pikiran, & Perilaku Muslim Kaffah* (Jogjakarta, Garailmu: 2009), hal. 96.

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

"Creative Process" yaitu satu proses dimana apabila munculnya masalah yang dihadapi oleh individu, secara tidak langsung individu yang kreatif bisa membuat hipotesis-hipotesis awal dan diakhiri dengan mewujudkan hasil kreativitas serta diikuti oleh aktivitas-aktivitas pemikiran dan kemampuan untuk metransformasikan berbagai data dan membuat hubungan antara unsur-unsur kognitif, juga dinamika kehidupan, emosional, dan seluruh faktor personal.[7]

Hal yang telah disepakati oleh ilmiah dan merupakan konsepsi baru tentang kreativitas bahwa semua orang memiliki kemampuan dan ciri-ciri yang dibutuhkan dalam berkreasi, namun terdapat perbedaan dalam kadar kemampuan pada tiap-tiap individu.tidak ada perbedaan antara individu manusia kecuali pada tingkatan kemampuan ciri khas yang mereka miliki. Dengan arti kata lain, perbedaan individu yang ada pada individu adalah perbedaan pada level, bukan pada jenis atau bukan karena kualitas yang ada pada sesorang. Disimpulkan bahawa orang-orang yang kreatif diberikan kemampuan yang lebih besar oleh Allah SWT.

Ketika muncul dalam diri seseorang sifat kreatif dan pembaikan pada dirinya untuk bisa beprestasi secara maksimal pada diri, keluarga, masyarakat dan lingkungan itu diawali dengan bagaimana diri individu terlebih dahulu yang dimana ketika dihadapkan permasalahan atau ujian, bagaimana stimulus ataupun respon dari seseorang tersebut untuk bisa beradaptasi baik di lingkungan. *Self Evaluation* ataupun evalusi diri dalam terapi ini pada dasarnya diterjemahkan

[7] Yusuf Abu al-Hajjaj, *Kreatif Atau Mati* (Surakarta, al-jadid: 2010), hal. 23.

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

sebagai bagaimana seseorang dalam memahami berbagai masalah dan mendiskusikannya dengan lapang dada serta menghadapinya dengan pikiran positif dan bijaksana. Justru karena tantangan serta hambatan emosi itu, individu yang kreatif secara tidak langsung akan membentuk diri untuk tergerak maju, membuat komitmen, mengambil resiko, membuat keputasan tanpa dipengaruhi unsur-unsur negative yang cenderung kepada keputusan serta memandang hidup sesuatu yang tidak bisa berubah seandainya tidak dirubah dengan tangan sendiri.[8]

Terapi *Creative Process* dicetuskan oleh Graham Wallas. Menurut Wallas, proses kreativitas terbagi menjadi lima fase yang berkesinambungan, yaitu fase persiapan, fase inkubasi, fase intensitas, fase iluminasi, dan fase aktualisasi.[9] Pemikiran kreatif biasanya dimulai bersamaan dengan suatu masalah. Secara spesifik masalah tersebut adalah salah satu aspek yang tidak sempurna. *Creative Process* yang akan dibahas adalah tipikal orang yang senantiasa mencari solusi dengan caranya sendiri berdasarkan observasi serta kesimpulan daripada tantangan mahupun masalah yang dihadapi seseorang. Mereka yang berada dalam kategori ini cenderung berfikir positif serta melihat ke depan untuk maju dan tidak menjadikan masa lalu atau sekarang sebagai penghambat kreativitas. Motivasi mereka akan muncul karena tingkat

[8] Anthony Dio Martin, *Smart Emotion* (Jakarta, PT Gramedia, 2014), hal. 77
[9] Yusuf Abu al-Hajj, *Kreatif Atau Mati* (Surakarta, al-jadid: 2010), hal. 32

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

kepercayaan serta tingkat kreativitas akan kemampuan mereka selalu mengarah ke sisi positif.[10]

Oleh karena penelitian ini berfokus kepada faktor kejiwaan yang dialami oleh objek, penulis hanya menampilkan ciri-ciri dampak negative itu dari sisi psikis. Ciri-ciri ini kelihatan pada objek apabila klien sering bersendirian di dalam kamar. Diantara gejala yang kelihatan pada diri objek adalah, emosi tidak stabil, merasa rendah diri, tidak tahu kelebihan diri, sering fokus pada kelemahan diri, sering melamun, amsonia, bingung pada diri sendiri dan lain-lain.[11] Dan konselor menyimpulkan bahwa konseli sedang menghadapi patologis kejiwaan yaitu kurang percaya diri disamping keliru dengan identitas diri. Konseli juga seperti mahasiswa yang lain dimana ingin membanggakan keluarganya dan hasrat untuk cepat lulus pasti ada pada jiwanya. Namun terdapat beberapa hambatan pada diri konseli yang mengakibatkan proses untuk meningkatkan kualitas peribadi menjadi terhambat. Sebagai seorang mahasiwa, konseli dalam terapi ini konselor akan menggunakan Terapi *Creative Proses* dalam mengembangkan konsep percaya diri.

