

BAB I  
PENDAHULUAN

A. PENEKASAN JUDUL

Agar tidak terjadi kesimpang siuran dalam memahami skripsi yang berjudul "Eimbingan Penyuluhan Agama dalam Menangani Depresi ( Studi Kasus Pada Anak Tunggal ) di Daerah Kalimas Hilir kotamadya Surabaya", maka perlu dijelaskan beberapa istilah di dalamnya yaitu :

**BIMBINGAN PENYULUHAN AGAMA**

Bimbingan penyuluhan agama adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik kesulitan lahiriah maupun bathiniah yang menyangkut kehidupannya di masa kini dan masa yang akan datang. Bantuan tersebut berupa pertolongan dibidang mental dan spiritual, agar orang yang bersangkutan mampu mengatasi dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan kekuatan iman dan ketaqwaan kepada Tuhannya. (H.M. Arifin : 1982 : 2)

Adapun yang dimaksud dengan bimbingan penyuluhan agama dalam penelitian ini adalah kepenasehatan keagamaan. Yaitu nasehat-nasehat, petunjuk-petunjuk yang berhubungan dengan ajaran agama.

**DEPRESI**

Depresi menurut Dadang Hawari memberikan pengertian bahwa : Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (afektif : mood) yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya. (Dadang Hawari, 1997 : 54)

Anak Tunggal adalah tumpuhan harapan kedua orang tuanya yang berpadu, bertumpuk satu padanya, harapan tentang apa saja tentang kehidupan yang lebih baik, harapan yang akan meneruskan keturunan, harapan akan tercapainya cita-citanya dan harapan tentang segala-galanya.

Sedangkan depresi yang menjadi peneliti adalah dengan gejala-gejala sebagai berikut : ia merasa sedih, murung dan selalu marah-marah yang tiada penyebabnya. Setiap hari hanya berdiam diri dan malas untuk melakukan aktifitas, merasa tidak berguna, lemah dan gelisah, mengalami gangguan tidur (insomnia), meninggalkan kegiatan ritual kesehariannya.

Dengan gejala tersebut diatas, dapat menghambat aktifitas individu dalam tugasnya sebagai manusia fil ardhī, sehingga bimbingan penyuluhan agama membantu individu dengan harapan setelah mendapat perlakuan bimbingan dapat merasakan ketenangan, ketentraman dan kebahagiaan.

#### B. ALASAN PEMILIHAN JUDUL

Ada beberapa alasan untuk meneliti dan menyusun skripsi dengan judul tersebut, adalah :

1. Masalah ini sangat menarik bagi peneliti, karena permasalahan tersebut erat kaitannya dengan spesialis kajian yang dipelajari selama menjadi mahasiswa Jurusan Bimbingan Penyuluhan Masyarakat pada Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel
2. Permasalahan ini penting atau perlu diselesaikan, sebab masalah tersebut bisa menjadi lebih parah dalam kehidupan psikhis individu yang bisa menyebabkan individu tidak melakukan tugas-tugasnya dengan baik
3. Sepanjang pengetahuan peneliti, permasalahan ini belum ada orang yang meneliti dan membahasnya sebagai bahan

masa lah tersebut bisa menjadi lebih parah dalam kehidupan psikia individu yang bisa menyebabkan individu tidak melakukan tugas-tugasnya dengan baik

- 3. Sepanjang pengetahuan peneliti, permasalahan ini belum ada orang yang meneliti dan membahasnya sebagai bahan pelaporan skripsi.

C. LATAR BELAKANG MASALAH

Manusia adalah makhluk yang kompleks yang di dalam kehidupannya selalu menginginkan sesuatu yang serba sempurna dan serba indah. Semakin tinggi tingkat sosial manusia, maka semakin tinggi dan banyak pula keinginannya dan semakin rumit permasalahan yang dihadapi dalam rangkah pencapaian tujuan dan keinginannya tersebut. Manusia juga seringkali lupa bahwa dirinya juga mempunyai kelemahan dan kekurangan yang tidak menutup kemungkinan mengalami kegagalan dalam melaksanakan usahanya. Kegagalan yang dialami manusia seringkali membuat ia menjadi merasa sedih, putus asa, gelisah dan kecewa. Hal ini seperti yang ditulis Dr. Zakiah Daradjat dalam bukunya yang berjudul : Peranan Agama dalam Kesehatan mental :

