

BAB III
APLIKASI TERAPI *LIFE MAPPING* DENGAN PENDEKATAN
***COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENANGANI SISWI YANG**
MEMBOLOS DI SMA AL-ISLAM KRIAN SIDOARJO

A. Siswi Yang Membolos di SMA Al-Islam Krian Sidoarjo

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

a. Letak Geografis Lokasi Penelitian

Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian pada awal berdirinya berkantor di jalan raya No. 572 Krian, karena tanah dan gedung bukan milik sendiri maka dipindahkan ke Desa Jeruk Gamping. Gedung Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian berlokasi di Jalan Kyai Mojo No. 12 A Jeruk Gamping Krian.⁶⁶

Unit di bawah Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian saat ini antara lain Taman Kanak-Kanak Mekar Sari, Sekolah Dasar (SD) Al-Islam Krian, SMP Al-Islam berlokasi di Jl. Kyai Mojo No. 18 Jeruk Gamping Krian. SMA Al-Islam berlokasi di Jl. Kyai Mojo No. 14 Jeruk Gamping Krian. Balai Pengobatan Islam (BAPI) / Rumah Sakit Umum Al-Islam H. M. Mawardi berlokasi di Jl. Kyai Mojo No. 77 Jeruk Gamping Krian. Pendidikan Informatika dan Komputer Al-Islam (PINKOM) berlokasi di Jl. Kyai Mojo No. 14 Krian, Sekolah

⁶⁶Inggit Kartikarini, dkk. *Sejarah Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS)*, (Krian: Tim Penulis, 2008), hal. 8.

Menengah Kejuruan (SMK) berlokasi di Jl. Kyai Mojo No. 18 Jeruk Gamping Krian.

b. Sejarah Berdirinya SMA YAPALIS Krian

Pengurus BAMUS (Balai Muslimin) pada saat itu telah memiliki beberapa lembaga pendidikan yaitu: TK, SD, SMP yang pada waktu itu terkenal dengan TK BAMUS, SD BAMUS, dan SMPI dan SMA BAMUS. Melihat hal tersebut identitas nama dalam lembaga BAMUS belum jelas. Terdorong untuk memberikan nama yang jelas kepada lembaga pendidikan tersebut, atas usul dari seksi pendidikan BAMUS (Sri Soeparto) dalam rapat pengurus BAMUS yang dilaksanakan di gedung BAMUS maka tahun 1966 diputuskan untuk memunculkan nama Perguruan Al-Islam (PALIS).⁶⁷ Adapun alasan pengalihan nama tersebut adalah:

- 1) Karena bidang yang ditangani adalah bidang pendidikan dan pengajaran
- 2) Terdorong oleh suatu tujuan mempersatukan unsur-unsur kekuatan Islam di Krian khususnya untuk mempersatukan kekuatan umat Islam, sehingga lembaga ini bukanlah milik satu golongan saja tetapi milik umat Islam seluruhnya.

⁶⁷Inggit Kartikarini, dkk. *Sejarah Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS)*, (Krian: Tim Penulis, 2008), hal. 16-18.

Munculnya nama Perguruan Al-Islam (PALIS) ini diharapkan umat Islam di Krian khususnya dapat bersatu untuk memperjuangkan kejayaan Islam dan umat Islam (*Izzul Islam Wal Muslimin*) khususnya melalui Perguruan Al-Islam (PALIS).

Perkembangan selanjutnya Perguruan Al-Islam (PALIS) yang sejak awal telah mempunyai suatu tujuan untuk menyelenggarakan pendidikan Islam dari tingkat TK sampai dengan Perguruan Tinggi, berusaha terus untuk merealisasi tujuan tersebut. Hal ini dapat kita lihat dari keinginan yang pernah disampaikan oleh H. Mawardi, beliau pernah mengatakan “Kita harus punya lembaga pendidikan Islam dari mulai TK sampai Fakultas (Fakultas/Perguruan Tinggi)”.