Haziman Mahathir, seorang mahasiswa yang berkuliah di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel diposisikan menjadi obyek penelitian. Setelah menjalankan beberapa sesi awal, konselor menyimpulkan bahwa klien mempunyai patologi kejiwaan yakni kurang percaya diri. Fakta ini dibuktikan

[10] Yusuf Abu al-Hajj, *Kreatif Atau Mati* (Surakarta, al-jadid: 2010), Hal. 43

[11] Dr Majdi Hilali, *Mengubah Hal-Hal Negatif Dalam Diri* (Jakarta: Samara Publishing, 2008), hal. 37

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

lagi dengan konselor juga mengenali klien dari awal perkuliahan sehingga sekarang. Klien menceritakan juga, bahwa beliau kurang percaya diri apabila disuruh untuk tampil kehadapan ketika presentasi kelas sedang berlangsung atau berjalan. Klien mudah berasa grogi apabila disuruh berbuat demikian. Namun konselor bisa melihat klien sebagai seorang yang berpotensi bagi mengembangkan konsep percaya diri diatas bakat klien ke amat cenderung kearah musik. Kerap beberapa kali klien meng-*upload* video klien bermain alat musik di media-media sosial terutama di *Facebook* dan *Instagram.*

Untuk mencapai tujuan tersebut, maka peran konselor yang profesional mampu membimbing pemecahan masalah melalui terapi *Creative Process*, maka perlunya keprofesional seorang pemberi terapi pada konseli terhadap masalah emosional dan rasa kurang percaya diri tersebut supaya bisa mengembangkan kekreativitisan dalam diri konseli dalam menangani masalah yang dihadapi. Pemberi terapi pada terapi ini harus mampu memahami pemikiran kreatif itu seperti apa dan mempelajari bagaimana cara mempositifkan diri dalam menanggapi masalah individu tersebut dan memandang kepada kemajuan diri, pilihan cara memikirkan masalah serta bagaimana berfikiran kreatif dalam menyelesaikan masalah, maka dengan itulah individu semakin percaya diri.

Dari pendapat di atas, konselor mengambil inisiatif memberikan *motivational quote, inspiration video,* serta *self evaluation* berharap ianya dapat dijadikan satu media atau penggerak emosi konseli bagi membantu konseli dalam membangun atau memperkembangkan tahap kreativitas konseli. Daripada

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

obyek dorongan itu tadi diharapkan bisa membantu konseli untuk berubah dan dengan adanya panduan oleh konselor yang mahir dan kreatif serta profesional dalam memperhatikan setiap gerak tubuh, kalimat-kalimat yang merespon.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang diuraikan tersebut, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana proses Terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri terhadap seorang Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA)?
2. Bagaimana Hasil dari pelaksanaan Terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri terhadap seorang Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA).

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan yang telah di uraikan di atas maka tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri terhadap seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Surabaya (UINSA).

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. Mengetahui respon dari konseli setelah dijalankan Terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri terhadap seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Surabaya (UINSA).

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini diharapkan agar seperti berikut :

1. Manfaat dari segi teoritis
   a. Dengan dilaksanakan penelitian ini maka diharapkan agar ia berguna bagi pengembangan terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri dikalangan mahasiswa maupun masyarakat umum yang mengalami problema yang diakibatkan masa lalu yang tidak menyenangkan secara teoritis di bidang konseling Islam.

2. Sebagai sumber dan referensi bagi Program Bimbingan dan Konseling Islam khususnya dan bagi mahasiswa secara umumnya tentang fungsi terapi *"Creative Process".* Manfaat dari segi praktis.
   a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiwa agar bisa mengembangkan konsep percaya diri.
   b. Bagi Konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik pendekatan menggunakan Terapi *"Creative Process"* yang afektif dalam mengembangkan konsep percaya diri agar bisa beradaptasi

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 baik serta perubahan pada diri konseli setelah menjalani terapi yang dihadapi oleh mahasiswa.

E. Definisi Konsep

Dalam perbahasan ini, peneliti haruslah membatasi dari sejumlah konsep agar mudah dipahami dan agar memperoleh kejelasan dari judul yang akan diangkat yaitu Terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri terhadap seorang mahasiswa Universitas Islam Negeri Surabaya (UINSA).

Untuk memperjelas variable dalam peelitian ini, yaitu bagaimana mengimplemintasi terapi *"Creative Process"* dalam mengembangkan konsep percaya diri pada diri klien. Menurut Yusuf abu al-Hijjaj menyimpulkan dalam bukunya bahwa kreativitas adalah bakat yang kita punyai dan anugerah yang diberikan kepada orang tertentu yang sangat terbatas. Namun setiap orang bisa mempelajari bagaimana cara menjadi orang yang lebih kreatif dan menggali talenta kreativitasnya.