Dari pengalaman para ahli ilmu jiwa dengan pasien-pasiennya yang menderita kesukaran-kesukaran emosi dan gangguan kejiwaan serta hasil-hasil penyelidikan ilmiah yang

dilakukan terhadap tingkah laku seseorang, terbukti bahwa gangguan kejiwaan terjadi antara lain akibat dorongan untuk memenuhi keinginan-kebutuhan yang di rasakannya. Bila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, orang akan merasakan tidak enak, gelisah dan kecewa. (Dr. Zakiah Daradjat, 1995 : 32)

Apabila kita kaji lebih mendalam sesungguhnya problema kehidupan adalah bagian yang hakiki dari kemanusiaan, kegagalan, dalam mencapai suatu tujuan bukanlah merupakan kehancuran. Kegagalan yang terjadi dalam segala hal, misalnya pendidikan, seringkali membuat manusia menjadi pesimis menghadapi kehidupan, karena menyangka bahwa hal itu adalah kegagalan total yang tidak dapat lagi diatasi.

Keadaan dialami oleh individu yang terkena masalah dengan tanda-tanda diatas akan mengganggu aktifitas berfikir, bertingkah laku serta menghambat dalam menjalankan tugas kesehariannya. Mereka cenderung melakukan perbuatan yang tidak baik dan tidak bermanfaat, sehingga sering menyalahkan diri sendiri dan mudah berkeluh kesah. Dengan demikian manusia tidak bisa mencapai kebahagiaan di dunia dan kebahagiaan di akhirat sebagaimana tujuan akhir dalam kehidupan seperti yang diidamkan oleh seluruh umat di muka bumi.

Melihat gejala diatas mengingatkan bahwa manusia mempunyai sifat dasar negatif yaitu mereka mempunyai kecendrungan merasa tidak mampu dari segi fisik maupun psikisnya

Artinya : Sesungguhnya manusia itu diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpakan kesusahan ia berkeluh kesah dan apabila ia mendapat kebaikan, ia amat kikir (Depag RI, 1989 : 974)

Menurut kodratnya tiada manusia yang sempurna di dunia ini, baik dilihat dari segi fisik maupun psikologinya. Ketidak sempurnaan itu sering kali menimbulkan masalah pada diri individu, karena ia merasa tidak puas akan keberadaan dirinya dan juga iri bila membandingkan keadaan fisiknya dengan orang lain. Oleh karena itu ia membutuhkan sesamanya untuk mengisi, melengkapi dan menyadari keterbatasannya tersebut.

Keberadaan orang lain sebagai pembimbing dapat menjadi kontrol terhadap kondisi psikhisnya tersebut. Karena kondisi psikhis yang tidak seimbang tersebut seperti yang telah tertulis sebelumnya, akan menimbulkan masalah berupa gangguan kondisi psikhis, seperti depresi, stress dan problema ketegangan mental.

Depresi merupakan sebuah gejala akibat ketidakseimbangan atau tidak stabilnya kondisi psikhis. Orang yang ter-serang depresi akan selalu khawatir, takut dan gelisah. Dia juga akan senantiasa tampak murung, sedih, tidak bahagia dan kehilangan semangat hidup.

Depresi akan menimpa siapa saja, tidak pandang bulu, tidak memilih korbannya. Kapan saja, umur berapa saja seseorang dapat terserang depresi yaitu pada saat kita dalam keadaan sensitif atau peka. Merasa bingung, sedih, panik atau hampir putus asa adalah manusiawi. Justru karena manusia tidak sempurna, perasaan demikian menjadi wajar. Kegagalan yang menyedihkan, jika perasaan berlarut-larut, diri kita dapat hanyut sampai jauh dan bisa saja berlanjut dengan perasaan putus asa. Seolah dunia tidak punya arti apa-apa setelah kegagalan itu. Jadi, penyebab depresi macam-macam, tekanan ekonomi seperti sekarang yang menimbulkan banyak pengangguran. Para ahli berpendapat, langkah awal untuk menghadapi keadaan ini harus mengakui bahwa : wajar apabila sesekali kita berhadapan dengan tekanan batin. Dan orang-orang yang ada disekitarnya, harus memahami. (Famili 57, 1992 : 65).

