

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dimensi kehidupan manusia tidak lepas dari suatu permasalahan, baik masalah sosial, keluarga, pribadi sampai masalah kesehatan tubuh atau daya tahan tubuh. Setiap individu menginginkan hidup dengan sehat dan sejahtera. Mulai dari yang masih anak-anak sampai lanjut usia memerlukan pengawasan khusus terhadap kesehatan jasmani maupun rohani. Kerap kali seseorang menderita suatu penyakit dikarenakan kesehatan rohani atau ada hubungan dengan Tuhannya.

Ketika anak remaja mulai tumbuh menjadi dewasa, maka saat itulah di dalam dirinya mulai bisa memahami diri sendiri, hubungan dengan orang lain bahkan hubungan dengan Tuhannya. Perkembangan masa dewasa sangat menentukan kebijakan hidup pribadi manusia sendiri terutama hubungannya dengan orang lain, lingkungan dan juga Tuhannya. Kebutuhan spiritual sangat menentukan pola pikir dan kehidupan seseorang. Kesehatan rohani sangat berpengaruh untuk menghadapi perkembangan kehidupan ini. Kesehatan rohani didasarkan pada pembangunan “*The Spiritual Wellness Inventory*” yang mempunyai makna Inventarisasi Kesehatan Spiritual untuk menjadikan pribadi yang sehat, hidup sesuai dengan tujuan yang ingin manusia capai. Adapun dimensi inventarisasi kesehatan spiritual adalah: a) *Conception of the absolute/Divine*, b) *Meaning*, c) *Connectedness*, d) *Mystery*, e) *Spiritual*

*Freedom, f) Experience/Ritual, g) Forgiveness, h) Hope, i) Knowledge/Learning, j) Present-centeredness.*¹

Menukil konsep Maslow pada tahun 1971 yang mengatakan bahwa kehidupan spiritual adalah bagian dari esensi manusia yang membentuk karakteristik manusia secara alamiah. Kehidupan spiritual adalah bagian dari esensi manusia yang mendefinisikan karakteristik dari sifat manusia (*The spiritual life is part of the human essence a defining characteristic of human nature*). Lebih lanjut Chandler menjelaskan konsep spiritualitas sebagai suatu hal yang berhubungan dengan kemampuan diri (*innate capacity*) dan tendensi pencarian seseorang dalam menggapai tujuan kehidupan yang hakiki (*locus of centrality*) dengan cara mengembangkan *knowledge* dan *love*. Pada dasarnya semua orang memiliki suatu kapasitas tersendiri yang dapat secara otomatis termotivasi dari dalam dirinya untuk mencari dan menemukan kebutuhan dan tujuan hidupnya.²

Pada hakikatnya, spiritualitas berbeda dengan agama, karena spiritualitas bersifat independen sekaligus mungkin berada pada tataran konteks institusi tertentu yang disebut agama. Namun tidak semua aspek agama dapat diasumsikan sebagai spiritualitas. Dengan demikian arti spiritualitas yang sebenarnya adalah bersifat alami (*natural*), dimana terdapat suatu pengalaman spiritual (*spiritual experience*) yang terbentuk akibat adanya suatu transformasi yang berada pada diri (*inner capacity*)

¹ Christopher Faiver, R. Elliott Ingersoll, Eugene O'Brien, Christopher McNally, *Exploration In Counseling And Spirituality* (Canada: Copyright, 2001), hal. 186-187.

² Chandler, Cynthia K., Holden, J.M., & Kolender, C.A. *Counseling For Spiritual Wellness: Theory and Practice*, JCD Vol. 71 (Nov-Des, 1992), hal. 168-175.

yang dikembangkan melalui pemahaman dan cinta kasih yang diawali dari *locus of centrism*. Hal inilah yang disebut dengan perkembangan spiritual (*spiritual developmeent*).