1. Pengertian *Creative Process*

Albert Rothenberg, merupakan seorang psikiater dari Amerika yang telah mempelajari serta mengkaji tentang *Creative Process* sekian lamanya. Dalam tinjauannya, Albert Rothenberg menyimpulkan dalam kata-kata beliau bahwa *"Creative Process involve a constant bringing together and*

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

separating, separating and bringing together, throughout their course"[12] yang membawa arti, proses kreativitas adalah merupakan perbuatan terus-menerus, mengasingkan dan mencantumi, mancantumi dan mengasingkan dalam pelbagai dimensi. Tambah beliau lagi *"The Creative thinker uses ordinary problem solving but approaches large question in his field by separating out and bringing together key factors underlying controversy and confusion"*[13] yang membawa arti, Seorang pemikir yang kreatif biasanya membuat hipotesis-hipotesis berdasarkan masalah yang dihadapi dengan menggunakan cara memisahkan dan mencantumkan kata-kata kunci dari masalah yang ada bagi mencapai satu solusi. Pemikir yang kreatif adalah tipikal orang yang memiliki kemampuan untuk menghadapi kemampuan yang embigu, kemampuan untuk *open-minded*, berani mengambil resiko, suka bertanya, sabar, tidak terburu-buru dalam mengambil keputusan, fleksibel, dan memperlihatkan empati.[14] Mereka yang tergolong dalam golongan yang kreatif ini, ketika mengalami kegagalan akan kembali mecoba dan belajar dari kesalahan atas kegagalannya dengan menyelesaikannya dengan cara yang lebih fleksibel

[12] Albert Rothenberg, *The Creative Process Of PsychoTherapy* (USA: Kennedy Drive, 1988), hal. 373

[13] Albert Rothenberg, *The Creative Process Of PsychoTherapy* (USA: Kennedy Drive, 1988), hal 471

[14] Patti Digh, Creative Is A Verb, (USA: Globe Pequet Press, 2011), hal 208

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 kreatif. Motivasi mereka akan mucul karena tingkat kepercayaan akan kemampuan mereka selalu mengarah ke sisi positif.[15]

Menurut Alan J. Rowe mengambil daripada salah satu karya ilmiahnya, beliau menyatakan bahwa, *"Creative reflects how we perceive the world around us. It is concerned both with the way we do things and the outcome or result achieved"*[16] yang membawa arti kekreativitas berdampak bagaimana kita melihat dunia di sekeliling kita. Pentingnya perkara ini dengan perkara yang kita lakukan akan memberi hasil dalam kehidupan kita.

Creative berarti membuat satu perkara yang baru atau berinovasi dan *Process* merupakan urutan atau pelaksanaan atau kejadian yang saling terkait yang bersama-sama mengubah masukan menjadi keluaran.

2. Implementasi Terapi *Creative Process*

Kreativitas adalah salah satu bentuk aktivitas manusia yang berguna bagi kehidupan. Dan setiap individu harus mengembangkan kreativitas yang kita miliki. Manusia yang kreatif juga biasanya adalah orang yang menciptakan hal baru yang tidak didahului oleh orang lain. Dalam waktu yang sama, orang yang kreatif itu tidak berbeda dengan orang yang lain dari segi fisiknya akan tetapi orang yang kreatif ini memiliki karakter dan kemampuan inovatif. [17]

---

[15] Yusuf Abu al-Hajjaj, *Kreatif Atau Mati* (Surakarta: al-jadid, 2010), hal. 30
[16] Alan J. Rowe, Creative Intelligence (New Jersey : Pearson Prentice Hall, 2004), hal. 6
[17] Yusuf Abu al-Hajjaj, *Kreatif Atau Mati* (Surakarta: al-jadid, 2010), hal. 48

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

Dibuktikan juga bahwa, kreativitas itu merupakan pilihan untuk individu untuk mengubah corak hidup peribadi selama ia mendapatkan kemampuan dan pengetahuan yang dibutuhkan untuk bekreasi dan berusaha sekuat tenaga untuk mengebangkan potensinya. Terlebih dahulu akan dijelaskan rincian tentang apa saja yang dikupas didalam Terapi *Creative Process* yang fokusnya bagi mengembangkan konsep percaya diri pada individu mahupun klien.

a. Prosedur *Creative Process*

Proses kreativitas dapat didefinisikan secara ilmiah sebagai gejala psikologis internal untuk aktivitas berkreasi yang meliputi saat tertentu dan dinamika psikologis. Dimulai dari munculnya masalah atau membuat hipotesis-hipotesis awal dan diakhiri dengan mewujudkan hasil kreativitas serta diikuti oleh aktivitas-aktivitas pemikiran dan kemampuan untuk mentransformasikan berbagai data dan membuat hubungan antara unsur-unsur kognitif, juga dinamika kehidupan dan seluruh faktor personal. Namun sebelum kita pergi kepada prosedur *Creative Process* ini, mari kita ketahui dan pelajari dahulu apakah yang menyebabkan berlakunya hambatan kepada pola pikir untuk bertindak kreatif. Hambatan untuk kreatif sebenarnya banyak disebabkan oleh peribadi masing-masing

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

semisalnya menanam pola pikir yang menghambat kreativitas. Sering kali individu merasa bosan dari melakukan pelbagai ativitas harian. Padahal seseorang bisa menggali potensi diri dan memunculkan ide kreatif dari hal yang sebelumnya tidak terduga saat merasa bosan.