#### D. PERMASALAHAN

##### 1. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut diatas, maka dapatlah dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

- a. Bagaimanakah proses pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama dalam menaggulangi depresi pada anak tunggal di Daerah Kalimas Hilir Kotamadya Surabaya?
- b. Bagaimana hasil akhir dari proses pelaksanaan Bimbingan dan penyuluhan dalam menangani Depresi pada anak tunggal di Daerah Kalimas Hilir Kotamadya Surabaya?

##### 2. Batasan Masalah

Agar permasalahan tersebut diatas menjadi lebih jelas pembahasannya, maka kami membatasi permasalahan tersebut sebagai berikut:

- a. Bimbingan Penyuluhan Agama (BPA) yang dimaksud disini adalah pemberian bantuan yang dilaksanakan secara individual dan langsung, yaitu menggunakan pendekatan terapi directive counseling.

- b. Depresi itu gejala-gejalanya sebagai berikut :-

1. Konsele selalu sedih, murung dan marah-marah yang tiada sebabnya
2. Setiap hari hanya berdiam diri dan malas melakukan aktifitas

3. Merasa tidak berguna, lemah dan gelisah
4. Mengalami gangguan tidur (Insomnia)
5. Ingin meninggalkan tempat tinggal sejauh-jauhnya
6. Tidak mau mengikuti kegiatan sosial serta meninggalkan kegiatan ritual.

#### E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Dalam mengadakan kegiatan penelitian ini, penulis mempunyai tujuan sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui apakah pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama dalam menanggulangi depresi pada anak tunggal di Daerah Kalimas Hilir Kotamadya Surabaya sesuai dengan teori bimbingan Penyuluhan agama.
- b. Untuk mengetahui hasil akhir proses pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama dalam menangani depresi pada anak tunggal di Daerah Kalimas Hilir Kotamadya Surabaya.

#### 2. Kegunaan penelitian

Dengan adanya penelitian ini di harapkan mempunyai kegunaan sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian ini dapat sebagai bahan masukkan dalam rangka pengembangan wawasan ilmiah bimbingan konseling Islam baik secara teoritis maupun praktis.



- b. Sebagai sumbangan pemikiran dan alternatif bagi konselor agama selalu pembimbing agama pada anggota masyarakat yang mengalami masalah sehingga mencapai hasil yang sesuai dan diharapkan.
- c. Dengan penelitian ini, menambah wawasan bagi penulis dalam pembuatan skripsi.
- d. Sebagai sumbangan kepustakaan dalam rangka pengembangan akademis dalam pelaksanaan bimbingan Penyuluhan Agama di Fakultas Dakwah Surabaya.

#### F. Landasan Teori

Permasalahan yang dibahas dalam skripsi ini berkenaan dengan anak tunggal. Disebutkan oleh banyak ahli psikologi bahwa anak tunggal sangat sensitif kondisi psikologinya, yang disebabkan oleh masalah rumit yang tidak mampu ia selesaikan dengan baik. Agar anak tunggal memiliki pegangan hidup yang kuat dalam rangka mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat, dimana ketika di dunia ia mampu menghadapi permasalahan yang ditemui dalam kehidupan dengan baik, maka ajaran agama harus benar-benar ditanamkan dalam jiwanya.

