

BAB IV

ANALISIS DATA

Setelah menyajikan data hasil lapangan dengan cara wawancara, observasi dan dokumentasi, maka peneliti melakukan analisis data. Analisis ini dilakukan untuk memperoleh suatu hasil penemuan di lapangan berdasarkan fokus permasalahan yang diteliti. Adapun analisis data yang diperoleh dari penyajian data adalah sebagai berikut:

A. Analisis Teknik Pengelolaan Stres Dalam Ajaran Kawruh Jiwa Suryomentaram Pada Seorang Anggota Paguyuban Pelajar Kawruh Jiwa Malang

Berdasarkan masalah yang terjadi pada seorang anggota paguyuban pelajar kawruh jiwa di Malang. Maka konselor memakai teknik pengelolaan stres dalam ajaran kawruh jiwa Suryomentaram sebagai pendekatan untuk melakukan proses konseling. Ajaran *kawruh jiwa* dikenal sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang jiwa melalui kegiatan *olah raga* dan *mawas diri*, dengan tujuan untuk memahami diri sendiri, termasuk kemampuan dan kelemahan diri sendiri, dengan begitu klien akan bisa mengerti apa sebenarnya yang membuat pribadi klien merasa stres dan bagaimana cara mengatasinya.

permasalahan klien dan mengatasinya. Pada langkah ini Konselor menggunakan teknik pengelolaan stres dalam ajaran *kawruh jiwa* untuk mengatasi stres yang dihadapi oleh klien, adapun kegiatannya ialah dengan *olah raos* dan *mawas diri* yakni dengan memisah dan memilah anggapan yang salah yang menyebabkan diri klien merasa stres serta *mawas diri* tentang pribadi *kramadangsa*, dan *langgeng bungah susah* agar klien mengerti sifat dasar manusia sehingga klien dapat mengetahui penyebab munculnya stres yang dihadapinya dan menemukan jalan keluar untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya.

d. Treatment atau Terapi

Treatment atau terapi adalah proses pelaksanaan bantuan bimbingan dan konseling pada klien, disini konselor melaksanakan bantuan kepada klien dengan cara langkah pertama yakni mengajak klien untuk mawas diri, pada langkah pertama ini konselor menjelaskan sifat-sifat dasar manusia. Langkah kedua yakni mengawasi hasrat, pada langkah ini klien sudah mengerti penyebab terjadinya stres dan cara mengatasinya. Langkah ketiga pengambilan sikap, pada langkah ini klien sudah

e. Evaluasi atau follow up

Follow-up adalah langkah terakhir untuk menilai dan mengetahui sejauh mana keberhasilan treatment yang telah dilakukan oleh konselor. Dalam hal ini konselor terus memantau perkembangan klien dengan melalui kegiatan *janggringan* yang diadakan setiap hari kamis.

Tabel 4.1 Langkah-langkah konselor dalam proses konseling

No.	Data teori	Data empiris
1	Identifikasi masalah (untuk mengetahui gejala-gejala yang nampak)	Konselor mengumpulkan data yang diperoleh dari berbagai sumber data mulai dari klien, istri klien, anak klien dan kakak klien. serta dengan menggunakan teknik identifikasi masalah dalam ajaran <i>kawruh jiwa</i> yakni: <i>opo</i>, <i>keprie</i>, dan <i>onok opo</i>. Dari hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa klien Sering mengurung diri, Sering marah dan emosi tanpa alasan, Sering malamun dan menangis.
2	Diagnosa (menetapkan masalah berdasarkan latar belakang)	Sering mengurung diri karena terpuruk dengan keadaan (dalam <i>kawruh jiwa</i> disebut <i>raos geton</i> atau rasa menyesal) Sering marah dan emosi tanpa alasan karena tidak bisa menerima keadaan (keinginan yang tidak tercapai) Sering malamun dan menangis karena takut menghadapi kenyataan (dalam <i>kawruh jiwa</i> disebut <i>raos sumelang</i> atau rasa khawatir)
3	Prognosa (menetapkan jenis bantuan)	Jenis bantuan atau terapi yang dilakukan kepada klien yaitu klien diajak untuk mawas diri dan <i>olah raos</i> agar klien mampu memahami dirinya sendiri dan mampu mengelola permasalahan yang sedang dihadapinya.
4	Terapi atau treatment (adalah langkah pelaksanaan bantuan yang diberikan konselor terhadap klien yaitu dengan <i>olah raos</i> dan mawas diri)	langkah pertama konselor menjelaskan dan mengajak klien untuk mawas diri tentang beberapa hal sebagai berikut: 1. <i>Pribadi kramadangsa</i> Sifat dasar manusia ialah mencari <i>semat</i> (harta), <i>drajat</i> (kehormatan) dan <i>kramat</i>(kekuasaan). Dimana ketiga catatan itu semakin lama semakin mencengkeram

Pemberian treatment disini mengajak untuk mawas diri tentang sifat dasar manusia agar klien terbuka kesadarannya dan memberikan cara agar bisa mengelola rasa dan pikiran supaya bisa menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya di masa lalu.

Hasil analisis menunjukkan bahwa klien mengalami rasa penyesalan yang sangat mendalam dikarenakan usahanya yang telah gagal sehingga mengakibatkan klien sering mengurung diri karena terpuruk dengan keadaan, klien juga sering marah dan emosi tanpa alasan, namun setelah dianalisis menggunakan metode yang ada dalam ajaran *kawruh jiwa* dapat diketahui bahwa penyebab klien sering marah dan emosi tanpa alasan ialah keinginan klien yang besar untuk menyekolahkan anak-anaknya ke jenjang yang lebih tinggi dirasa gagal karena klien mengalami kebangkrutan dalam usahanya, klien juga sering melamun dan menangis karena klien selalu khawatir atau ketakutan dengan masa depan yang belum ia jalani sehingga klien takut dalam menghadapi kenyataan. Namun setelah konselor membantu klien dalam

mengelola stres dengan menggunakan teknik yang ada dalam ajaran *kawruh jiwa*.

Klien mengetahui bahwa sifat hasrat atau keinginan manusia itu bersifat abadi, dan hasrat atau keinginan jika terlaksana maka keinginan itu akan bertambah sampai keinginan itu tidak tercapai, begitu juga sebaliknya jika keinginan itu tak tercapai maka keinginan itu akan menyusut sampai tercapai.

Dan pada akhirnya klien menyadari bahwa tidak ada yang pantas dicari dan dihindari secara mati-matian di dunia ini karena yang dicari dan dihindari secara mati-matian tidak akan menyebabkan bahagia selamanya atau celaka selamanya, karena bahagia dan susah itu ada selamanya.

Dari hasil proses konseling yang terjadi di lapangan dapat diketahui bahwa klien yang semula sering mengurung diri di kamar, sering marah tanpa alasan serta sering menangis dan melamun. Sekarang klien sudah bisa perlahan membuka diri, klien juga sudah bisa meredam amarahnya meskipun belum bisa berubah secara signifikan.

