

## **BAB III**

### **PENYAJIAN DATA**

#### **A. Deskripsi Umum Lokasi Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

###### **a. Kondisi Geografis**

MA Bilingual adalah lembaga pendidikan yang berada dibawah naungan pesantren modern Al Amanah yang terletak di desa Junwangi, tepatnya di dusun Kwangen, Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo. Al-amanah adalah wujud idealisme dari pendirinya yaitu KH. Nurcholis Misbah. Tahun 1992 pesantren Al-Amanah resmi berdiri, dan baru tahun 1995 ada satu santri yang mukim. Sejak itu Al Amanah bekerja sama dengan Madrasah Tsanawiyah Negeri. Pagi hari santri sekolah di Madrasah Tsanawiyah, selebihnya mereka mendapatkan layanan pendidikan dari pesantren al anabah. Waktu terus berlalu, pelan-pelan konsep pendidikan yang di tawarkan mulai mendapat apresiasi, maka kini tahun 2007 jumlah santri yang sekolah di Tsanawiyah lebih dari 200 anak.

Evaluasi terus dilakukan, kecuali banyak manfaat ada beberapa kelemahan dalam kerjasama informal ini

- 1) Adanya beberapa mata pelajaran yang diajarkan “ganda” di sekolah dan pesantren. Ini jelas menambah beratnya beban santri.

- 2) Pergaulan santri dengan anak luar, yang tidak sama dengan dalam prinsip khususnya dalam disiplin, bahasa dan akhlak.
- 3) Kesulitan pesantren untuk memantau santri ketika di luar pesantren.
- 4) Adanya pembiayaan”ganda”, karena santri harus memenuhi kewajiban pada dua lembaga.
- 5) Kebajikan dua lembaga, kadang-kadang berbeda hingga sering ada kesalah fahaman.

Dengan beberapa latar belakang itu, Pesantren Modern Al-Amanah memutuskan untuk membuat lembaga setingkat SMA dengan nama Madrasah Aliyah Bilingual.

Madrasah Aliyah Bilingual merupakan *full day school* mulai jam 06.45-15.00 WIB yang dalam proses pendidikan dan pengajaran lebih menekankan pada *student oriented*. Sedangkan guru sebagai pembimbing, pecandu dan fasilitator menuju sumber-sumber ilmu. Dengan metode ini diharapkan siswa dapat lebih dewasa dan mandiri dalam belajar sehingga tumbuh kesadaran bahwa belajar bukan sebagai beban tapi sebagai sebuah kebutuhan. Pemahaman demikian akan menghantarkan siswa pada kesadaran dan penghargaan terhadap guru dan ilmu. Madrasah Aliyah Bilingual menggunakan kurikulum nasional, Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dengan penguatan muatan lokal sebagai crisis khas lembaga dalam lingkungan pesantren.

Madrasah Aliyah Bilingual menggunakan dua kurikulum, kurikulum kementerian agama dan kurikulum pesantren modern Al-Amanah. Kurikulum pesantren bertumpu pada kalimat Al-Qur'an dan bahasanya yang rincinya adalah mampu membaca Al-Qur'an dengan baik, mampu membaca dan menulis huruf arab, mampu menggunakan bahasa AL-Qur'an dalam percakapan harian, hafal sebagian ayat-ayatnya (3juz), mampu menerjemahkan Al-Quran dari awal hingga akhir dan mampu mengakses kitab-kitab tafsir dalam bahasa indonesia maupun Arab. Kedua kurikulum tersebut dihasilkan secara terpadu dengan *system full day school*. Karena itu proses pendidikannya 24 jam, selebihnya santri di bawah naungan pesantren.

## 2. Profil Sekolah

Dalam deskripsi ini data yang peneliti sajikan adalah mengenai obyek penelitian. Identitas MA Bilingual Sidoarjo.

- |                   |                                     |
|-------------------|-------------------------------------|
| a. Nama Sekolah   | : Madrasah Aliyah Bilingual         |
| b. Alamat / Desa  | : Jl. Junwangi- Krian No 43         |
| Kecamatan         | : Krian                             |
| Kabupaten         | : Sidoarjo                          |
| Propinsi          | : Jawa Timur                        |
| Telephone         | : 031-70610550                      |
| Fax               | : 031-8983363                       |
| c. SK kelembagaan | : Wm. 06.04 / PP. 03.2 / 2587 / SKP |
|                   | /2002                               |

- d. NSS (12 digit) : 312351517972
- e. Tahun didirikan /beroperasi : 2002
- f. Akreditasi : B
- g. Status Tanah : Waqof
- h. Luas Tanah : 3790 m<sup>2</sup>
- i. Nama kepala Sekolah : Zanubah Al Fareni, Lc
- j. No. SK Kepala Sekolah : 02 /YPA / SK. PKMB/III/2002
- k. Masa Kerja kepala Sekolah : 5 Tahun

### **3. Visi Dan Misi**

#### **a. Visi**

TUMBUH DAN BERKEMBANGNYA MANUSIA YANG SELALU  
BERFIKIR, DAN BERAMAL

#### **b. Misi**

- 1) Menghidupkan ghiroh beribadah dan beramal
- 2) Menanamkan akhlak al-kharimah
- 3) Mengembangkan pendidikan yang memiliki tradisi keseimbangan dan keunggulan; Intelektual, Emosional, dan Spiritual

#### 4. Data Guru

Tabel 3.1  
Data guru

NO	Nama	Jenis Kelamin	Tempat, Tanggal Lahir	Pendidikan
1.	Drs. KH. Nurcholis Misbah	L	Kediri 15 Agustus 1960	S1
2.	Moh. Nur Salim, S.Ag.	L	Sidoarjo 20 November 1976	S1
3.	Kalimah, S.Pd.	P	Trenggalek 05 Juli 1969	S1
4.	Moh. Miono, S.Pd	L	Sidoarjo 02 Desember 1965	S1
5.	Aynul Yuliati, S.Pd	P	Sidoarjo 24 Juli 1968	S1
6.	Khusnul Hidayah, S. Pd.i	P	Sidoarjo 07 Oktober 1979	S1
7.	Zuliati, S.Pd.	P	Sidoarjo 15 Juli 1981	S1
8.	Yuni Widiyastutik, S.Pd	P	Sidoarjo 02 Juni 1980	S1
9.	Achmad Ishari	P	Gresik 22 Februari 1983	S1
10.	Nur Aini	P	Sidoarjo 06 Agustus 1986	S1
11.	Masdina Hadiningrum, S.Pd	P	Sidoarjo 13 Maret 1982	S1
12.	Abd. Kholiq, M. Pd	L	Mojokerto 16 Oktober 1983	S1
13.	Dwi Aningtyas p.u, S.Pd	P	Surabaya 24 April 1984	S1
14.	Siti Qurota a'yunin	P	Sidoarjo 10 Juni 1988	MA
15.	Eva priyandini, S.Pd	P	Sidoarjo 16 September 1983	S1
16.	Mokh.Iqbal Kdkh. Ss	L	Sidoarjo 25 September 1985	S1
17.	Arif Budiono Lc, Ma	L	Gresik 10 april 1976	S2
18.	Sari Eka Wati, S.Pd	P	Bangkalan 07 September 1985	S1
19.	Novike Arista, S.Pd	P	Sidoarjo 19 November 1986	S1
20.	As'ad Umar, Lc	L	Jombang 09 April 1985	S1
21.	Laili Abidah, S.Pd	P	Sidoarjo 01 Mei 1985	S1
22.	Siti Rumiayati, S.Pd	P	Sidoarjo 07 Februari 1969	S1
23.	Fahrizal Ischaq, Lc	L	Surabaya 22 September 1987	S1
24.	Zanubah Al Fareni, Lc	P	Kediri 27April 1987	S1
25.	Chusnul Fatimah, S.Pd.I	P	Sidoarjo 13 April 1987	S1
26.	Fiana Rianti	P	Balikpapan 12 November 1986	S1
27.	Suparman, M.Pd.I	L	Pamengkasan 04 Agustus 1981	S1
28.	Moh. Arif Susanto, S.S	L	Lamongan 15 Mei 1988	S1
29.	Ega Prasetya, S.Pd	L	Gresik 29 januari 1991	S1
30.	Evi Dian Sari, S.S	P	Sidoarjo 25 Desember 1989	S1
31.	Fariz Ferdo Ardy Wijaya, S.Pd	L	Sidoarjo 01 Juni 1989	S1
32.	Lucky Faizah, S.Pd	P	Sidoarjo 23 maret 1991	S1
33.	Nia Ainia, S.Ud	P	Mojokerto 17 Februari 1987	S1