Kekecewaan dalam menjalani hidup terkadang dapat menghambat untuk mencapai tujuan yang semula di cita-citakan, sehingga mereka berfikir dengan cara yang pendek untuk menghindari problem yang dihadapi. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Dr. Kartini Kartono:

"Orang-orang yang cenderung menjadi depresif itu biasanya sangat bergantung pada kasih sayang dan penghargaan orang lain, sehingga apabila mereka itu merasa ditinggalkan oleh orang-orang yang dicintai, maka muncullah kemarahan-kemarahan primitif yang hebat dan bisa berubah wujud menjadi fantasi-fantasi kematian serta fantasi bunuh diri". (Kartini Kartono, 1987 : 172)

"Kecewa atau frustrasi ialah satu keadaan, dimana satu kebutuhan tidak bisa terpenuhi, dan tujuan tidak bisa tercapai sehingga orang kecewa dan mengalami satu barriere atau halangan dalam usaha mencapai satu tujuan". (Kartini Kartono, 1989 : 50)

Adapun Bimbingan Penyuluhan Agama ialah :

"Usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik kesulitan lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupannya di masa kini dan masa mendatang. Bantuan tersebut berupa pertolongan dibidang mental dan spiritual, agar orang yang bersangkutan mampu mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan dari kekuatan iman dan taqwa kepada Tuhannya". (H.M. Arifin, 1982 : 2)

Dari teori diatas, maka bimbingan dan penyuluhan agama bertujuan untuk menolong sesama manusia dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya agar mereka mampu melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai kholifah fil ardhil, dan tercapai kesejahteraan kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Dengan teori diatas, adalah merupakan acuan mendasar yang kemudian secara detailnya akan dipaparkan dalam (BAB II). Sebagaimana yang tertera dalam judul Skripsi ini yang berkenaan dengan Anak Tunggal yang mengalami gangguan psikhis berbentuk depresi sebagai akibat kenyataan yang Dia alami.

## 6. Methodologi Penelitian

### 1. Jenis Penelitian.

Penelitian ini menggunakan bentuk study kasus (case Study). Penelitian kasus adalah penelitian yang dilakukan untuk mengungkapkan tentang suatu keadaan secara mendalam, intensif, baik mengenai perseorangan, secara individual. (Drs. Nur syam 1991 : 69)

### 2. Sumber Data

#### a. Sumber data manusia.

Sumber data manusia dalam penelitian ini adalah Keluarga, teman, sebayanya dan juga anak tunggal yang menjadi subyek penderita. Karena dalam hal ini secara langsung mereka mengerti dan memahami segala persoalan yang berkaitan dengan Bimbingan Penyuluhan Agama dalam menaggulangi Depresi pada anak Tunggal, baik itu mengenai proses pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama.

#### b. Sumber Data non manusia.

Sumber data non manusia ini berupa literatur & dokumentasi. Data ini peneliti gunakan sepanjang mempunyai relevansi dengan masalah yang sedang diteliti.

### 3. Tehnik Pengumpulan data

Tehnik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai

berikut :

a. Interview

Interview yang sering juga disebut dengan wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan pewawancara untuk memperoleh informasi dari terwawancara. (Dr. Suharsimi Arikunto, 1993 : 126)

Metode ini digunakan oleh peneliti untuk mengetahui dan menilai keadaan konsela, menyangkut keadaan konsela, orang tua, pendidikan, perhatian dan sikapnya terhadap masalah.

Untuk mencapai tujuan wawancara yaitu data yang akurat dan lengkap serta proses wawancara yang terencana dan sistematis. Pedoman wawancara itu pada garis besarnya adalah sebagai berikut :

1. Persiapan

Pada langkah ini yang perlu diperhatikan diantaranya :

- a. Menentukan tujuan dari wawancara
- b. Menetapkan bentuk-bentuk pertanyaan
- c. Menentukan interviuer (penjawab responden) yang betul-betul memiliki informasi
- d. Menetapkan jadwal wawancara
- e. Menetapkan jumlah responden
- f. Menghubungi responden.

2. Pelaksanaan

- a. Mengembangkan seleksi dari berbagai pertanyaan yang sesuai dengan maksud tujuan wawancara

b. Mengadakan wawancara.

### C. Penutup

- a. Menyusun laporan hasil wawancara
- b. Mengadakan evaluasi apakah wawancara yang telah dilakukan itu cukup memadai
- c. Mengadakan bentuk diskusi tentang pelaksanaan wawancara. (Dewa Ketut Sukardi, 1989 : 109).

### b. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan kegiatan mengadakan pertimbangan dan memberikan penilaian atas peristiwa yang terjadi dengan cara melihat secara langsung data yang ada.