Perkembangan spiritual ditentukan oleh keseimbangan dua komponen spiritual, yaitu horizontal dan vertikal. Vertikal ialah suatu dimensi yang bercirikan kontinum yang berada pada suatu tujuan seseorang terhadap kekuasaan yang bersifat Maha Kuasa dan kebutuhan spiritual. Sedangkan horizontal adalah dimensi yang merupakan tahapan perkembangan spiritual seseorang yang dikukuhkan oleh beberapa teknik perkembangan spiritual (*techniques for spiritual development*).³ Perkembangan dan kesehatan spiritual seseorang dapat berjalan dengan baik bilamana terjadi perpaduan yang seimbang, *interrelated* dan *interactive* antara komponen spiritual (*horizontal & vertical*) dan beberapa komponen pribadi yang terdiri dari lima dimensi yang lain, yaitu: a) sosial, b) fisik, c) emosi, d) intelektual dan e) Okupasi. Peningkatan spiritual juga dapat diraih melalui penyeimbangan perasaan pribadi (*personal balance*) misalkan dengan menggunakan metode meditasi, dan relaksasi.

Berikutnya sebagai pertimbangan awal dalam mengkaji lebih mendalam lagi adalah kondisi seseorang yang mengalami masalah-masalah spiritual, yang mengakibatkan munculnya kecemasan-kecemasan pada pikiran dan kesadaran jasmani seseorang.⁴ Terkadang seseorang

³ Agus Santoso, *Psikospiritual Konseling Ibnu Qoyim Al-Jauzi* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2010), hal. 33-34.

⁴ Agus Santoso, *Psikospiritual Konseling...*, hal. 29-30.

yang mengalami patah semangat, putus asa dan lainnya karena tidak dapat memenuhi kebutuhan atau keinginannya. Mereka Sering mengeluh dan lupa akan hubungan dengan Tuhannya yang Maha Menentukan segalanya.

Seringkali dalam menghadapi suatu masalah, kita merasa mentok dalam menyelesaikan masalah tersebut, begitu juga saat kita ingin membuat rencana dalam mencapai tujuan, sering kali kita mentok dengan cara-cara atau ide-ide yang harus kita lakukan. Akhirnya karena kebingungan ini, seringkali menurunkan motivasi kita dan akhirnya membuat kita menyerah.⁵

Oleh karena itu kesehatan spiritual dalam diri seseorang sangat menentukan kehidupan dan pembentukan pribadi sehat seseorang tersebut. Di saat seseorang bertemu dengan permasalahan dan tidak menemukan ide-ide yang telah dibutuhkan, maka pada saat itu biarkanlah Allah yang menunjukkan ide-ide tersebut dengan petunjuknya. Karena letak sebuah penyebab dan solusi permasalahan ada pada diri individu bukan dari luar diri. Kenyataannya, setiap orang memiliki apa yang disebut "*spirit*" baik itu spirit yang didasari oleh konsep pemahaman keagamaan orang tersebut maupun tidak, sehingga dia dapat bertindak sesuai dengan harapannya.

Sebenarnya pada saat seperti itu individu tersebut telah merasakan adanya suatu keinginan untuk menolong (*healing*) dirinya sendiri dengan memberikan suatu alternatif yang dapat menggerakkan badan dan pikirannya bersama-sama untuk menemukan suatu jawaban atas

⁵ Ozi el_fansury, *Spiritual Power for Succes* (Yogyakarta: Laras Media Prima, 2013).

permasalahan yang dihadapinya. Apa yang akan terjadi suatu alternatif adalah bahwa dia harus dibantu dengan konsep pendekatan konseling spiritual.⁶

*Spiritual Counseling:...involves the use of interpersonal skills, like of counseling, to help an individual (generally) to explore their own responses to physical, emotional and spiritual issues that are affecting them, and to redefine those responses that are no longer helpful to them by reference to their higher self.*⁷

Dengan kata lain bahwa konseling adalah tindakan mengembangkan keterampilan interpersonal untuk membantu individu dalam menguasai berbagai isu-isu yang muncul pada dirinya. Dengan pendekatan psikoterapi seorang konselor dapat lebih memahami kondisi konseli pada tingkat yang lebih dalam dari diri klien, mulai dari cara berfikir, dan merasa.