Terdorong oleh adanya semangat dari tokoh-tokoh Islam tersebut pada tahun 1967 didirikan lembaga pendidikan setingkat SMA yaitu SMA Al-Islam Krian. Agar keberadaan SMA diakui oleh Pemerintah dan merupakan lembaga yang sah keberadaannya, maka pada tahun 1968 Sry Soeparto mengajukan pengakuan SMA. Namun akhirnya terbentur oleh beberapa syarat yang harus dipenuhi antara lain:

- 1) SMA dapat didirikan oleh Pemerintah/Pemerintah Daerah
- 2) Harus berbadan hukum/yayasan resmi yang mengelola

Syarat-syarat yang harus dipenuhi itulah maka dipandang perlu dan harus mendirikan yayasan. Sebagai tahap awal yang harus dilakukan antara lain adalah mendapat pengakuan Badan Hukum yayasan yang mengelola lembaga tersebut. Maka pengurus BAMUS mengadakan pertemuan untuk mendirikan Yayasan. Setelah mencapai kata sepakat bahwa Yayasan ini bernama Yayasan Perguruan Al-Islam Krian maka ditunjuk 6 orang untuk mengajukan akte ke notaris. Adapun 6 orang tersebut adalah:

- 1) H. Mawardi
- 2) K. H. Thohir sholeh
- 3) Ya'coeb Arifien
- 4) Sry Soeparto
- 5) Iksan Yasin
- 6) Abdul Hadi

Dalam proses pengajuan yang sering datang ke notaris 5 orang, seorang bernama Abdul Hadi dalam kondisi sakit sehingga tidak bisa ikut menghadap notaris Anwar Mahayudin di Surabaya (memberi kuasa kepada H. Mawardi). Secara resmi Yapalis berbadan hukum sejak 18 maret 1969, dengan akte notaris Nomor 60.

Yayasan Perguruan Al-Islam (PALIS) terbentuk, pengurus BAMUS mengkonsentrasikan di lembaga pendidikan Yayasan

Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian, hal ini disebabkan bidang-bidang lain yang dikelola BAMUS tidak dapat berjalan dengan baik. Akhirnya pengurus BAMUS secara perlahan-lahan meleburkan diri dalam kepengurusan Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian.

Perkembangan selanjutnya Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian seakan merupakan kelanjutan BAMUS, meneruskan ide-ide perjuangan yang telah dirintis oleh tokoh-tokoh Islam di BAMUS, sejak saat itu terbentuk Pengurus Yayasan Perguruan Al-Islam (YAPALIS) Krian.

Istilah YAPALIS (Yayasan Perguruan Al-Islam) sendiri baru dipopulerkan pada sekitar tahun 1983 dalam rangka kompetisi Yapalis cup yang diadakan di SMA Al-Islam Krian yang digagas oleh Amir Fatah (salah seorang guru SMA Al-Islam Krian).

c. Sistematika pembelajaran di SMA YAPALIS Krian

Proses Belajar Mengajar (PBM) dimulai pada pukul:⁶⁸

06.45	: bel masuk
06.45 - 07.30	: jam pelajaran pertama
07.30 – 08.15	: jam pelajaran kedua
08.15 – 09.00	: jam pelajaran ketiga
09.00 – 09.45	: jam pelajaran keempat

⁶⁸Hasil wawancara dengan Pak Lutfi pada tanggal 01 November 2014

- 09.45 – 10.15 : waktu istirahat
- 10.15 – 11.00 : jam pelajaran kelima
- 11.00 – 11.45 : jam pelajaran keenam
- 11.45 – 12.30 : waktu sholat dhuhur berjamaah
- 12.30 – 13.15 : jam pelajaran ketujuh
- 13.15 – 14.00 : jam pelajaran kedelapan
- 14.30 – 15.30 : tambahan les atau bimbingan belajar (untuk kelas XII yang mempersiapkan pikiran dan mentalnya menghadapi ujian nasional).

d. Visi, Misi, dan Tujuan SMA Al-Islam Krian

1) Visi Sekolah

- (a) Tampil beda untuk meraih prestasi yang bernuansa Islami berwawasan luas.

2) Misi Sekolah

- (a) Membimbing anak didik untuk menjadi manusia yang baik, baik sebagai makhluk individu maupun makhluk sosial sesuai dengan nilai-nilai Islam.
- (b) Membimbing anak didik untuk menjadi manusia yang cerdas.

3) Tujuan Sekolah

- (a) Meningkatkan perwujudan perilaku kehidupan hablumminallah sesuai tuntunan Rasulullah Muhammad SAW.

- (b) Meningkatkan perwujudan perilaku kehidupan *hablumminannas* sesuai tuntunan Rasulullah Muhammad SAW.
- (c) Meningkatkan pembiasaan perilaku kehidupan jujur, disiplin, dan bertanggung jawab.
- (d) Meningkatkan pemahaman diri serta kepekaan sosial sehingga mampu menempatkan diri dalam suatu kehidupan yang layak sebagai manusia di tengah-tengah masyarakat.
- (e) Meningkatkan penguasaan IPTEK dan seni sebagai rahmat Allah SWT.
- (f) Meningkatkan kemampuan pemanfaatan penguasaan IPTEK dan seni untuk memecahkan berbagai persoalan kehidupan baik sebagai makhluk individu maupun sebagai makhluk sosial dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.