Observasi merupakan tehnik pengumpulan data tentang diri konseli yang dilakukan secara sistematis sengaja melalui proses pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang diselidiki. (Dewa Ketut Sukardi, 1988 : 90).

Observasi dilakukan oleh peneliti dalam setiap kesempatan selama penelitian untuk memperoleh data kondisi psikhis konseli, sikap dan tinglah lakunya pada orang lain. Kebetulan lokasi daerah tersebut adalah lokasi yang sangat menyenangkan dimana konselor bisa berlama-lama untuk memperoleh data sebanyak-banyaknya sehingga hubungan interpersonal antara konselor dan konseli dapat dibentuk.

TABEL 1  
JENIS DATA SUMBER DAN METODE PENGUMPULAN DATA

NO.	JENIS DATA	SUMBER DATA	MPD
1	Kondisi klien	Klien	I+O
2	Kondisi keluarga klien	Klien	I+O
3	Pelaksanaan BPA	konselor	I+O
4	Diskripsi tentang perubahan klien setelah pelaksanaan BPA	Klien Konselor	I+O I+O

Keterangan : D : Dokumentasi

I : Interview/Wawancara

O : Observasi

#### 4. Teknik Analisa Data

Setelah data diproses, langkah selanjutnya adalah menganalisa data. Adapun analisa data yang peneliti gunakan adalah analisa kualitatif diskriptif. Yaitu dengan cara membandingkan pelaksanaan bimbingan dan Penyuluhan agama yang telah dilaksanakan dengan teori bimbingan dan Penyuluhan agama pada umumnya.

Dari sifatnya yang diskriptif tersebut, maka data yang diperoleh adalah berupa kata-kata, gambaran (jika ada) dan

bukan merupakan angka-angka. Hal ini disebabkan karena penerapan dari metode penelitian kualitatif. Sehingga laporan dari hasil penelitian ini merupakan kutipan yang diambil dari wawancara, dokumentasi maupun catatan dari hasil observasi.

Sedangkan bentuk skala penelitian diskriptif dan aspek yang diobservasi dijabarkan dengan bentuk alternatif kualitas, seperti dalam kata-kata selalu, sering kadang, jarang, tidak pernah dan sebagainya. (I. Djumhur M. Surya, 1975 : 54). Dimana kata-kata tersebut memadai frekwensi perilaku dan gejala yang ditunjukkan oleh konsesebelum dan setelah pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama.

#### H. Sistematika pembahasan

Adapun sistematika pembahasan dalam penulisan skripsi ini di bagi dalam lima bab, dengan susunan pembahasan sebagai berikut :

Bab I : Pendahuluan, dalam bab ini menyajikan gambaran methodologi penelitian, dimaksudkan agar skripsi ini jelas pembahasannya dan sebagai pengantar ilmiah untuk dijadikan pijakan pembahasan bab-bab selanjutnya.

Bab II : Studi teoritis tentang Bimbingan Penyuluhan Agama dalam menangani Depresi (Studi Kasus Pada Anak Tunggal). Dalam Bab ini mengupas

beberapa teori bimbingan dan penyuluhan Agama, didalamnya termasuk pengertian, unsur-unsur, tujuan, fungsi, bentuk, dan pendekatan BPA. Di samping itu juga gejala dan terjadinya Depresi, pengertian dan ciri-ciri cacat serta upaya menangani Depresi melalui Bimbingan dan Penyuluhan Agama.

Bab III : Studi empiris tentang pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama dalam menangani Depresi pada Anak Tunggal. Bab ini mengemukakan hal-hal yang berkaitan dengan kondisi konselor, masalah, pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama serta keadaan konselor sebelum dan sesudah mendapat Bimbingan Penyuluhan Agama.

Bab IV : Analisa proses, yaitu berisi tentang hasil proses pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama yang berkaitan dengan terapi yang diberikan.

Bab V : Penutup, yaitu berisi kesimpulan sebagai hasil akhir penulisan skripsi ini. Kemudian karena pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama belum menunjukkan kesempurnaan, maka penulis melengkapi dengan saran-saran, dan sebagai hasil akhir penulisan ini penulis sajikan penutup.