Sedangkan yang dimaksud konseling spiritual lebih diarahkan dalam pengembangan interpersonal skill dalam rangka mengungkap respon diri konseli, baik secara fisik, emosi, dan spiritual. Sehingga konseli dapat menemukan kembali diri pada tingkat yang lebih tinggi.

Pada hakekatnya setiap manusia memiliki fitrah sebagai makhluk Allah yang beriman dan bertakwa, pada diri remaja maupun pada diri orang dewasa sekalipun. Ketika dia sadar akan perilakunya yang melanggar norma-norma, maka orang tersebut akan menyesali perbuatannya, kemudian dia ingin merubah perilakunya ke arah yang lebih baik dan kembali ke jalan yang diridloi Allah, dimana semua keinginan tersebut harus berawal dari

⁶ Agus Santoso, *Psikospiritual Konseling ...*, hal. 31.

⁷ Agus Santoso, *Psikospiritual Konseling....*, hal. 31.

kesungguhan hati (niat), atau disebut juga dengan motivasi. Dari sinilah orang-orang yang lupa akan jalan Allah dan mempunyai keinginan, harapan atau motivasi untuk kembali kejalan yang benar, mereka membutuhkan suatu bimbingan dengan pendekatan tertentu untuk penguatan motivasi dalam perubahan perilaku negatif yang selama ini merugikan dirinya maupun orang lain.

Dalam memahami hakekat manusia menurut perspektif islam, haruslah dilihat dari sumber utama ajaran islam yaitu Al-Qur'an. Yang di dalamnya menguraikan bagaimana Allah menciptakan manusia dari materi dan roh, melewati beberapa fase penciptaan. Sebagaimana Allah berfirman dalam Q.S Shad, 38: 71-72:

إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰئِكَةِ اِنِّىْ خَلِقُ بَشَرًا مِّنْ طِيْنٍ ﴿٧١﴾ فَاِذَا سَوَّيْتُهُۥ وَنَفَخْتُ فِيْهِ مِنْ رُّوْحِىْ فَسَجُّوْا لَهٗ سَاجِدِيْنَ ﴿٧٢﴾

Artinya “(ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat: “*Sesungguhnya Aku akan menciptakan manusia dari tanah*”. Kemudian apabila telah Aku sempurnakan kejadiannya dan Aku tiupkan kepadanya roh (ciptaan) Ku kepadanya, maka tunduklah kamu dengan bersujud kepadanya”. (Q.S Shad, 38: 71-72).⁸

Allah juga berfirman dalam Q.S al-Hijr, 15: 28-29

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰئِكَةِ اِنِّىْ خَلِقُ بَشَرًا مِّنْ صَلٰصَلٍ مِّنْ حَمَإٍ مَّسْنُوْنٍ ﴿٢٨﴾ فَاِذَا سَوَّيْتُهُۥ وَنَفَخْتُ فِيْهِ مِنْ رُّوْحِىْ فَسَجُّوْا لَهٗ سَاجِدِيْنَ ﴿٢٩﴾

Artinya: “Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat;”*Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk. “Maka apabila Aku telah mnyempurnakan kejadiannya, dan telah*

⁸ Tim Syaamil Al-Qur'an, *Al-Qur'anul Karim Terjemah Tafsir Per Kata* (Bandung: Sygma Kreatif Media Group), hal. 457.

kutiupkan ke dalamnya roh (ciptaan) Ku, maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud.” (Q.S al-Hijr, 15: 28-29).⁹