2. Deskripsi Konselor

Penelitian ini, yang menjadi konselor adalah peneliti sendiri. Hal ini dikarenakan agar mempermudah proses terapi yang diberikan kepada klien.

a. Identitas Konselor

Nama : Nurul Ilmiah

TTL : Sidoarjo, 9 Februari 1993

Usia : 21 tahun
Alamat : Dsn. Kanigoro rt 10 rw 03 Ds. Keboharan Kec.
Krian Kab. Sidoarjo
Agama : Islam
Status : Mahasiswa

b. Riwayat Pendidikan

MI Al-Amin Kanigoro : 1999-2005
SMP Negeri 2 Sukodono : 2005-2008
SMA Al-Islam Krian : 2008-2011
UIN Sunan Ampel Surabaya : 2011- sekarang

c. Keadaan Konselor

Konselor adalah anak pertama dari 2 bersaudara. 1 perempuan dan 1 laki-laki. Karena anak pertama sehingga konselor sering menjadi contoh yang baik bagi adiknya, mengajarkan kemandirian, dan sering menasehati adik bila melakukan kesalahan tanpa disengaja.

d. Pengalaman Konselor

Konselor pernah melakukan konseling kepada klien atau pasien yang sakit sewaktu PPL di RSUD Haji Surabaya, dengan judul “TERAPI CLIENT CENTERED PADA KLIEN STRESS RINGAN (Studi Kasus Klien Tn. S dengan Gagal Ginjal Kronik di Ruang Hemodialisa Rumah Sakit Umum Haji Surabaya)”.⁶⁹

⁶⁹Konselor melakukan konseling sewaktu PPL di RSUD Haji Sukolilo pada bulan September

3. Deskripsi Klien

Klien adalah salah satu siswi di SMA Al-Islam Krian yang berperilaku maladaptif yakni sering membolos. Klien dipilih atas dasar rekomendasi dari guru BK di SMA Al-Islam Krian yaitu Pak Lutfi, yang menyarankan agar klien diberikan sebuah terapi. Serta melalui wawancara langsung kepada klien apakah dia bersedia menjadi klien atautkah tidak. Klien tersebut adalah:

Nama : Andin (samaran)
TTL : Mojokerto, 7 Desember 1997
Usia : 18 tahun
Alamat : Desa Bibis Kecamatan Krian
Sekolah : SMA Al-Islam
Nomor Induk : 17367
Uraian tentang diri klien :

Andin adalah anak terakhir dari 5 bersaudara, 4 kakaknya sudah menikah semua. Dia tinggal di rumah bersama papa dan mamanya. Ada juga keponakan Andin yang tinggal di rumahnya karena orang tuanya meninggal. Papanya seorang pensiunan angkatan dan mamanya sebagai ibu rumah tangga biasa. Andin sering membolos sekolah, alasannya dia tidak kemana-mana hanya di rumah saja menjaga keponakannya itu. Andin jarang keluar sama teman-temannya, karena mamanya melarangnya. Pergi ke

warnet saja tidak boleh melebihi waktu 1 jam. Dan pulang sekolah juga harus langsung pulang.⁷⁰

Andin sering sekali membolos bahkan dari kelas X dulu. Sekarang dia sudah naik ke kelas XI tetapi tetap saja masih sering membolos. Guru BK juga sering memanggil Andin dan orang tuanya, tapi tetap saja tidak ada perubahan. Dia merasa takut kepada salah satu guru di sekolahnya yang membuat dia memilih jalan lebih baik membolos.

Papa dan mama Andin sering bepergian ke luar kota. Entah untuk keperluan apa. Jadi Andin sering menghabiskan waktu di rumah sendirian. Dia anak dari keluarga yang tingkat ekonominya menengah ke atas.

4. Deskripsi Siswi Yang Membolos Di SMA Al-Islam

Klien Andin merupakan seorang siswi yang membutuhkan terapi guna menyembuhkan penyakitnya yang sering membolos itu. Fenomena ini biasanya dilakukan oleh siswa laki-laki, dan jarang terjadi pada siswa perempuan. Namun kali ini Klien Andin adalah siswi perempuan yang sering membolos di SMA Al-Islam.