**a. Kepala Sekolah, Guru dan tenaga Kependidikan menurut Status Kepegawaian dan Golongan**

Tabel 3.2

Status kepegawaian

Jabatan	Status Kepegawaian																Jumlah			
	Tetap										TDK Tetap		Bantu Pusat		Bantu Daerah					
	Gol I		Gol II		Gol III		Gol IV		Yysn		L	P	L	P	L	P	L	P		
	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P										
Kep.sek										1									1	
Guru									10	15	2	2						1	12	18
T. kpdn											1	2							1	2

**b. Kepala Sekolah, Guru dan Tenaga Kependidikan menurut Kelompok Umur dan Masa Kerja Seluruhnya**

Tabel 3.3

Masa Kerja

Jabatan	Kelompok Umur (tahun)							Masa Kerja Seluruhnya (tahun)						
	20	20-29	30-39	40-49	50-59	59	Jml	5	5-9	10-14	15-19	20-24	25-29	Jml
GTY		13	7	5			3	8	13	4				25
GTT		4						4						4
GBP														
GBP				1			1	1						1
<b>Jumlah</b>		17	7	6	1		30	13	12	4				27
T. Kpdn		2	1				3	2	1					3

**c. Kepala Sekolah, Guru dan Tenaga Kependidikan menurut Ijazah**

**Tertinggi**

Tabel 3.4

Ijazah tertinggi

Jabatan	Ijazah Tertinggi															
	SMA		D1		D2		D3		S1		S2		S3		Jml	
	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P
GTY									3						3	
GTT		1							6	14	2				8	15
GBP																
GBD										1						1
Jumlah					1				14	8						
T. Kpdm		1			1					1					1	2

**d. Tenaga Kependidikan menurut Jenis pekerjaan**

Tabel 3.5  
Jenis Pekerjaan

KTU		Bendahara		Laboran		Pustakawan		Staf TU		Pesuruh		Jumlah	
L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P
	1		1		1	1			1	1		2	4

**5. Pendaftar**

a. Data Pendaftar 7 Tahun Terakhir Berdasarkan Asal sekolah dan Jenis

Kelamin

Tahun Ajaran	MtsN		MTsS		SMPN		SMPS		JUMLAH		
	L	P	L	P	L	P	L	P	L	P	L+P
2002/2003		13	1	1			1		2	14	16
2003/2004	1	3		2		3		3	1	11	12
2004/2005	4	5		3		5		4	4	17	21
2005/2006	6	13	3	3	1	1		2	10	19	29
2006/2007	6	14	2	7	1	4	1	3	10	28	38
2007/2008	15	18	3	8		4	3	4	21	34	55
2008/2009	1	12	5	10	2	5	6	4	14	31	45
2009/2010	21	18	3	13	5	4	2	5	31	40	71
2010/2011	2	3	4	12	3	6	25	48	34	69	103
2011/2012	2	3	4	5	3	10	35	37	44	55	99

## b. Data Pendaftar yang Lolos Seleksi/ Diterima

Tabel 3.7

Tahun Ajaran	Pendaftar			Yang Diterima			Keterangan
	L	P	L+P	L	P	L+P	
2002/ 200	2	14	16	2	14	16	Kurang dari kapasitas
2003/2004	1	11	12	1	11	12	Kurang dari kapasitas
2004/2005	4	17	21	4	17	21	Kurang dari kapasitas
2005/2006	10	19	29	10	19	29	Kurang dari kapasitas
2006/2007	10	28	38	10	28	38	Sama dengan kapasitas
2007/2008	21	34	55	20	31	51	Melebihi kapasitas
2008/2009	14	31	45	12	29	41	Melebihi kapasitas
2009/2010	31	40	71	30	33	63	Melebihi kapasitas
2010/2011	34	69	103	32	61	93	Melebihi kapasitas
2011/2012	44	55	99	42	51	93	Melebihi kapasitas

## 6. Data Siswa

## a. Perkembangan 7 Tahun Terakhir

Kelas/Tahun Pelajaran	X			XI						XII						Total		
	L	P	L+P	IPA			IPS			IPA			IPS			L	P	L+P
				L	P	L+P	L	P	L+P	L	L	L+P	L	P	L+P			
2002/2003	2	13																15
2003/2004	1	11	12	2	13	15										3	24	27
2004/2005	4	17	21	1	11	12				2	13	15				7	41	48
2005/2006	10	19	29	4	16	20				1	11	12				15	46	61
2006/2007	10	28	38	6	19	25				4	16	20				20	63	83
2007/2008	20	31	51	5	11	16	6	14	20	3	10	13	3	9	12	37	75	112
2008/2009	12	29	41	6	16	22	10	15	25	5	10	15	4	11	15	37	81	118
2009/2010	31	32	63	3	15	18	9	9	18	7	17	24	6	14	20	56	87	143
2010/2011	32	61	93	17	12	29	12	17	29	3	15	18	9	9	18	73	114	187
2011/2012	41	52	93	17	38	55	14	18	32	16	12	28	9	16	25	97	136	233
2012/2013																		254
2013/2014	52	71	123	24	36	60	10	21	31	20	27	47	14	12	26			287

## b. Prestasi yang Pernah Diraih Siswa

Tabel 3.9

## Prestasi siswa

No	Jenis Lomba	Tingkatan	Tahun	Juara Ke
1	Gerak jalan Putri	Kecamatan	2003	3
2	Bongkar pasang tenda	Kabupaten	2004	3
3	Volly ball putri	Kabupaten	2004	3
4	MTD	Kabupaten	2004	2
5	Pasangan bonkar tenda putra	Kabupaten	2006	1
6	MTQ	Kecamatan	2006	2
7	Baca sholawat	Kecamatan	2006	1
8	Poster	Kecamatan	2006	2
9	Imatho (Cerdas Cermat Bahasa Arab)	Provinsi	2006	1
10	Pidato Bahasa Arab	Kabupaten	2007	1
11	Kaligrafi Putra	Kabupaten	2007	3
12	Tenis meja tunggal putra	Kecamatan	2007	3
13	Bulu tangkis ganda putra	Kecamatan	2007	2
14	Baca shalawat putri	Kecamatan	2007	2
15	Tenis meja ganda putra	Kecamatan	2007	3
16	MTQ putra	kecamatan	2007	2
17	Gerak Jalan Putra	Kecamatan	2007	2
18	Imtho (Cerdas Cermat Bahasa Arab)	Provinsi	2007	3
19	Cerdas Cermat Islam Putri	Kabupaten	2008	2
20	Cerdas Cermat Islam Putri	Kabupaten	2008	3
21	Lari 400 m Putra	Kecamatan	2008	3
22	Lari 800 m Putra	Kecamatan	2008	2
23	Baca Sholawat Putra	Kecamatan	2008	1
24	Baca Sholawat Putri	Kecamatan	2008	1
25	MTQ Putra	Kecamatan	2008	2
26	Kaligrafi	Kecamatan	2008	1
27	Shalawat Putra	Kecamatan	2009	2
28	Sholawat Putri	Kecamatan	2009	2
29	MTQ Putra	Kecamatan	2009	1
30	Kaligrafi	Kecamatan	2009	1
31	Tenis Meja	Kecamatan	2009	2
32	Nyanyi tunggal	Kecamatan	2009	3
33	Cerdas Cermat Islam (CCI) Putra	Kabupaten	2009	1
34	Cerdas Cermat Islam (CCI) Putri	Kabupaten	2009	2
35	Lomba Da'i	Kabupaten	2009	2
36	Lomba Da'i	Kabupaten	2009	3
37	Kaligrafi	Kecamatan	2010	2
38	Musikalisasi Puisi	Kecamatan	2010	1
39	Shalawat Putra	Kecamatan	2010	1
40	Shalawat Putri	Kecamatan	2010	2
41	Telling Story	Kecamatan	2010	1
42	Paduan Suara	Kecamatan	2010	2
43	Lari 200 m Pi	Kecamatan	2010	3
44	MTQ Pa	Kecamatan	2010	1
45	MTQ Pi	Kecamatan	2010	3