Faktor penghambat yang lainnya adalah punya rasa benci dalam diri. Sekali kita memikirkan perasaan benci itu, otak akan secara otomatis mengelak segala hal yang sudah termasuk dalam peringkat benci. Sebaiknya katakan kurang menarik, lantas temukan hal yang bisa menarik perhatian untuk memunculkan kreativitas. *Mindset* aku tidak bisa merupakan salah satu faktor penghambat kreativitas. Seringkali individu berkata bahwa mereka tidak bisa selepas mereka berusaha. Sebab, sekali kita menanamkan pola pikir seperti itu, tubuh akan menolak segala hal yang sedang anda lakukan dan usahakan. Sering kali katakan kepada diri sendiri bahwa kita bisa demi meningkatkan kepercayaan diri. Sulit mengakui kesalahan diri sendiri merupakan satu virus yang juga bisa menjadi penghambat kepada kreativitas. Karna situasi seperti ini akan membuatkan individu merasa tidak nyaman dengan diri sendiri mahupun lingkungan dan menyebabkan proses berfikir kreatif terhambat karena gagal bepikir secara jernih.[18] Setiap individu mempunyai potensi untuk menjadi lebih kreatif. Namun ia bukanlah merupakan hak mutlak bahwa

[18] Leonard M S Young, *Kreativiti Kearah Membentuk Masyarakat Kreatif,* (Kuala Lumpur, Arena Buku, 1993), hal. 61

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

kreatif ini bukanlah terjadi kepada semua orang. Ia nya berkait rapat dengan perkembangan ide, perasaan, pemikiran, pengalaman dan keinginan seseorang. Adapun prosedur terapi *Creative Process* dalam kajian ini segalanya berdasarkan pemerhatian lapangan dari konselor kepada konseli. Bagi konseli, konselor melihat serta menilai bahwa, konseli merupakan seorang yang mempunyai bagi memperkembangkan tingkat kreativitasnya.

Klien merupakan seorang yang gemar menghasilkan pelbagai hasil seni melalui musik. Menurut kebanyakkan ahli, kreativitas seringkali dikaitkan dengan anak-anak kecil. Hal ini dikarenakan anak kecil biasanya bermain dengan ide dan memperlihatkan ciri-ciri kreatif secara bertahap pada setiap individu anak kecil. Albert Einstein, pemikir saintifik terkenal, menyatakan bahwa, perkara yang paling kreatif pada diri anak kecil adalah apabila mereka bermain dengan fikiran. Untuk memupuk peribadi yang kreatif pada klien, konselor seharusnya membentuk atau *reconstruct* kembali *mindset* klien. Adapun dari penelitian konselor, dikarenakan beberapa hambatan dari faktor lingkungan yang kurang mendukung klien menjadikan klien seorang yang lambat dalam perkembangan peribadi serta menjadikan dia seorang yang kurang percaya diri.

b. Teknik pelaksanaan Terapi *Creative Process*

1. Teknik *Self-Talk*

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

Selingman dan Reichenberg mendeskripsikan *Self-Talk* sebagai sebuah pembicaraan yang dimaksudkan untuk membangkitkan keberanian atau antusiasme positif yang diberikan sesorang kepada dirinya sendiri setiap hari. *Self-talk* adalah satu teknik yang dapat digunakan untuk menyangkal keyakinan yang tidak masuk akal dan mengembangkan pemikiran yang lebih sehat, yang akan menghasilkan *self-talk* yang lebih positif. *Self-talk* adalah satu metode dari orang-orang untuk menangani pesan negative yang mereka kirimkan kepada dirinya sendiri.[19]

2. Teknik *Deep Breathing*

Meskipun latihan pernapasan adalah teknik yang relative baru di budaya barat, mereka sudah lama sangat dihargai oleh budaya timur dan merupakan teknik *mindfullnes* yang lazim digunakan. Dengan teknik pernapasan yang betul dan terkendali, seseorang dianggap mampu mengontrol energy kehidupan dan menenangkan tubuh. Memperlambat serta mengkoodinasi pernapasan akan membantu mengurangi stress dan mendukung fokus. Seorang konselor profesional menyarankan teknik ini kepada seseorang yang sedang berusaha mengendalikan kecemasan atau mengelola stress yang mana bisa menghambat pemikiran yang kreatif. Teknik

[19] Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal. 223

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

ini juga digunakan untuk mengurangi gangguan kecemasan, depresi, serangan panic, ketegangan otot, sakit kepala, kelelahan dan pelbagai lagi.[20]

3. Teknik *Cognitive Restructuring*

Cognitive Reconstructuring adalah sebuah teknik yang lahir dari terapi kognitif. Teknik ini juga melibatkan penerapan prinsip-prinsip belajar pada pikiran. Teknik ini dirancang untuk membantu mencapai respon emosional yang lebih baik dengan mengubah kebiasaan dan pola pikir. Konselor yang profesional menggunakan teknik ini dengan klien yang membutuhkan bantuan untuk mengganti pikiran dan interprestasi negative dengan pikiran dan tindakan yang lebih positif. Salah satu variasi teknik ini mengharuskan klien untuk menyadari akan dan membuat catatan harian tentang pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan sebelum, selama, dan setelah mengalami sebuah insiden yang penuh tekanan.[21]