Dalam al-Qur'an mempunyai berbagai arti yakni: tentang penciptaan Adam as; “roh ciptaan Allah, yang membuat manusia siap untuk mempunyai sifat-sifat yang paling suci.¹⁰

Sedangkan Rogers menunjukkan kepercayaan yang mendalam pada manusia. Ia memandang manusia tersosialisasi dan bergerak ke muka, berjuang untuk berfungsi penuh, serta memiliki kebaikan yang positif pada intinya yang terdalam.¹¹ Pandangan dan konsep teori Rogers dinamai pendekatan *terapi terpusat pada pribadi (Person centered therapy)*. Menurutnya pribadi yang sehat adalah pribadi yang berfungsi secara penuh, dan kongruensi. Rogers menyebutkan “*the underlying aim of therapy is to provide a climate conducive to helping the individual become a fully functioning person*”¹² Tujuan dasar *client-centered* adalah menciptakan suasana konseling yang kondusif untuk membantu klien menjadi pribadi yang dapat berfungsi utuh dan positif.¹³

Pribadi yang sehat bisa berfungsi secara penuh adalah pribadi yang teraktualisasi, orang yang menjadi makin teraktualisasi itu memiliki ciri-ciri: a) keterbukaan terhadap pengalaman, b) percaya pada diri sendiri, c)

⁹Tim Syaamil Al-Qur'an, *Al-Qur'anul Karim Terjemah...*, hal. 263.

¹⁰ Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), hal. 5-6.

¹¹ Gerald Corey, *Teori dan Praaktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2010), hal. 92.

¹² G. Correy, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (California: Brooks/Cole Publishing Company, 1996), Edisi ke-5, hal. 202.

¹³ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), hal. 157.

sumber evaluasi internal, dan d) kesediaan untuk tumbuh secara berlanjut.¹⁴

Seperti fenomena yang dialami oleh para mahasiswa prodi BKI UIN Sunan Ampel Surabaya. Mereka pada dasarnya mempelajari dan mendalami agama islam, dan mereka juga sebagai calon seorang konselor, namun masih sering di jumpai mahasiswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan teman satu kelas, belum bisa menyelesaikan tugas-tugas kuliah ataupun tugas kehidupannya. Khususnya pada mahasiswa prodi BKI angkatan 2011 yang baru menempati kelas baru konsentrasi sehingga juga harus beradaptasi lagi dengan teman sekelasnya, dan juga dari semester lima ini mahasiswa merasa dalam titik jenuh dengan tugas-tugas kuliah yang sama saja seperti pembuatan makalah yang sudah sering dikerjakan dari semester awal. Mahasiswa prodi BKI angkatan 2011 mulai semester 5 masuk penjurusan konsentrasi sesuai bidangnya, sehingga harus lebih fokus pada bidangnya. Konsentrasi tersebut dibagi menjadi tiga bidang, yakni: a) agama, b) keluarga, c) karir. Disitulah terdapat sebuah permasalahan yang dialami mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan tugas-tugas hidupnya, sehingga menjadikan pribadi kurang sehat, seperti cemas, galau, malas belajar, sulit terbuka, masih kurang percaya diri di depan kelas dan sebagainya.

Untuk itu penulis ingin mengungkapkan bagaimana kondisi dan dampak dari proses Bimbingan Konseling Islam terhadap pembentukan

¹⁴ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar...*, hal. 203.

pribadi sehat mahasiswa prodi BKI UIN Sunan Ampel itu sendiri melalui *The Spiritual Wellnss Inventory*. Sehingga mahasiswa BKI sebagai calon konselor tersebut mempunyai pribadi sehat dan dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan pribadi dan juga dari seorang konselinya. Dengan itu penulis melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.”