46	Lari 400 m Pi	Kecamatan	2010	3
47	Musikalisasi Puisi	Kabupaten	2010	1
48	Musikalisasi Puisi	Provinsi	2011	Harapan
49	Tenis Meja Putri	Kecamatan	2011	3
50	Catur Putra	Kecamatan	2011	3
51	Catur Putri	Kecamatan	2011	2
52	Musikalisasi Puisi	Kecamatan	2011	1
53	Desain Tekstil	Kecamatan	2011	3
54	Baca Sholawat Putra	Kecamatan	2011	1
55	Baca Sholawat Putri	Kecamatan	2011	1
56	Kaligrafi	Kecamatan	2011	2
57	Imathoh	Provinsi	2011	1

## 7. Data Fasilitas Sekolah

### a. Ruang

Tabel 3.10

No	Jenis Ruangan	Jumlah Ruangan	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Kelas	10	√	-	-
2	Perpustakaan	1	√	-	-
3	Tata Usaha	1	√	-	-
4	Kepala Sekolah	1	√	-	-
5	Guru	1	√	-	-
6	Lab IPA	1	√	-	-
7	Lain2 lab.Komputer	1	√	-	-
8	Masjid	1	√	-	-
9	Asrama	2	√	-	-
10	Lapangan	2	√	-	-
11	Koperasi	1	√	-	-
12	Kantin	1	√	-	-

## b. Insfrastruktur

Tabel 3.11

## Insfrastruktur

No	Infrastruktur	Jumlah	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Pagar depan	1	√	-	-
2	Pagar samping	-	-	-	-
3	Pagar pintu	-	-	-	-
4	Tiang bendera	1	√	-	-
5	Menara air/reserver	2	√	-	-
6	Bak sampah permanen	1	√	-	-
7	Saluran permanen	-	-	-	-
8	Lain-lain	-	-	-	-

## c. Perabot

Tabel 3.12

## Perabot

No	Perabot	Jumlah	Kondisi		
			Baik	Rusak ringan	Rusak berat
1	Ruang kelas	4	4	-	-
2	Ruang perpustakaan	1	1	-	-
3	Tata Usaha	10	10	-	-
4	Kepala Sekolah	3	3	-	-
5	Guru	10	10	-	-
6	Lab IPA	80	80	4	-
7	Lain2 lab. komputer	30	26	-	-

## d. Situasi air bersih

Tabel 3.13  
Kondisi air bersih

No	Perabot	Jumlah	Kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	KM/WC – Siswa putra	2	√	-	-
2	KM/WC – Siswa putri	4	√	-	-
3	KM/WC – Guru	2	√	-	-

## e. Sumber air bersih

## 1. Jenis sumber air

Tabel 3.14  
Jenis sumber air

No	Perabot	jumlah	kondisi		
			Baik	Rusak Ringan	Rusak Berat
1	Sumur dengan pompa listrik	1	√	-	-
2	Sumur tanpa pompa listrik	1	-	-	-
3	Tadah hujan	-	-	-	-
4	Lain-lain PDAM	-	-	-	-

## 2. Kualitas / debit air (pilih salah satu)

Cukup.....√..... sedikit.....tidak mengalir.....

## 3. Kualitas air (pilih salah satu)

Baik.....√.....tidak baik (keruh,kotor dll)

## 4. Sumber listrik (beri cek untuk yang sesuai dengan isi angka KVA)

PLN... 2200 KVA Generator.....KVA

## f. Ruang / fasilitas

Tabel 3.15

fasilitas

No	Ruang / fasilitas	Jumlah	Pemanfaatan		Kondisi		
			Berfungsi	Tidak	Baik	RR	RB
1	Lampu TL	20	√	-	√	-	-
2	Lampu pijar	-	-	-		-	-
3	Stop Kontak	8	√	-	√	-	-
4	Instalasi listrik	1	√	-	-	-	-
5	Lain-lain	-	-	-	-	-	-

## g. Alat penunjang KBM

Tabel 3.16

Alat penunjang KBM

No	Jenis alat peraga	jumlah	pemanfaatan			kondisi		
			Dipakai	Tdk	Jrg	Baik	RR	RB
1	Bahasa Indonesia	2	√	-	-	√	-	-
2	Matematika	6	√	-	-	√	-	-
3	Fisika	18	√	-	-	√	-	-
4	kimia	55	√	-	-	√	-	-
5	Biologi	45	√	-	-	√	-	-
6	B. Inggris	23	√	-	-	√	-	-
7	B. Arab	23	√	-	-	√	-	-
8	Ekonomi	5	√	-	-	√	-	-
9	Geografi	10	√	-	-	√	-	-
10	Lain –lain Kontenporer	14	√	-	-	√	-	-



### Kepribadian konselor

Konselor termasuk orang yang suka di ajak berbincang-bincang dengan teman mendengarkan keluh kesah dari teman-teman, dan suka membantu untuk menyelesaikan masalah yang di hadapi oleh teman-teman, dan suka membantu untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh teman.

## 9. Deskripsi klien

### a. Data Klien

Nama : Yusuf Rahmatul Islam  
Panggilan : Yusuf  
Umur : 16  
Agama : Islam  
Status : Madrasah Aliyah Bilingual kelas 1  
Alamat : Jl. Imam Bonjol No 11 Geluran Taman Sidoarjo -  
Jawa timur

### b. Latar Belakang Keluarga

Klien adalah anak pertama yang mengalami korban perceraian kedua orang tuannya di kota Sidoarjo dengan alamat Jl. Imam Bonjol No 11 Geluran Taman Sidoarjo.

Ayahnya bekerja sebagai dokter spesialis penyakit dalam dan ibunya juga bekerja di bidang laboratorium farmasi yang mana mereka berdua sangat sibuk dengan aktivitas pekerjaannya.

c. Latar Belakang Keagamaan

Dari segi agama klien begitu mendalami ajaran-ajaran tentang agama islam seperti melakukan kewajiban sholat wajib dan sholat sunnah di pondok pesantren.

d. Latar Belakang Sosial

Dari segi sosial, klien ini adalah dari keluarga yang berada yang tinggal di sebuah lingkungan yang cukup mapan, hubungan sosial klien sangat baik dengan teman-temannya, terutama di lihat dari sifatnya adalah sosok yang ramah, baik terhadap teman-temannya baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan pondok pesantren.

## 10. Deskripsi masalah

Masalah adalah sesuatu yang harus diselesaikan.<sup>56</sup> atau suatu yang menghambat, merintangai mempersulit dalam usaha mencapai sesuatu. Dalam kasus ini masalah yang muncul adalah masalah kesehatan mental seorang siswa dalam hidupnya.

Permasalahan tersebut berawal dari peristiwa yang di alami oleh klien yaitu tentang korban perceraian ke dua orang tuanya, ayah dan ibunya berpisah dan siswa ini merupakan anak tunggal dari keluarga yang berada. Semenjak SD dan SMP dia selalu di sekolahkan di sekolah *fullday* karena kedua orang tuanya yang sibuk bekerja sebagai dokter dan di farmasi, sehingga ia juga mengalami kurangnya kasih sayang terhadap orang tua, semenjak masuk bangku SMA/MA ia dipondokan oleh kedua

---

<sup>56</sup> Kamus besar bahasa Indonesia, hal. 562.

orang tuanya di Pondok Pesantren Modern Al Amanah Krian Sidoarjo dan juga bersekolah di Madrasah Aliyah Bilingual yang dimana pondok pesantren itu satu lingkungan dengan sekolahnya.