Dengan adanya bantuan teknik-teknik ini diharapkan akan bisa memudahkan proses konseling supaya bisa berjalan dengan lebih

[20] Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), Hal. 156

[21] Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor,* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), Hal. 255

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

lancar. Seperti yang telah dibahas di atas, faktor utama yang menghambat kreativitas seseorang tidak lain tidak bukan sudah semestinya dari pola pikir seseorang. Dengan fokus penelitian ini dalam mengembangkan tingkat percaya diri pada klien, konselor menggangap bahwa, kepercayaan diri merupakan faktor yang penting untuk mengembangkan bepikir secara kreatif. Kepercayaan diri tersebut membantu keterampilan kreatif pada seseorang untuk tumbuh dan meningkat. Sebaliknya lemahnya kepercayaan diri membuat pikiran seseorang bimbang, gelisah, terganggu serta membuat pikiran seseorang merasa takut gagal, sehingga menjauhi risiko dan tidak berani mencoba hal-hal baru. Dengan demikian lemahnya kepercayaan diri seseorang membatasi proses berpikir, tindakan dan perilakunya.

Kepercayaan diri memiliki arti bahwa, seseorang memiliki pendangan yang positif dan realitas terhadap diri sendiri dan kondisinya. Cara berpikir seperti ini berarti bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk percaya kepada kemampuan dan keputusannya sendiri. Ini juga berarti bahwa ia memiliki kemampuan untuk mengendalikan kehidupannya dan berpikir bagaimana menjadi orang yang kreatif. Seiring dengan peredaran zaman, maka dengan adanya media-media yang serba canggih digunakan bagi membantu proses konseling ini, seperti pengunaan

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

motivational quote, inspiration video amatlah diharapkan keberhasilannya.

4. Percaya Diri Dan Kreativitas

Percaya diri adalah sejauh mana adanya keyakinan terhadap penilaian atas kemampuan untuk berhasil. Percaya diri juga adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilian (*Judgement)* diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang afektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuan dalam menghadapi lingkungab yang senakin menantang dan kepercayaan atas keputusan pendapatnya. Percaya diri yang perlu kita fahami juga mucul karena lingkup pada diri berada dalam kebenaran yang nyata. Kualitas kepercayaan diri berbanding lurus dengan kuatnya gubungan dengan Allah, meyakini Allah selalu bersama kita, mendukung dan membela kita. [22]

Berdasarkan berbagai pendapat yang terdapat dalam perkembangan konsep percaya diri yang telah dijelaskan, maka peneliti ingin menjelaskan bahwa di dalat Terapi *"Creative Process"* ini terapannya seperti pemberian unsur-unsur positif dan sesuatu mengubah pola pikir yang biasa kepada polah pikir yang kreatif dengan menggunakan *inspiration video* yang diharap bisa mengubah pola pikiri konseli yang tidak terbuka dan terhambat dengan sekitar agar keterampilan adaptasi diri bisa ditingkatkan dan semakin percaya diri..

[22] Nazhif Masyhur, *Living Smart* (Yogyakarta: 2007), hal. 201

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

F. Metode Penelitian

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

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Dalam penelitian ini, konselor akan menggunakan penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif atau disebut sebagai metode penelitian naturalistic dan etnografi merupakan sebuah penelitian yang dilakukan di ruang lingkup budaya, alamiah dan berlawanan dengan sikap eksperimental. Dalam metode penelitian kualitatif, intrumennya konselor itu sendiri 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 lebih jelas dan mempunyai makna.[23] metode deskriptif kualitatif ini adalah penggambaran secara kualitatif fakta, data, atau obyek material yang bukan berupa angka, melainkan berupa ungkapan bahasa atau wacana melalui interprestasi yang tepay dan sistematis. Metode deskriptif kualitatif membuang jauh hipotesis atau asumsi dan mengubahnya menjadi "perumusan masalah" yakni dalam rangka menerang jelaskan fenomena-fenomena secara

[23] 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

praktis atau dalam rangka menyusun atau merumuskan teori, prinsip, konsep, atau pengetahuan baru berdasarkan data yang dikumpulkan oleh peneliti.[24]

Jenis penelitian yang akan digunakan oleh konselor 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 kelaurga dan juga kelompok yang dilabelkan seperti "geng" tertentu.[25]

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

2. Sasaran dan lokasi penelitian

Subjek penelitian adalah merupakan seorang mahasiswa Malaysia yang bernama Haziman Mahathir yang mengalami kurangnya percaya diri dan mengakibatkan kemunduran dalam menjalani kehidupannya yang diakibatkan faktor lingkungan yang kurang medukung. Lokasi penelitian ini akan dilakukan di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (UINSA). Konselor tertarik untuk meneliti karena konseli adalah seorang mahasiswa yang punya rasa yang kuat ingin mengubah dirinya kearah positif dan membantunya bisa berfikiran terbuka dan kreatif. Dalam waktu yang

[24] Wahyu Wibowo, *Cara Cerdas Menulis Artikel Ilmiah* (Jakarta: PT Kompas Media Nusantara, 2011), hal. 43-44

[25] 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

sama juga konselor ingin membantu konseli dalam memperbaiki hubungan dengan sekeliling sama ada budaya organisasi dan pergaulan sosial konseli. Konselor melakukan observasi yang bersifat observasi partisipatif yaitu peneliti terlibat serta dengan beberapa aktivitas sehari-hari orang yang sedang diamati sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka dukanya. Dengan observasi partisipan ini, maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tjam dan sampai mengetahui pada observasi penuh terhadap konseli baik dari segi emosi maupun latar belakang suasana lingkungannya.