B. Rumusan masalah

Dari latar belakang yang terurai di atas yang peneliti paparkan maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah seperti berikut:

1. Adakah Pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya?
2. Sejauh Mana Pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang peneliti uraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Mendeskripsikan Tingkat Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap akan munculnya pemanfaatan dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya. Di antara manfaat penelitian ini baik secara teoritis dan praktis dapat peneliti uraikan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambah khasanah keilmuan bagi peneliti yang lain dalam hal Bimbingan dan Konseling Islam melalui *The Spiritual Wellness Inventory* dalam melakukan proses konseling pada usia dewasa.
 - b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi Prodi BKI, khususnya bagi mahasiswa dalam melakukan proses konseling pada usia dewasa.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pembentukan pribadi sehat pada usia dewasa dengan menggunakan

dimensi-dimensi *The Spiritual Wellness Inventory* dan lebih efektif. Khususnya mahasiswa BKI sebagai calon konselor.

- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan rujukan dalam menangani kasus yang sama dengan menggunakan dimensi-dimensi *The Spiritual Wellness Inventory*.

E. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen yakni Pre-Eksperimen *Pre-Test and Post-Test*. Metode yang digunakan adalah analisis uji-t sampel berpasangan (*Paired Sample T-test*). Penelitian eksperimen merupakan jenis penelitian yang mengontrol (mengendalikan) situasi alamiah menjadi situasi *artificial* (buatan) sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti mengambil kesimpulan adanya hubungan sebab akibat antara variabel-variabel dan hubungan ini bersifat empirik, bukan cuma berdasarkan penalaran (logika), sehingga peneliti memperoleh kesimpulan yang valid mengenai sebab akibat dibandingkan dengan yang bisa diperoleh metode lain.¹⁵

2. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

Populasi berasal dari bahasa Inggris *population*, yang berarti jumlah penduduk. Dalam metode penelitian kata populasi amat populer, digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok

¹⁵ Tatang M. Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1989), hal. 112-113.

objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karenanya, populasi penelitian merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian.¹⁶

Populasi Adalah keseluruhan sasaran yang seharusnya diteliti dan pada populasi itu hasil penelitian diberlakukan, sesuai tempat terjadinya masalah yang kita selidiki. Dan juga populasi itu bisa manusia dan bukan manusia, misalnya; lembaga, badan sosial, wilayah, kelompok atau apa saja yang dijadikan sumber informasi.¹⁷ Dalam peneliitian ini populasinya adalah mahasiswa prodi BKI angkatan tahun 2011 Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya yang berjumlah 76 mahasiswa

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.¹⁸ Dalam pengambilan sampel dari suatu populasi dapat dibedakan menjadi dua kategori teknik pengambilan sampel yaitu, probability sampling dan nonprobability sampling.¹⁹

¹⁶ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik serta Ilmu-ilmu Sosial Lainnya Edisi Kedua* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2005), hal. 109.

¹⁷ Tatang M. Amirin, *Menyusun Rencana Penelitian...*, hal. 257.

¹⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2002), hal. 112.

¹⁹ Syofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013), hal. 30.

Dalam kategori nonprobability sampling terdapat salah satu kategori yang diambil dalam penelitian ini yaitu, *Convenience Sampling* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan saja, anggota populasi yang ditemui peneliti dan bersedia menjadi responden untuk dijadikan sampel atau peneliti memilih orang-orang yang terdekat saja.²⁰ Mahasiswa yang bersedia menjadi responden dan menjadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 48 mahasiswa.

3. Variabel dan Indikator Penelitian

a. Variabel

Variabel adalah sesuatu yang menjadi objek penelitian yang bisa juga disebut dengan yang menjadi titik pusat perhatian suatu penelitian.²¹

Variabel dalam penelitian perlu ditentukan agar alur hubungan dua atau lebih variabel dalam penelitian dapat dipastikan secara tegas dan jelas. Penentuan variabel dalam suatu penelitian berkisar pada variabel bebas, variabel terikat, maupun variabel kontrol. Kemudian menentukan variabel penelitian.

Penelitian ini di dalamnya hanya terdapat dua variabel yakni X (variabel bebas) dan Y (variabel terikat).