Semenjak masuk di Pondok Pesantren Modern siswa ini merasa ada tekanan pada dirinya karena hidup di Pondok Pesantren Modern dan dibandingkan dengan hidup dirumahnya jauh lebih berbeda, karena di dalam Pondok Pesantren Modern banyak sekali aktivitas atau kegiatan yang di pondok yang harus di lakukan mulai dari bangun jam 3 pagi sampai dengan jam 10 malam waktu tidur, apalagi setiap santri/siswanya tidak di perbolehkan untuk keluar pondok pesantren tanpa seijin ustadz pondok. Ini yang menjadi siswa tersebut mengalami guncangan depresi yang cukup hebat apalagi ia sendiri belum terbiasa hidup dengan banyaknya aturan, selain itu ia juga memikirkan hidupnya nanti kedepannya yang sedang mengalami permasalahan hidup akibat perceraian kedua orang tuanya ia bingung harus memilih siapa nantinya, apakah ia harus tinggal bersama ayah atau ibunya karena ayahnya saat ini sudah menikah lagi dengan istri barunya dan ibunya sudah menikah lagi dengan suami barunya apalagi ibu kandungnya jarang menjenguknya ketika ia sedang berada di Pondok Pesantren Modern Al Amanah, sehingga didalam hatinya ia merasa iri ketika waktu hari minggu semua teman-temanya dijenguk oleh orang tuanya. Dan ia juga kebingungan setelah lulus sekolah ia bingung untuk memilih prospek karirnya, ia sendiri ingin menjadi pengusaha perminyakan di kalimantan, peternakan, Dokter dan ingin sekali

melanjutkan kuliah di ITS dan UNAIR sedangkan ia juga diarahkan oleh ayahnya untuk memilih jurusan kedokteran dengan spesialis bedah yang seperti pekerjaan dari ayah kandungnya. Sedangkan dari diri siswa sendiri belum berminat untuk memilih jurusan kedokteran dengan mengambil spesialis bedah pasalnya ia masih merasa takut. Hal ini menambah gejala gangguan mental pada seorang siswa tersebut yang mengakibatkan terguncang mentalnya.

## **B. Deskripsi Hasil Penelitian**

Peneliti mendeskripsikan data yang diperoleh di lapangan yang terkait dengan fokus penelitian yaitu masalah kesehatan mental dalam sikap atau perilaku seorang siswa. Sebelum peneliti memaparkan lebih jelas penulis akan menjelaskan pengalaman dilapangan, pertama kali peneliti melaksanakan tugas PPL di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo, dari sekolah ini peneliti mendapatkan sebuah kasus dari siswa yang bersangkutan untuk membimbing seorang siswa yang mengalami masalah kesehatan mental (*anxiety*) di sekolah dan di pondok pesantren.

Kemudian klien menceritakan semuanya kepada saya tentang masalahnya yang dialami sekarang, dari pembicaraan panjang lebar saya dan klien menemukan beberapa hal yang dapat mendeskripsikan data yang di peroleh di lapangan yang terkait dengan penelitian yaitu tentang masalah kesehatan mental (*anxiety*) yang dialaminya saat ini.

1. Deskripsi data tentang masalah kesehatan mental (Anxiety) yang dialami oleh seorang siswa di Madrasah Aliyah Bilingual Sidoarjo

Untuk mengetahui masalah yang di alami oleh seorang siswa tersebut adalah dengan melakukan observasi, wawancara dengan para informan di antaranya adalah Guru BK, guru/wali kelas, ustadz pesantren, teman dekat konseli.<sup>57</sup>

Oleh karena itu berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan informan adalah:

Hasil observasi dan proses wawancara dengan guru wali kelas, dari keluhan seorang wali kelas terhadap anak didiknya peneliti mencatat dari hasil wawancara dengan guru wali kelas, setiap hari memperhatikan anak didiknya, yang perilakunya berbeda dengan kesehariannya waktu awal masuk sekolah.

Dari cerita wali kelas yang hampir setiap harinya memperhatikan anak didiknya bahwa anak didiknya sering mengalami hal-hal yang dulu tidak pernah dilakukan sebelum siswa tersebut mengalami pengalaman ini, seperti kadang mengalami kecemasan, pendiam, kadang merasa ketakutan, depresi, dan melamun. Dalam beberapa hari kemudian peneliti bertatap muka dengan klien, mulai pertama kali sampai ke sembilan kali pertemuan. dengan pengamatan peneliti sendiri bahwa apa yang di bicarakan oleh wali kelas itu benar-benar terjadi pada kondisi klien, kalau klien jiwanya terganggu setelah mengalami gejala masalah kesehatan

---

<sup>57</sup> Data di ambil tanggal 16 mei 2014, dari informan dan disimpulkan sementara

mental akibat perceraian orang tuannya, dan membutuhkan suatu bimbingan untuk menyelesaikan gejala tersebut.

2. Deskripsi data tentang proses Bimbingan dan Konseling Islam Dengan *Cognitive Behavior Therapy* Dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental (*anxiety*) Seorang Siswa di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo.

Setelah melihat gejala kesehatan mental yang di alami seorang siswa maka selanjutnya adalah mendeskripsikan proses Bimbingan dan Konseling Islam. Dan dalam proses bimbingan konseling islam ada beberapa langkah yang dapat digunakan oleh konselor dalam proses pemberian bantuan agar mendapatkan hasil yang maksimal, dan yang perlu di lakukan di antaranya yaitu:

- a. Identifikasi masalah

Identifikasi masalah adalah langkah awal yang dipakai seseorang konselor dalam proses konseling. Langkah ini digunakan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada konseli.

Dalam proses identifikasi ini konselor mengambil kesimpulan dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan para informan diantaranya adalah wali kelas, guru konseli dan teman-temannya. Pada proses pencarian data mengenai masalah kesehatan mental, dan untuk mengetahui permasalahan lebih lanjut maka konselor juga melakukan proses konseling terhadap konseli.

Berikut ini merupakan proses konseling untuk penggalian data masalah konseling:

Klien bernama Yusuf bertempat tinggal di Jl. Imam bonjol no 11 geluran taman sidoarjo. Dia mengalami suatu kejadian yang merubah kondisi jiwanya tidak normal seperti biasanya karena ia mengalami gejala masalah kesehatan mental. Sehingga dalam kondisi jiwanya dia merasa panik dan gelisah pada saat mau berangkat sekolah klien sering terlambat dan lupa memakai atribut sekolah sehingga klien jiwanya mengalami kepanikan dan gelisah, selain itu klien sering melamun, depresi, dan cemas setelah melakukan aktivitasnya di sekolah kebiasaan klien saat sore terkadang melamun di kamar mandi yang sebelahnya persawahan.

Dari apa yang ia rasakan selama ini sangatlah mengganggu minat belajarnya, karena jiwanya mempunyai rasa yang berontak pada hatinya yang luar biasa karena ia banyak memikirkan banyak beban pikiran yang di hadapi sehingga yusuf ini merasa ada tekanan dari hidupnya yang sekarang di pondok pesantren dan juga memikirkan ke dua orang tuanya yang berada di rumah. Wali kelasnya pun merasa sedih melihat anak didiknya bersifat seperti itu.

Bu ayun selaku guru BK di sekolah Madrasah Aliyah Bilingual ini juga mendengar dari laporan ustad pondok bahwa anak ini telah kabur dari pondok keluar tanpa seizin ustad pondok, alasanya ia ingin mencari sesuatu yang tidak masuk akal entah itu ia bosan atau mencari

kebutuhan pondok dan sekolah. Padahal di dalam pondok semua fasilitas ada dari kantin dan mini market untuk semua kebutuhan dan perlengkapan siswa tersedia.

Diorama adalah teman sekamar klien, sebelum kejadian itu korban juga merasa di kamar kadang susah tidur, melamun sendirian, kadang merasa stress sendiri kalau tidak ada aktifitas dari pondok pesantren.

Berbagai data yang didapatkan oleh penulis dapat disimpulkan kalau klien ini mengalami suatu pengalaman yang menyedihkan karena ada berbagai hal di dalam jiwanya yang sesuai seperti data yang didapat klien mengalami kecemasan, depresi, susah tidur, melamun.

b. Diagnosa

Berdasarkan data dari identifikasi masalah, maka konselor menetapkan masalah kesehatan mental yang di alami klien di sini adalah akibat perceraian keluarga, ke bimbangan menentukan karir dan sering melampiaskan kesendiriannya dengan bermain game online bila saat perpulangan dirumah sampai tidak pulang kerumah. Sehingga klien mengalami depresi, cemas, melamun, ketakutan dan susah tidur.

c. Prognosa

Berdasarkan data-data dan kesimpulan dari langkah diagnosa. Dalam hal ini konselor berusaha menetapkan sebuah alternatif tindakan pada konseli dengan menggunakan *Cognitive Behavior Therapy* karena dari kasus tersebut subyeknya adalah anak yang

berusia 16 tahun atau masih duduk di bangku SMA/MA kelas satu.