3. Jenis dan Sumber data

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

a. Jenis data primer

Adalah data yang langsung didapat dari subjek yang diteliti yakni konseli yang mengalami lemahnya dalam keterampilan adaptasi diri dan mau meningkatkan rasa percaya dirinya berupa informasi dan data deskriptif. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data primer antara lain observasi dan wawancara.

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

Wawancara merupakan alat *rechecking* atau pembuktian terhadap informasi atau keterangan yang diperoleh sebelumnya. Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah wawancara yang mendalam. Wawancara mendalam (*In-Depth Interview)* adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab, bertatap muka antara pewawancara (konselor). Wawancara dilaksanakan di *Twin Tower Uinsa,* warkop dan media sosial dalam kondisi konseli yang kelihatan murung.

Pada awalnya konseli sulit untuk diwawancara, tetapi selepas beberapa minit dalam sesi konseling yang pertama, konseli mulai memberikan respond dan bersedia untuk menceritakan keadaanya. Menurut konseli dia adalah seorang yang berkeinginan untuk seperti anak-anak lelaki dewasa yang lain. Namun dirinya sering kali merasakan bingung dengan identitas diri dan terkadang merasakan pola pola pikir beliau tidak jauh bedanya dengan pola pikir anak yang belum dewasa. Dan kurangnya *skill* untuk beradaptasi serta terhambat dengan faktor lingkungan yang kurang mendukung menjadi hambatan buat konseli untuk terkadang bertahan dengan mempositifkan dirinya agar tidak berputus asa dalam memperbaiki dirinya dalam akademik juga dalam membangun peribadi yang sukses. Klien juga pernah menceritakan bahwa klien hampir-hampir pengen berhenti kuliah. Tetapi gara-gara tekanan dari rumah juga dimana ibunya pernah satu saat teman dekatnya

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 satu kuliah mengambil keputusan untuk berhenti dari mengikuti perkuliahan, serta klien juga memikirkan tanggungjawab yang diamanahkan kepadanya menyebabkan ia terkadang merasa tercabar dan merasakan terbeban untuk berkuliah namun dalam waktu yang sama ia tidak bisa meningkatkan kualitas dirinya dan kurangnya semangat untuk sukses dan mudah berputus asa.

b. Jenis data sekunder

Yaitu informasi atau data yang diperoleh dari lingkungan subjek penelitian seperti tertengga, keluarga dan tema konseli agar bisa mendukung dan melengkapi data yang telah diperoleh dari sumber data primer

Data sekunder adalah data yang diperoleh hasil dari wawancara dengan orang tua konseli dan temannya, Azmeer. Selesai wawancara, konselor mengetahui bahwa konseli biasanya sering duduk bersendirian. Klien juga sering mengasingkan diri apabila adanya rapat organisasi. Manakala dampaknya dari sisi psikologi seperti susah mendapat teman baru, sensitif terhadap perkataan orang lain, kadang-kadang hanya fokus kepada kelemahan diri, sering murung-murung sendiri yang akhirnya membawa kepada penyakit jiwa yaitu kurang percaya diri. Masalah ini bisa disebutkan probelmatik yang sering menggangu dirinya dalam kehidupan sehari-hari.

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. Sumber data

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

1) Sumber data primer yaitu langsung didapatkan dari lapangan yaitu konseli.
2) Sumber data sekunder adalah sumber yang diperoleh dari sumber kedua digunakan untuk memperkuat 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 eskplorasi yaitu tahap dimana seorang konselor harus melaksanakan penelitian sebelum terjun ke lapangan untuk melakukan penelitian, antara lain yaitu: menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan, menjajaki dan menilai keadaan lapangan tempat klien, memilih dan memanfaatkan informasi serta menyiapkan perlengkapan untuk melaksanakan penelitian.

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. Menyusun rancangan penelitian

Untuk menyusun rancangan penelitian, konselor hedaklah terlebih dahulu membaca bahan-bahan yang terkaitan dengan masalah penelitian yaitu bagaimana meningkatkan keterampilan konseli yang kurang percaya diri yang menjadi pola pikir seharian dalam menghadapi kehidupannya. Setelah memehami fenomena yang terjadi maka konselor membuat latar belakang masalah, tujuan penelitian, definisi konsep dan membuat rancangan data-data yang diperlukan untuk penelitian.