- 1) Variabel bebas (VX) adalah Bimbingan dan Konseling Islam melalui *The Spiritual Wellness Inventory*.

²⁰ Sayafian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, hal. 33.

²¹ Sutriso Hadi, *Metode Reseach I* (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM, 1986), hal. 182.

- 2) variabel terikat (VY) adalah Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa angkatan 2011 Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

b. Indikator Penelitian

Adalah alat ukur variabel yang berfungsi mendeteksi secara penuh variabel yang diukur.

- 1) Indikator variabel X, yakni Bimbingan dan Konseling Islam melalui *The Spiritual Wellness Inventory*. Adapun 10 dimensi *The Spiritual Wellness Inventory* dalam bukunya Christopher Faiver, R. Elliott Ingersoll, Eugene O'Brien, Christopher McNally yang berjudul "*Exploration In Counseling And Spirituality*" sebagai berikut:
- a) *Conception of the absolute/Divine* (gambaran tentang kenyataan/ketuhanan),
 - b) *Meaning* (makna/ arti),
 - c) *Connectedness* (keterhubungan),
 - d) *Mystery* (ketidakpastian),
 - e) *Spiritual Freedom* (kebebasan spiritual),
 - f) *Experience/Ritual* (pengalaman/upacara kagamaan),
 - g) *Forgiveness* (memaafkan),
 - h) *Hope* (harapan),
 - i) *Knowledge/Learning* (pengetahuan/pembelajaran),

j) *Present-centeredness* (hadir dalam keterpusatan).²²

- 2) Indikator variabel Y yakni Pribadi Sehat dalam bukunya Gerald Corey yang berjudul “*Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*” adalah:
- a) Keterbukaan terhadap pengalaman,
 - b) Percaya pada diri sendiri,
 - c) Sumber evaluasi internal,
 - d) Kesiediaan untuk tumbuh secara berlanjut.

4. Definisi Operasional

Dalam pembahasan ini peneliti akan membatasi dari sejumlah konsep yang diajukan dalam penelitian dengan judul “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Jurusan BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya”.

Adapun definisi Operasional dari penelitian ini adalah:

a. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling merupakan proses bantuan atau pertolongan yang diberikan oleh pembimbing (konselor) kepada individu (konseli) melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya, agar konseli memiliki kemampuan

²² Christopher Faiver, R. Elliott Ingersoll, Eugene O’Brien, Christopher McNally, *Exploration In Counseling And Spirituality* (Canada: Copyright, 2001), hal. 186-187.

atau kecakapan melihat dan menemukan masalahnya serta mampu memecahkan masalahnya sendiri.²³

Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu agar bisa hidup selaras sesuai ketentuan dan petunjuk Allah serta bisa memahami dirinya dan bisa memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.²⁴

b. *The Spiritual Wellness Inventory*

Selanjutnya Caharlene E. Westage mengemukakan bahwa ada empat dimensi "*Spiritual Wellness*" ini yaitu *meaning of life, intrinsic value, transcendence, community of shared values and support*. Dengan kata lain mereka yang telah memiliki "*Spiritual Wellness*" memiliki kemampuan untuk mewujudkan dirinya secara bermakna dalam dimensi-dimensi hidup secara terpadu dan utuh.²⁵

The Spiritual Wellness Inventory" yang mempunyai makna Inventarisasi Kesehatan Spiritual untuk menjadikan pribadi yang sehat, hidup sesuai dengan tujuan yang ingin manusia capai. *how spiritual wellness would manifest in someone practicing that particular path.*

²³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi) Ed. 1* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009), hal. 26.

²⁴ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 25.