Adapun yang dilakukan oleh konselor disini adalah:

Membantu klien untuk mengembalikan perilaku yang seperti orang normal agar klien bisa meningkatkan konsentrasi belajar, dan mengajarkan klien agar bisa menghilangkan beban hidup yang telah menimpanya.

d. Treatmen atau terapi

Yang dimaksud dalam langkah ini adalah tahapan konselor dalam pelaksanaan bantuan. Setelah konselor tahu proses bimbingan dan konseling islam yang dilakukan dengan *Cognitive Behavior Therapy* dengan pendekatan biomedik, intrapsikik dan lingkungan untuk mengajarkan atau mengarahkan berfikir positif kepada klien, yaitu mengajarkan diri klien dari situasi orang atau pengamatan diri sendiri, mengajarkan berfikir positif, mengajarkan selalu mempunyai harapan, mengajarkan dalam mengambil keputusan, dan mengajarkan dalam bertanggung jawab. Caranya yaitu memberikan arahan bagaimana berfikir positif, berinteraksi yang baik, dan berperilaku yang baik sesuai agama.

Terapi tersebut sangat cocok digunakan pada anak yang mengalami masalah kesehatan mental dengan tujuan untuk mengambil perilaku yang seperti semula, menghilangkan rasa kecemasan dan depresinya.

Setelah konselor memberikan terapi atau teknik seperti itu di harapkan klien mampu mengembangkan keterampilan sosial, berekspresi dan eksplorasi dan yang lebih penting peneliti berhak untuk meningkatkan konsentrasi pada klien.

Selain itu konselor memberikan treatment melalui pendekatan agama yang akan memberikan rasa nyaman terhadap pikiran, kedekatan terhadap Allah SWT dan doa-doa yang disampaikan akan memberikan harapan-harapan positif. Dalam Islam, sholat dan metode zikir ditengah malam akan memberikan rasa nyaman dan rasa percaya diri lebih dalam menghadapi masalah.

Konselor akan mengarahkan klien untuk jangan menjauhkan diri dari Allah SWT, orang tua, guru, dan teman-teman sekolah maupun pondok pesantren. Konselor mengarahkan kepada klien untuk berfikir positif, konselor mengarahkan kepada klien untuk memiliki harapan, konselor mengarahkan kepada klien agar mempunyai rasa tanggung jawab.<sup>58</sup>

Dan juga konselor memberikan treatment relaksasi agar Kecemasan yang meningkatkan tensi otot, tubuh menjadi pegal terutama pada leher, kepala dan rasa nyeri pada dada. Cara yang dapat ditempuh dengan melakukan teknik relaksasi dengan cara duduk atau berbaring, lakukan teknik pernafasan, usahakanlah menemukan kenyamanan selama 30 menit.

---

<sup>58</sup> Proses konseling dengan *Cognitive Behavior Therapy*, 28 Mei 2013

Berikut yang di bawah ini adalah beberapa wawancara yang dilakukan oleh peneliti dalam melaksanakan proses konseling terhadap klien.

Pertemuan Ke-1

Tanggal : 19 Mei 2014

Tempat : Ruang Konseling/ perpustakaan MA. Bilingual

<b>Konselor/ Klien</b>	<b>Ungkapan Verbal</b>	<b>Perilaku Non-Verbal</b>	<b>Keterampilan</b>
Klien	assalamualaikum	Masuk keruangan, dengan tersenyum	Attending
konselor	waalaikum salam yusuf, silakan masuk, silakan duduk.	Menerima kedatangan klien dengan tersenyum	
klien	ya.. terima kasih ustad..		
konselor	Gimana kabar yusuf hari ini?	Memposisikan dirinya duduk di hadapan konselor.	Open Question
klien	alhamdulillah baik ustad..	Senyum	
konselor	Lalu bagaimana perasaan yusuf ni sekarang setelah hampir setahun yusuf tinggal di pondok pesantren dan bersekolah di MA.Bilingul ini?		Open Question
klien	ya alhamdulillah mulai betah.. dari pada di rumah yang sepi sendiri tidak punya teman, tapi..?	Menundukan kepala	
konselor	tapi apa yusuf?	Heran dan kaget	Open Question
klien	ada suka dan tidak sukanya, soalnya ustadz disini banyak yang suka aku disini lain ada yang ngak suka sama sifat saya ustad..		
konselor	emmhhh lalu...	Menganggukan kepala	
klien	ya banyak ada yang menilai saya itu masih anak kecil, ada yang	Menundukan kepala dan suara kurang begitu jelas	

	bilang saya suka menang sendiri, saya merasa jengkel melihat olokan teman-teman seperti itu.		
konselor	memang yusuf ada salah apa sama teman-teman kok seperti itu?		
klien	saya tidak tahu dan ngak mengerti maksud teman-teman seperti itu.	Mengelengkan kepala	
konselor	apa yusuf sudah menanyakan kepada teman yusuf kalau yusuf mempunyai salah?	Memandang wajah klien	Konfrontasi
klien	belum, padahal saya selalu minta maaf kalau saya ada salah perbuatan kepada teman-teman, saya juga masih kefikiran orang tua kandung saya yang ada di rumah.	Merundukan kepala	
konselor	ya yusuf jangan cemas dan bingung memikirkan orang tua yang ada di rumah, yang seharusnya yusuf pikirkan sekarang adalah belajar yang pinter buat bangakan orang tua yusuf sekaligus yusuf mendoakan agar orang tua di beri kesehatan di rumah.		Refleksi Perasaan
klien	ya... ustad banyak hal beban rasanya yang ada di otak saya berasa berat memikulnya. Masalah satu belum selesai ketambahan lagi, masalah lain belum selesai ketambahan lagi berasa setiap hari ada beban di pikiran saya. Saya harus bagaimana?	Wajah terlihat gelisah	mendengarkan
konselor	yusuf coba kamu duduk yang nyaman senyaman nyamanya,		Parafrase

	tenangkan pikiran kamu dulu atur nafas perlahan-lahan lalu coba kamu pikirkan masalah yang anggap kamu ringan dulu coba selesaikan, kemudian selesai yang ringan coba cari masalah yang sedang dulu coba kamu selesaikan, setelah itu coba kamu selesaikan yang berat.		
klien	emmmhhh ya juga ya ustad.. lalu apa saya bisa melakukan	Mendengarkan sambil mengagukan kepala	
konselor	semua bisa dilakukan asal yusuf mau niat untuk menyelesaikan masalah pribadi yusuf dengan penuh tantangan walau itu nanti pahit yang di terima yusuf harus kuat. Dan Allah SWT selalu menolong kalau umatnya mau berusaha buat bangkit dan maju. Ya sudah bunyi bel masuk kelas itu ayo saatnya masuk kelas dulu lanjutin belajar dulu ya besok sampai ketemu lagi bisa di lanjut lagi ya di sini.	Meyakinkan klien	Memberi nasehat dan mengakhiri
klien	ya ustadz. Ngak kerasa cepat amat.. padahal baru ketemu semenit tadi koq sudah bel masuk ya. besok beneran ustad hafidz masih kesini lagikan? Dan saya boleh curhat kesini lagi? Soalnya masih banyak yang saya omongin cerita pada ustad?	Membuat janji buat ketemuan kembali	mengakhiri
konselor	ya.. Insya Allah kalo ada waktu yusuf boleh besok kesini lagi		
klien	Ya sudah kalo begitu saya pamit mau	Pamit dan keluar dari ruang konseling	

	masuk kelas dulu ustad.. assalamualaikum		
konselor	waallaikumsalam wr. wb		mengakhiri