2. Memilih lapangan penelitian

Dalam hal ini, konselor sendiri salah seorang mahasiswa dalam Uinsa maka, konselor akan melakukan penelitian di tempat tersebut yaitu di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA) yang bertempat di Surabaya, Indonesia.

a) Menjejaki dan menilai keadaan lapangan

Konselor pada tahap ini adalah untuk menjejaki lapangan dengan tujuan untuk mengenali dengan lebih lanjut keadaan dan apa juga unsur yang ada di lingkungan sosial serta konseli dengan metode wawancara dan observasi agar konselor bisa meyiapkan perlengkapan yang akan diperlukan untuk melakukan penelitian dan mengumpulkan berbagai data di lapangan.

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) Memilih dan memanfaatkan informan

Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi, kondisi serta latar belakang dari sebuah kasus. Konselor dalam hal ini akan memilih temannya sendiri untuk menjadi informan. Informan yang pertama adalah teman-temannya klien sendiri, bagi menggali data-data dan kasus yang pernah terjadi kepada konseli. Dikarenakan konseli seorang yang bergiat aktif dalam bada organisai di kampus dan jarang dirumah, konselor memilih orang tua konseli sebagai informan kedua. Konselor akan dapat menggali data-data yang terkini tentang konseli.

c) Melengkapkan perlengkapan penelitian

Konselor meyiapkan segala hal yang akan digunakan untuk meneliti kelak seperti alat tulis, buku, perlengkapan fisik, izin dari konseli atau bahan-bahan yang lain untuk mendapatkan deskripsi data lapangan.

d) Persoalan etika penelitian

Etika penelitian adalah hal yanh menyangkut konseli seperti mengetahui latar belakang budaya konseli yaitu berasal dari agama islam, mempunyai tempat tinggal yang mayoritas beragama Islam, mengetahui budaya, adat-istiadat serta bahasa yang digunakan agar konselor sebagai seorang yang menghormati 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

b. Tahap pekerjaan lapangan

1. Memahami latar penelitian

Sebelum melakukan penelitian, konselor haruslah memahami latar penelitian terlebih dahulu serta mempersiapkan kemampuan diri dari segi fisik dan mental. Oleh karena itu, konselor harus mempersiapkan mental dan fisik serta yang paling utama adalah menjaga hubungan dengan Allah SWT agar terapi ini berjalan dengan lancar.

2. Memasuki lapangan

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

3. Berperan sambil mengumpulkan data

Konselor juga ikut berpartisipasi atau berperan aktif dalam penelitian tersebut yaitu dengan mengumpulkan data dan menganalisinya. Konselor disini akan mewawancarai secara langsung dengan teman-teman konseli dalam menjalani proses terapi serta terus menghubunginya melalui aplikasi *"Whatsapp"*, BBM, dan lain-lain. Secara tatap muka juga digunakan agar bisa memotivasi dan mendapatkan data yang secukupnya kemudian dianalisis.

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. Tahap analisis data

Suatu proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, katogori, dan satuan uraian dasar. Konselor menganalisis data yang dilakukan dalam sesuatu proses yang berarti pelaksanaannya sudah mulai sejak pengumpulan data dan dikerjakan secara itensif.

6. Teknik pengumpulan data

Tahap pengumpulan data adalah tahap yang paling penting sekali dalam melakukan penelitian karena sebuah penelitian tidak bisa dilakukan tanpa adanya data. Dalam pengumpulan data haruslah mengetahui tehnik-tehnik yang bisa digunakan untuk memperoleh data.

Adapun tehnik-tehnik pengumpulan data adalah seperti berikut:

a. Observasi

Observasi (pengamatan) menurut Nasution (1998), observasi merupakan dasar dari semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya bisa bergerak atau bekerja bedasarkan data yang diperoleh melalui observasi. Ia bertujuan agar peneliti mampu memhami konteks data dalam keseluruhan situasi sosial, memperoleh pengalaman langsung, bisa mengamati hal-hal yang kurang atau tidak diamati oleh orang lain.[26]

[26] 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

Observasi partisipatif yaitu peneliti terlibat dalam hampir semua kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian, sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka dukanya. Dengan observasi partisipan ini, maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam dan sampai mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang tampak dan konselor cenderung memilih observasi partisipatif yang partisipasi mederat dalam observasi inivterdapat keseimbangan antara konselor menjadi orang dalam dengan orang luar. Konselor dalam mengumpulkan data ikut observasi partisipatif dalam berapa kegiatan, tetapi tidak semuanya.