²⁵ Ika Sari, *Efektifitas Program Konseling Spiritual Teistik Untuk Meningkatkan Sifat-Sifat Kerasulan pada Siswa SMAN 1 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi* (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2011), hal. 51.

c. Pribadi Sehat

Pandangan dan konsep teori Rogers dinamai pendekatan *terapi terpusat pada pribadi (Person centered therapy)*. Menurutnya pribadi yang sehat adalah pribadi yang berfungsi secara penuh, dan kongruensi. Rogers menyebutkan “*the underlying aim of therapy is to provide a climate conducive to helping the individual become a fully functioning person*”²⁶

Pribadi yang bisa berfungsi secara penuh adalah pribadi yang teraktualisasi, orang yang menjadi makin teraktualisasi itu memiliki ciri-ciri: a) keterbukaan terhadap pengalaman, b) percaya pada diri sendiri, c) sumber evaluasi internal, dan d) kesediaan untuk tumbuh secara berlanjut.²⁷

5. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati mahasiswa prodi BKI yang meliputi: keadaan atau kondisi mahasiswa, kegiatan perkuliahan mahasiswa, dan juga proses konseling yang dilakukan.

²⁶ G. Correy, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (California: Brooks/Cole Publishing Company, 1996), Edisi ke-5, hal. 202.

²⁷ G. Correy, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, hal. 203.

b. Wawancara

Wawancara adalah bentuk komunikasi antara dua orang, melibatkan seseorang yang memperoleh informasi dari seorang lainnya dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, berdasarkan tujuan tertentu.²⁸ Wawancara adalah alat pengumpul data yang berupa tanya jawab antara pihak pencari informasi dengan sumber informasi yang berlangsung secara lisan.²⁹

Dalam penelitian ini wawancara digunakan untuk mendapatkan data tentang Bimbingan dan Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, surat kabar, majalah, prestasi, notulen rapat.³⁰

Metode dokumentasi digunakan peneliti untuk mendapatkan data. Disamping itu juga letak geografis, peta, foto kegiatan dan wujud lain yang diperlukan untuk menunjang kejelasan obyek penelitian.

²⁸ Deddy Mulyana, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Rmaja Rosdakarya, 2008), hal. 180.

²⁹ Hadari Nawawi dan Martin Hadari, *Instrument Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gajahmada University Press, 1992), hal. 98.

³⁰ Nana Sudjana, *Pengantar Statistik Pendidikan* (Jakarta: PT. Rajawali Press, 2003), hal. 40-41.

d. Angket (Kuesioner)

Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui formulir yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan secara tertulis pada sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban atau anggapan dan informasi yang diperlukan oleh peneliti.³¹

Pelaksanaannya dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan secara langsung dan tertulis kepada responden yang dalam hal ini diberikan kepada mahasiswa angkatan 2011 Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Bimbingan dan Konseling Islam melalui *The Spiritual Wellness Inventory* untuk mengetahui adanya pembentukan pribadi sehat kepada mahasiswa angkatan 2011 Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket model *skala likert*, adapun skor yang dipakai untuk tiap-tiap item jawaban sebagai berikut:

- 1) SS = Sangat Setuju = 4
- 2) S = Setuju = 3
- 3) TS = Tidak Setuju = 2
- 4) STS = Sangat Tidak Setuju = 1

³¹ Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1999), hal. 69.

6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan langkah yang sangat penting dalam penelitian. Sebab dari hasil itu dapat digunakan untuk menjawab rumusan masalah yang telah diajukan peneliti.

Sedangkan langkah-langkah analisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Memeriksa (*Editing*)

Hal ini dilakukan setelah semua data yang kita kumpulkan melalui kuesioner atau angket atau instrumen lainnya. Langkah pertama yang perlu dilakukan adalah memeriksa kembali semua kuesioner tersebut satu persatu. Hal ini dilakukan dengan maksud untuk menge-*check*, apabila terjadi kesalahan maka responden diminta untuk mengisi angket kembali.

b. Memberi Tanda Kode (*Coding*)

Memberi tanda kode terhadap pertanyaan-pertanyaan yang telah diajukan. Hal ini, dimaksudkan untuk mempermudah waktu mengadakan tabulasi dan analisa.

c. Tabulasi Data

Tabulasi data dilakukan, jika semua masalah *editing* dan *coding* kita selesaikan. Artinya tidak ada lagi permasalahan yang timbul dalam *editing* dan *coding* atau semuanya telah selesai dan OK.