Pertemuan Ke-2

Tanggal : 21 Mei 2014

Tempat : Ruang Konseling/ perpustakaan MA. Bilingual

<b>Konselor/ Klien</b>	<b>Ungkapan Verbal</b>	<b>Perilaku Non-Verbal</b>	<b>Keterampilan</b>
Klien	assalamualaikum	Mengucapkan salam	Attending
konselor	walaikum salam yusuf... ayow silakan masuk silakan duduk sini.	Mempersilakan klien masuk ke ruangan	
klien	ya terima kasih ustad		
konselor	gimana kabar hari ini yusuf?	Menatap wajah dan tersenyum	Open Question
klien	Ya alhamdulillah kurang baik.		
konselor	kenapa wajah kamu sedih kelihatanya?	Menatap wajah klien	Open Question
klien	ya ustad saya sedih entah banyak hal yang saya rasakan di hati saya ada yang nganjel ngak enak dengan perasaan saya dengan ibu saya berasa ada masalah yang di hadapi ibu saya di blitar? Entah apa ada masalah dengan ayah kandung saya atau ayah tiri saya, soalnya biasanya mereka berdua juga sering bertengkar. Saya kangen ustad dengan ibu saya yang disana. Tapi saya juga kadang takut kalau kerumah ibu saya tampa seizin ayah.	Menundukan kepala dan suara kurang begitu jelas.	
konselor	saya mengerti apa yang yusuf rasakan saat ini, sekarang coba tenangkan lagi fikiran yusuf jangan sedih dulu jangan berprasangka buruk	Memandang wajah klien	Refleksi Perasaan

	dulu. Emmmm lalu apa lagi yang kamu rasakan saat ini?		
klien	ya ustad semua yang saya rasakan mengapa begitu aneh berasa ada yang menjagal di hati, saya pengen sekali ustad ketemu ibu saya kalo ada waktu, walaupun sebentar.	Merasa cemas sekaligus depresi dan menundukan kepala	
konselor	kalo boleh tau yusuf terakhir ketemu ibu dan berbicara dengan ibu yusuf kapan?		Open Question
klien	satu tahun yang lalu ustad tapi itu pun setaun sekali waktu kenaikan kelas. Saya kangen sekali dengan ibu saya.	Mata sambil berkacamata	
konselor	apa sih yang membuat yusuf kangen dengan ibu	Menatap wajah klien	Empati Open Question
klien	saya kangen kasih sayangnya ustad, belaian ibu waktu kecil, sejak TK orang tua saya bercerai, dulu waktu TK saya ikud dengan ibu saya, tetapi saat masuk SD saya di ambil oleh ayah saya untuk hidup dengannya. Saya di berikan segalanya dari segi ekonomi, semua tercukupi apapun yang saya minta selalu di turuti, tapi sayangnya ayah saya selalu sibuk dengan pekerjaannya, waktu semenit pun tidak ada buat saya, ataupun keluarga di rumah.	Menundukan kepalanya di bawah	
konselor	heemmmmm lalu apa lagi?	Sambil mengangukan kepala	
klien	dulu waktu SMP kalo ayah juga sering bertengkar dengan ibu tiri saya, kadang saya gak betah di	Menundukan wajahnya kebawah	

	rumah sampai saya kalo liburan panjang sekolah saya selalu kabur pergi dari rumah cari game online sampai sehari-hari gak pulang kerumah. Saya merasa hanya sampah di rumah kalo liburan ustad.		
konselor	yusuf, kamu tidak boleh berbicara begitu, mungkin maksud orang tua itu baik tidak ada unsur untuk menjelekan kamu atau melupakan mu.		Konfrontasi Memimpin
klien	ya ustad saya mengerti saya masih pengen ketemu ibu saya di blitar tapi takut tidak di izini oleh ayah. Karena ayah saya orangnya keras.	Wajah berharap ingin bertemu dengan ibunya	
konselor	walaupun yusuf kan tidak pernah bertemu ibu yusuf dan jauh dari yusuf, ibu yusuf selalu ingat yusuf dan selalu mendoakan yusuf, dan yusuf lebih bangga punya orang tua ganda yang lebih menyayangi yusuf, dua ayah dan dua ibu apalagi yusuf.		parafrase
Klien	Ya ustad... walau kini ayah dan ibu udah hidup masing-masih yusuf tetep sayang dan tidak lupa buat kasih sayangnya.	Mengusap air mata	
Konselor	Ya yusuf bagus itu. Walau sudah pisah yusuf sebagai anak hanya bisa memberi yang terbaik kepada kedua orang tua yusuf	Senang mendengar jawaban dari klien	Dorongan Minimal
klien	ya ustad,, saya juga merasa lebih tenang..	Menangukan kepala	Close Question

	kalo gitu yusuf mau pamit dulu soalnya yusuf mau masuk kelas ada pelajaran lagi.. terima kasih ustad assalamualaikum		
konselor	waallaikumsalam wr. wb		

Pertemuan Ke-3

Tanggal : 23 Juni 2014

Tempat : Ruang Konseling/perpustakaan MA. Bilingual

<b>Konselor/ Klien</b>	<b>Ungkapan Verbal</b>	<b>Perilaku Non-Verbal</b>	<b>Keterampilan</b>
Klien	Assalamualaikum, ustad, boleh saya masuk	Dengan wajah penuh gembira	Attending
konselor	waalaikum salam yusuf, ia silakan masuk	Mempersilakan masuk	
klien	ustad hari ini yusuf mau curhat boleh?	Dengan wajah penuh gembira	Open question
konselor	Ia tutentu saja boleh, mau curhat tentang apa yusuf?	Klien mendengar aktif	
klien	Entah ini perasaan saya atau bagaimana.. kok saya jadi ingin kuliah di UGM dan ambil kedokteran dari pada saya ke UNAIR dan ITS entah kenapa saya menjadi bingung ya ustad..	Menceritakan masalah dan perasaan yang di alami	
konselor	Oooh jadi kamu masih merasa bingung nantinya harus memilih universitas mana?	Klien mendengar aktif	memimpin
klien	Ia itu. Tapi saya ingin mengejar dan bermimpi ingin kuliah di UGM ustad. Hehehe.... Apa saya bisa dan di izinkan oleh orang tua ya??	Kepala sambil meihat keatas langit-langit	Merencanakan
konselor	Emmmmm ya itu bagus yusuf mempunyai tujuan dan impian seperti itu, yusuf tidak usah bingung, cemas, takut atau berfikiran negatif		Memberi nasehat, mengarahkan

	dulu, Ia apapun itu tujuan kamu, impian kamu yusuf. tulis apa yang yusuf cita-citakan dan inginkan buat dream wall atau target. Apapun hasilnya nanti itu kesemapaian atau tidak gak masalah, kesemapaian ya alhamdulillah dan klo tidak ya gak kenapa, kan kita gak kena hukuman kan, tinggal kita intropeksi diri, belajar dari kesalahan dan fokus.		
klien	Hhehehe ia juga ya ustad.. apa saya bisa lolos ya? Dan apa ayah saya mengizinkan ya buat kuliah UGM disana? Soalnya saya belum bilang ke ayah saya, saya takut buat bilang ke ayah saya soalnya dulu ayah lebih mengarahkan untuk kuliah di UNAIR dan ITS?	Wajahnya agak cemas, takut, kurang percaya diri akan impiannya	Mendengar aktif
konselor	Ya Insya allah kalau allah mengizinkan yusuf buat kuliah disana pasti ada jalan, tinggal yusuf berusaha dan belajar dulu perjalanan yusuf masih panjang masih ada waktu buat semuanya, buat bicara ke ayah yusuf nanti bisa di bicarakan pelan-pelan kalo ada waktu komunikasi ma ayah. Apa apa lagi yusuf punya cita-cita yang tinggi ayah kamu pasti bangga melihat kamu		Memberi nasehat dan mengarahkam
klien	Saya itu juga kenapa kok takut, kenapa kalo mau bicara ma ayah saya ya? Saya	Menjelaskan dengan wajah yang serius	Mendengar aktif

	trauma soalnya dulu waktu kecil ayah kalo bertengkar sama ibu suaranya lantang? Dan ayah selalu sibuk dengan pekerjaanya		
konselor	Ooh jadi begitu, Ya itu kan saat yang lalu, kalo sekarang coba bicarakan dikit demi sedikit kan jangan berfikir negatif dahulu, coba pelan-pelan apa yang mau di inginkan yusuf bicarakan sampaikan walau itu sebentar gak masalah yang penting yusuf bisa berkomunikasi dengan ayah.		Parafrese menjelaskan dengan perlahan-lahan
klien	Emmmm hee..emm saya akan coba ustad.	Menganggukan kepala	Mendengar aktif
konselor	Ya ustad hafidz juga bangga kamu mencoba berkomunikasi dengan ayah kamu.	Meyakinkan klien	Paraphrase Memberikan semangat
klien	Saya akan lebih belajar giat lagi ya ustad khususnya buat pelajaran-pelajaran IPA.	Meminta saran	Mendenagar aktif
konselor	ya yusuf tapi juga jangan usahakan pelajaran IPA saja pelajaran agama Islam juga penting itu agar membuat kamu mempunyai nilai plus sendiri nantinya menjadi dokter yang mempunyai nilai-nilai keislaman		Parafrese, memberi saran masukan dan informasi
klien	Bener ustad semua saya akan mencobanya mumpung masih ada waktu dan belum terlambat.	Memandang wajah konselor dengan rasa optimis	Mendengar aktif
konselor	Terus bagaimana perasaan kamu hari ini apa semua sudah lega atau masih ada kendala lagi	Memandang wajah klien	Refleksi menjernihkan