Dalam observasi, konselor menggunakan observasi tipe partisipasi, dimana observer terlibat langsung secara aktif dalam obyek yang diteliti. Hasil dari observasi, konselor mendapatkan ada beberapa faktor yang turut memperburuk kondisi konseli. Faktor yang pertama adalah lingkungan tetangga yang kurang kepedulian antara satu sama lain. Faktor yang kedua adalah kondisi lingkungan organisasi yang terlalu banyak hingga mungkin menyebabkan konseli menjadi penat dan kurang bertenaga. Faktor ketiga adalah konseli dilihat merupakan seorang individu yang introvert. Saat diajukan pertanyaan, konseli memandang 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

dengan sorotan mata yang kurang enak. Apabila berbicara, terkadang konseli seakan berbicara tetapi sukar memberi perhatian sepenuhnya pada awalnya.

b. Wawancara

Dalam penelitian ini, konselor akan menggunakan wawancara yang tidak terstruktur dimana konselor bebas untuk menanyakan serta melakukan sesi wawancara tanpa adanya pedoman. Wawancara tidak terstruktur sering digunakan untuk mendapatkan data atu informasi awal tentang permasalahan atau isu yang terkaitan dengan subyek penelitian. Untuk melakukan wawancara tidak terstruktu, konselor juga berperan sebagai pendengar untuk memperoleh data yang sebanyaknya. Wawancara seperti ini haruslah dirancang terlebih dahulu yakni dengan menghubungi konseli agar tidak mengganggu waktu dan kegiatan konseli. Dalam wawancara ini, konselor akan menanyakan hal-hal yang berupa garis besar dari permasalahan yang dihadapi oleh konseli.[27]

Wawancara tidak terstruktur juga di gunakan bagi mewawancara dua informan yang berbeda yaitu teman dan juga orang tua konseli. Dalam wawancara ini konselor akan menggali data tentang konseli dengan sebanyak mungkin.

[27]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

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode dengan mengumpul data mengenai hal yang berkaitan atau variable yang berupa catatan, transkrip, buku, majalah atau lain-lain yang bersangkutan dengan permasalahan konseli. Metode dokumentasu merupakan pelengkap dari penggunaan metode-metode sebelumnya yaitu wawancara dan observasi.

Data yang kelak akan diperoleh melalui metode ini merupakan gambara umum tentang lokasi penelitian, identitas konseli, biografi dan masalah konseli. Untuk melakukan proses pengumpulan data, maka peneliti bisa menggunakan dalam bentuk table. Konselor juga telah mengambil beberapa gambar ketika proses Terapi *Creative Process* dijalankan.

7. Teknik menganalisa data

Analisa data kualitatif adalah upaya penyusunan, memilih dan menyetori 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 dalam hal ini, data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dokumentasi, catatan lapangan dan bahan-bahan lainnya akan disusun secara sistematis sehingga mudah untuk dipahami.

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

Caranya adalah dengan menjabarkan data-data ke dalam sebuah unit, mengorganisasikannya, menyusunnya dalam sebuah bab atau pola agar bisa dipelajari dan mampu membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Analisis data kualitatif haruslah dilakukan sebelum memasuki lapangan bedasarkan data yang diperoleh. Hanya 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.[28]

Oleh karena penelitian ini bersifat studi kasus, maka analisis data yang digunakan adalah deskriptif-kualitatif yakni dengan mengolahkannya sehingga dapat dilihat dengan jelas. Terapi *Creative Process* diharapkan nantinya akan mengubah pola pikir klien dengan menggunakan terapi ini. Sehingga, bisa menilai dan mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah mendapatkan Terapi *Creative Process* yang membangun konsep percaya diri dengan memberi sesuatu yang positif seperti *self evaluation, motivational quote,* dan *Inspirational video* kepada konseli.

[28]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

8. Teknik keabsahan data

a. Perpanjangan keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan adalah konselor dalam melakukan penelitian ini turut berpartisipasi dalam mengumpulkan data yang dibutuhkan dengan waktu relative yang lama demi mendapatkan kesahihan data dari klien.

b. Ketekunan pengamatan

Ketekunan pengamatan adalah konselor melakukan observasi beserta interprestasi 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.[29]

9. Triangulasi

Triangulasi adalah cara pengecekan data dengan menggunakan sumber-sumber seperti sumber yaitu orang, triangulasi merupakan teknik dimana data diperoleh melalui wawancara didiskusikan lebih lanjut degan kuesioner, observasi dan lain-lain. Manakala, Triangulasi waktu adalah dimana waktu yang dimanfaatkan oleh konselor untuk mengumpulkan data.

[29] Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 272-274

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

Dalam penelitain ini konselor menggunakan beberapa metode seperti wawancara, observasi dan terjun langsung ke lapangan penelitian. Wawancara dilakukan langsung dengan konseli sendiri dan dua informan. Bagi wawancara, konselor mewawancara dengan sumber informan yang berbeda bagi mengesahkan data yang diperoleh. Selain itu, konselor juga menggunakan observasi, sebagai pengesahan data.

Jangka waktu yang digunakan untuk konselor dalam pemberian terapi ini adalah selama tiga bulan dimana bulan yang pertama konselor hanya melakukan sesi perkenalan budi pada klien dan juga mengobservasi bagi menggali data awal. Wawancara dan juga observasi hanya dilakukan oleh konselor pada bulan kedua dan ketiga. Akan tetapi, selama proses konseling dijalnkan, konselor memerlukan bantuan teman untuk memberi dorongan untuk membantu memerhatikan klien bagi melihat kondisi klien. Dengan harapan berkesannya Terapi *Creative Process* ini kepada klien agar ianya dapat membantu serta membimbing klien untuk mencari solusi dalam permasalahan yang dihadapi.

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