Analisis perhitung rumus-rumus statistik dengan menggunakan tabel data. Ragam tabel data disesuaikan dengan kebutuhan komponen

rumus tersebut. Dengan demikian, rumus perhitungan analisis rumus-rumus tersebut hanya dilakukan dalam tabel itu.³²

Pada saat menganalisa data tersebut, penulis menggunakan rumus uji-t. Setelah hasil penyebaran angket dan observasi kepada sejumlah responden terkumpul dan setelah observasi dilakukan dua kali yakni sebelum dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen disebut *pre-test* dan observasi sesudah eksperimen disebut *post-test*. Rumus yang digunakan untuk menghitung efektifitas treatment adalah dengan menggunakan rumus uji-t yakni sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r \left[\frac{S_1}{\sqrt{n_1}} \right] \left[\frac{S_2}{\sqrt{n_2}} \right]}}$$

Keterangan :

X_1 : Rata-rata sampel 1

X_2 : Rata-rata sampel 2

S_1 : Simpangan baku sampel 1

S_2 : Simpangan baku sampel 2

S_1^2 : Varian sampel 1

S_2^2 : Varian sampel 2

r : Korelasi antar dua sampel

F. Sistematika Pembahasan

Supaya mempermudah dalam memahami dan mempelajari apa yang ada dalam penelitian ini, maka sistematika pembahasannya dapat

³² Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1999), hal. 77-79

dibagi dalam beberapa bab. Lebih jelasnya dapat di deskripsikan dengan susunan sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan yang berisi Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Operasional, Kerangka Teori dan Hipotesis, Metode Penelitian yang meliputi; Pendekatan dan Jenis Penelitian, Populasi, Sampel dan Teknik Sampling, Variabel dan Indikator Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, dan Teknik Analisis Data serta dalam bab satu ini juga berisi tentang Sistematika Pembahasan.

BAB II : Berisi Tinjauan Pustaka yang meliputi: Kerangka Teoritik, tentang Bimbingan dan Konseling Islam, yang terdiri dari: Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam, Tujuan dan Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam, Azas-Azas Bimbingan dan Konseling Islam, Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam. Dalam bab ini juga berisi tentang *The Spiritual* yang membahas tentang Pengertian Spiritual, Konseling Spiritual dan *Spiritual Wellness, Spiritual Wellness Inventory* dan macam-macam dimensinya, dan juga Metode Konseling Spiritual. Juga menjelaskan tentang pengertian Pribadi Sehat dan juga indikator-indikator pribadi sehat. Selain itu bab ini menjelaskan tentang Penelitian Terdahulu yang Relevan dan juga pengambilan Hipotesis penelitian.

BAB III : Berisi tentang Penyajian Data yang di dalamnya berisi tentang Deskripsi Umum Objek Penelitian, Deskripsi Hasil Penelitian yang di dalamnya membahas tentang Deskripsi Pengaruh Konseling Islam

Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa Prodi BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, dan Deskripsi Tingkat Pengaruh Konseling Islam Melalui *The Spiritual Wellness Inventory* Terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

BAB IV : Berisi Analisis Data yang membahas tentang Analisis Data Pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam melalui *Spiritual Wellness Inventory* terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa dan juga Analisis Data Tingkat Pengaruh Bimbingan dan Konseling Islam melalui *Spiritual Wellness Inventory* terhadap Pembentukan Pribadi Sehat Mahasiswa.

BAB V : Bab ini merupakan akhir dari pembahasan yang berisi Kesimpulan dan Saran-saran yang akan diberikan sesuai dengan pembahasan yang ada.