Klien	Ya alahmdulilah da lumayan lega ada motivasi sedikit. Ya sudah ustad saya mau pamit masuk kelas dulu soalnya mau ada pelajaran lagi. Assalamuallaikum	Senyum dan meninggalkan ruangan	mengakhiri
Konselor	Waallaikum salam Wr Wb	senyum	mengakhiri

Pertemuan Ke-4

Tanggal : 26 Mei 2014

Tempat : Ruang Konseling/perpustakaan MA. Bilingual

Konselor/ Klien	Ungkapan Verbal	Perilaku Non-Verbal	Keterampilan
Klien	Assalamuallaikum		Attending
konselor	waallaikum salam yusuf, ia silakan masuk	Menerima kedatangan klien	
klien	Ya terima kasih ustad		
konselor	Bagaimana kabar kamu hari ini yusuf?		Open question
klien	Ya alhamdulillah baik ustad. ustad hari ini yusuf senang sekali	Menunjukkan wajah gembira	
konselor	Ohh ya ada apa yus?	Memandang wajah klien	
klien	saya kemaren di jenguk oleh ayah saya walau ngak bisa lama saya senang sekali.	Senyum bahagia	
konselor	ohh ya.. lalu?	Sambil tersenyum	
klien	ya saya kemaren bicara kepada ayah saya kalau saya ingin melanjutkan kuliah d UGM?	Menceritakan masalahnya	
konselor	Lalu apa respon ayah kamu?		Open question
klien	Ayah bilang ya tidak apa-apa tetep mendukung saya untuk kuliah di UGM dan ambil kedokteran		
konselor	Bagus itu, ayah kamu pasti bangga melihat kamu mempunyai tujuan yang baik?	Memberi semangat dan memberi dua jempol	
klien	Yaa ustad, ternyata ayah itu orangnya baik	Menceritakan	Mendengar aktif

	kalo di ajak bicara walau pertemuan kita hanya sebentar. Saya terus terang kalo ayah saya selalu repot dengan urusan kerjanya tidak pernah komunikasi dengan anak-anaknya		
konselor	Yusuf jangan berganggapan negatif dulu sama ayahnya, itu tidak baik, semuanya harus berfikir yang positif dan kita harus sopan santun terhadap orang tua, bertutur kata yang sopan.		Konfrontasi Memberi nasehat dan memeberi saran
klien	He.em ustad saya kok merasa berprasangka buruk terus ya. Pada aya saya. Padahal ayah saya baik banget pada saya	Merasa bersalah dan menundukan kepala	
konselor	ya sebaiknya kamu meminta maaf pada ayah kamu, kamu tidak boleh durhaka kepada ayah kamu apa lagi ibu kamu.		Konfrontasi Memberi saran dan menasehati
klien	Ya ustad saya akan meminta maaf	Menganggukkan kepala	
konselor	Bagus itu agar kamu nantinya mendapatkan kemudahan dalam cita-cita kamu dan mendapatkan ridho dari Allah dan ridho orang tua		Dorongan minimal
Klien	Ohh ya.. apa saya bener-bener mampu ngak ya pengen seperti ayah saya menjadi seorang dokter?		Open question
konselor	semua tergantung kamu, ada niat+doa+usaha semua ada jalan, kalau ada mau kemauan disitu pasti ada jalan yang lebih penting kamu harus punya target dalam hidup kamu.	Klien mendengar aktif	Paraphrase, memberi nasehat,saran dan motivasi
klien	ya juga ya ustad bener-bener itu..		Mendengar aktif

konselor	apa kamu sudah punya target itu, impian kamu, cita-cita kamu, kamu harus tulis itu di kertas kosong, kalo perlu tempelkan di kamar kamu " <i>Dream Wall</i> "		Memberi saran
klien	ngak ahh ustad malu sama teman-teman saya dikira pa nanti...?	Senyum senyum	
konselor	kenapa harus malu yus.. kamu gagal gak masalah koq, gak masuk neraka tau penjara, kan itu semua hanya cita-cita, target saja buat memotivasi diri kamu agar bisa mencapai tujuan dan target yang kamu harapkan		Dorongan minimal Memberi masukan dan semangat
klien	ya juga ya ustadz... heheheh...	Sambil tertawa	
konselor	ya apapun kata orang menertawakan kita, belum tentu kita semua salah.. apapun yang kita lakukan agar bisa menjadi sukses itu kuncinya salah dulu baru benar..		Paraphrase
klien	Ya bener-bener ustad... kalo gitu saya akan coba buat seperti itu		Mendengar aktif
konselor	Ya bagus itu lusa saya tunggu hasilnya	Memberi tugas dream wall di kertas	
klien	Siap ustad, ya sudah ustad kalo begitu saya pamit dulu soalnya mau masuk waktunya biologi pelajaran yang saya sukai. Assalamualikum ustad..	Bangkit dari tempat duduk	mengakhiri
konselor	Waallaikum salam Wr. Wb		

Pertemuan Ke-5

Tanggal : 28 Mei 2014

Tempat : Ruang Kelas alam MA. Bilingual

Konselor/	Ungkapan Verbal	Perilaku Non-Verbal	Keterampilan
-----------	-----------------	---------------------	--------------

<b>Klien</b>			
Klien	Assalamualaikum		Attending
konselor	Waallaikum salam yusuf. Kita diruang kelas alam ini ya sementara soalnya perpustakaanya di pakai	Memberi salam dan mengajak pindah ruangan	
klien	Ya tidak apa-apa ustad. Lebih nyaman di kelas alam dekat sawah sejuk suasananya.	Sambil mengajak	
konselor	bagaimana hasilnya yang dapat tugas dari saya kemaren tentang <i>dream wall</i> , sudah di tulis dan di buat?		Open question
klien	ya alhamdulillah sudah.. ini ustad... tinggal sedikit lagi yang jadwal harian saya belum saya tulis	Sambil menunjukan hasil tugas dari konselor	
konselor	ya bagus ini.. apa Cuma ini saja yang bisa yusuf lakukan.. apa yusuf bisa berkomitment, konsisten pada diri yusuf untuk mengejar target yusuf ni?		Konfrontasi
klien	Insya Allah saya siap ustad dan saya berusaha semaksimal mungkin	Meyakinkan pada diri sendiri	Mendengar aktif
konselor	ya semua ini apa yang di buat yusuf harus bisa di renungkan terlebih dahulu pada diri yusuf, agar yusuf lebih yakin dan mantap untuk menjalankannya?		Dorongan minimal
klien	ya ustad.. semua akan saya lakukan semaksimal mungkin buat nunjukin kalo saya bisa mandiri, saya bisa bangga kedua orang tua saya.	Wajahnya menunjukan keyakinan	Mendengar aktif
konselor	ya.. bagus itu. Jangan lupa berdoa, doakan orang tua juga selesai sholat agar di ampuni dosa-dosanya oleh Allah, di beri kesehatan dan rezeki. Karena doa anak sholeh itu juga di kabulkan oleh Allah SWT.	Konselor memberikan acungan jempol	Parafrase
klien	Ustad jumat besok kan sudah UKK (Ujian Kenaikan Kelas) deg-degan ya hati saya bisa	bercerita	Mendengar aktif

	gak ya menjalanin UKK		
konselor	Kamu pasti bisa, semua belum terlambat masih ada waktu, yusuf jangan takut, cemas atau yang lainnya. Kalau kita mau niat belajar, usaha, berdoa pasti bisa	Memberi semangat	parafrase
klien	Ya sih?? Tapi kali ini rasanya beda	Heran	
konselor	Beda apanya yusuf?		Open question
klien	Ya beda gimana gitu kayak gak enak perasaanku	Mengangkat bahunya	
konselor	Itu kan hanya perasaan mu saja. Inget semua harus fokus. Jangan berfikir negatif terus nanti itu bisa mengganggu keseharian kamu. Kan yusuf sudah buat jadwal keseharian yusuf dan target-target yusuf ini. Isi waktu luang yusuf dengan membaca buku, al qur'an atau berolahraga. Kan yusuf suka berolahraga basket kan ya buat isi hari hari yusuf banyak aktifitas yang positif.	Meyakinkan klien	Refleksi Parafrese
Klien	Ya ustad saya juga senang sekali berolahraga basket, futsal sama teman-teman-teman.		
Konselor	Nahh itu bagus....	Sambil tersenyum	
Klien	Ya saya minta doanya ya ustad semoga UKK besok lancar ngerjakannya	Meminta doa	Mendegar aktif
Konselor	Ya ustad hafidz doakan semoga kamu bisa lancar jangan lupa belajar yang giat.		Dorongan minimal
Klien	Ya terima kasih ustad. Ya ustad jum'at lusa kesini lagikan	Berharap bisa bertemu lagi	Meminta dan membuat janji
Konselor	ya insya allah saya kesini lagi setelah jumat'an saya tunggu di kelas alam ini ya?	Membuat kesepakatan waktu	
Klien	Ya.. itu ada pengumuman bersih-bersih kelas dulu ustad. Saya mau kembali kekelas ya buat bantu teman-teman bersih-bersih kelas soalnya	Berpamitan dan segera kembali di kelasnya	mengakhiri

	jum'at kan sudah mau di buat UKK		
Konselor	Oohh ya tidak apa-apa.	Menganggukan kepala	
Klien	Ya sudah ustad saya mau pamit dulu assalamualaikum		mengakhiri
Konselor	Waallaikum salam	Sambil tersenyum	

Pertemuan Ke-6

Tanggal : 30 Mei 2014

Tempat : Ruang kelas alam MA. Bilingual

<b>Konselor/ Klien</b>	<b>Ungkapan Verbal</b>	<b>Perilaku Non-Verbal</b>	<b>Keterampilan</b>
Klien	Assalamualaikum		Attending
Konselor	Waallaikum salam yusuf	Sambil tersenyum	
Klien	Ustad da nunggu lama ta di sini?		Open question
Konselor	Tidak barusan juga datang. Gimana kabar hari ini?	senyum	Open question
Klien	Ya alhamdulillah baik		
Konselor	Lancar hari ini UKK dihari pertama		Open question
Klien	Ya alhamdulillah lancar ustad semua soalnya mudah-mudah apa yang semalam saya pelajari bersama teman-teman banyak yang keluar soalnya.	Wajah melihatkan dengan penuh percaya diri dan optimis	Mendengar aktif
Konselor	Waah bagus itu		Dorongan minimal
Klien	Ya ternyata bener ustad rasa takut dan cemas itu harus di lawan agar semuanya hasilnya baik	Mejelaskan dengan keyakinan	Mendengar aktif
Konselor	Yaa bener itu. Apabila kita berfikir yang negatif hasilnya pasti negatif kalo kita mikirnya positif yang baik-baik insya allah hasilnya pun baik juga kan?	Memberi motivasi	Refleksi
Klien	Heehhehehe ia saya harus hilangkan pikiran yang jelek-jelek	Tertawa	
Konselor	Ya pelan-pelan semua kesulitan, kecemasan, apapun itu jika kita		Menjernihkan

	selesaikan satu-satu kendala itu pasti hasilnya akan maksimal		
Klien	Okk hari-hari selanjutnya saya akan coba berbuat yang lebih baik dari pada hari ini	Mencoba merubah kebiasaan buruknya	
Konselor	Ya bagus itu, isi hari-hari waktu yang kosong yusuf dengan bakat yusuf, ketrampilan yusuf buat yusuf sendiri agar diri yusuf lebih terhibur, jangan sekali-kali dendam, berprasangka buruk, cemas, bahkan depresi hilangkan dengan waktu yang baik tadi.	Memberikan masukan, nasihat	Dorongan minimal paraphrase
Klien	Ya ustad ternyata lebih baik menyenangkan hari-hari saya akhir-akhir ini	Menunjukkan wajah yang gembira dan tersenyum	
Konselor	Ya bagus. Ya sudah hari ini ustad lebih bangga melihat kamu lebih bahagia dan semangat menjalani hidup kamu yang baru. Buka lembaran baru	senyum	Paraphrase memberi informasi
Klien	Ya saya gak bisa lama-lama ustad soalnya saya ada piket kamar ustad sama anak-anak	Melihat arah jam dinding	
Konselor	Oh ya gak papa. Mungkin sampai hari ini ya	Menganggukan kepala	mengakhiri
Klien	Ya ustad terima kasih sudah menemani hari-hariku berubah menjadi lebih baik. Saya balik dulu ustad assalamualaikum		Mendengar aktif
konselor	Waallaikum salam Wr. Wb		mengakhiri

Dari percakapan di atas, terapi *Cognitive Behavior Therapy* lebih mengarahkan anak untuk lebih berkonsentrasi, semangat belajar, menentukan target dalam hidupnya, konsisten dan bertanggung jawab pada diri sendiri dengan ajaran-ajaran islam.

## e. Follow up

Setelah proses terapi dilakukan selanjutnya adalah langkah follow up atau evaluasi, disini konselor melihat sejauh mana perubahan yang terjadi pada diri konseli setelah proses bimbingan konseling yang telah dilakukan dengan terapi yang di terapkan

Pertemuan Ke-7

Tanggal : 2 juni 2014

Tempat : MA. Bilingual

Konselor/ Klien	Ungkapan Verbal	Perilaku Non- Verbal	Keterampilan
Konselor	Assalamu'alaikum yusuf gimana kabarnya hari ini		Attending
Klien	Waallaikum salam		
Konselor	gimana kabarnya siang hari ini setelah seharian UAS ini sepertinya senang sekali hari ini iya...??		Open question
Klien	ya.. alhamdulillah senang lancar ustad.. soalnya mudah mudah pertanyaanya dan tadi waktunya biologi.	Menunjukkan wajah yang bahagia	Mendengar aktif
Konselor	berati sekarang sudah lebih makin percaya diri dong?		Open question
Klien	Hehehehhe iya.. itu semua saya selalu belajar bersama teman di pondok pesantren ustad.	Bercerita saat belajar dipondok	Mendengar aktif
Konselor	bagus kalo begitu, saya senang banget melihatnya. Terus di tingkatkan belajarnya sama teman-teman ya		Refleksi
Klien	Ya ustad..kapan-kapan kalo ada waktu sering-sering main kepondok ustad sama ustad PPL yang lain	Mengajak ustad-ustadzah PPL yang lain untuk datang ke pondok	
Konselor	Insya allah kalo ada waktu kita semua pasti main kesini lagi..		Dorongan minimal
Klien	Ya ustad saya tunggu kedatanganya. Sekali lagi terima kasih ustad sudah memberi motivasi, saran, masukan dan teman curhat selama ini	berharap	Mendengar aktif
Konselor	Ya sama-sama. Saya juga lebih bangga melihat perubahan dari		Dorongan minimal

	kamu. Ya sudah saya pamit dulu ya mau ke miss ayun..soalnya tadi saya ada janji sama miss ayun assallamuallahum		mengakhiri
Klien	Wa.aallaikum salam	Tersenyum	mengakhiri

3. Deskripsi data tentang Hasil Proses Bimbingan dan Konseling Islam Dengan *Cognitive Behavior Therapy* Dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental (*anxiety*) Seorang Siswa di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo.

Dari penuturan guru wali kelasnya, yusuf mengalami perubahan perilaku, sekarang konseli yang selama ini merasa kurang semangat bersekolah, entah kenapa waktu UAS pertama dia begitu datang terlebih dahulu dan datang dengan seragam yang rapi, lengkap dengan atribut sekolahnya. Hal ini membuat guru-guru yang mengawasi saat ujian pun juga heran melihat perubahan yang di alami yusuf akhir-akhir ini yang sedikit demi sedikit mulai berubah kebiasaan buruknya, seperti, melamun, cemas, datang terlambat dan sebagainya.