Klien ini membolos sekolah karena dia merasa takut kepada salah satu guru di SMA A-Islam. Entah apa yang ada di pikirannya tentang sosok guru itu, hingga ia takut untuk sekolah.⁷¹Teman

⁷⁰Hasil wawancara dengan klien pada tanggal 28 Oktober 2014

⁷¹Hasil wawancara dengan klien melalui via telephon pada tanggal 01 November 2014

klien mengatakan bahwa, klien itu bukannya takut kepada guru tapi tugasnya belum selesai.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Faktor yang menyebabkan perilaku klien membolos di SMA Al-Islam

Andin sering membolos itu dikarenakan ia takut kepada salah satu guru di SMA Al-Islam, ia pernah dimarahi dengan kata-kata yang menyakitkan bagi Andin. Daripada ketemu guru tersebut akhirnya Andin memutuskan untuk membolos. Andin merasa takut dimarahi oleh guru itu ada sebabnya, yakni tugas yang diberikan oleh guru tersebut belum selesai.⁷² Andin sedang dilanda rasa malas dalam mengerjakan tugas, sehingga waktunya mengumpulkan ia belum selesai.

Teman sekelas Andin ada yang sering membolos juga, dia membolos karena bekerja sebagai penyanyi. Andin secara tidak langsung terpengaruh oleh temannya tersebut.

Konselor menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan klien sering membolos adalah rasa malas untuk menyelesaikan tugasnya dan terpengaruh oleh teman sekelasnya.⁷³

Andin memang sudah besar, ia berhak memutuskan pilihannya sendiri. Namun pilihan Andin untuk membolos ini telah melanggar nilai dan norma yang berlaku di sekolah tersebut.

⁷² Hasil wawancara ketiga kepada klien tanggal 05 November 2014

⁷³ Hasil observasi pada klien di ruang kelas tanggal 05 November 2014

Apalagi sekarang sudah kelas XI yang setahun lagi akan mengikuti ujian nasional. Sebuah ujian yang mengukur kemampuan akademik siswa-siswi seluruhnya selama sekolah 3 tahun telah mengikuti dan mempelajari pelajaran yang diberikan guru sesuai dengan kurikulum yang ada.

2. Proses aplikasi terapi *Life Mapping* dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam menangani siswi yang membolos di SMA Al-Islam

a. Langkah pertama identifikasi

Konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk mengenal kasus dan gejala-gejala yang nampak dari diri klien.

Berikut hasil wawancara pertama konselor dengan klien:

Hari, tanggal : Selasa, 28 Oktober 2014

Waktu : 09.45 WIB

Tempat : Ruang BK SMA Al-Islam

Pak Lutfi memanggil Andin di kelas XI IPS 09 untuk segera ke ruang BK pada waktu istirahat. Pak Lutfi langsung menemuinya sendiri, tanpa menyuruh konselor untuk memanggilnya di kelas, karena Pak Lutfi yakin kalau yang memanggil adalah konselor pasti dia tidak mau ke ruang BK. Tidak lama kemudian Pak Lutfi masuk ke ruang BK bersama Andin.

Hasil wawancaranya berupa perkenalan awal saja karena masih pertama kali bertemu. Ia kelihatan takut karena sebelumnya belum mengenal konselor dan tiba-tiba dipertemukan di ruang BK. Nama klien yang sering membolos itu Andin (samaran), ia kelas XI IPS 09. Andin juga belum mengatakan secara pasti berapa kali dalam seminggu ia membolos, katanya tidak mesti dalam seminggu tersebut untuk membolos. Konselor sudah mengenalkan diri kepada klien untuk melakukan penelitian kepada klien di SMA Al-Islam ini. Konselor dan klien telah memberikan pin masing-masing untuk komunikasi secara lanjut. Waktunya sungguh singkat untuk wawancara lebih jauh, oleh karena itu konselor mengakhiri pertemuan tersebut karena bel masuk sudah berbunyi. Konselor sangat bersyukur, karena Andin bersedia menjadi klien untuk penelitian kali ini.⁷⁴

Pertemuan pertama konselor dan klien di ruang BK SMA Al-Islam masih kaku. Klien ragu-ragu untuk menjawab. Dia ketakutan dengan kehadiran konselor. Konselor dianggap orang asing yang tiba-tiba datang ke ruang BK, dan memanggil Andin untuk dijadikan klien dalam penelitian skripsinya.⁷⁵

Berikut hasil wawancara kedua konselor kepada klien:

Hari, tanggal : Sabtu, 01 November 2014

⁷⁴Hasil wawancara kepada klien tanggal 28 Oktober 2014

⁷⁵ Hasil wawancara kepada guru BK tanggal 28 oktober 2014

Waktu : 20.00 WIB

Wawancara kedua antara konselor dan klien tidak bertatap muka langsung, namun komunikasi via telepon dan juga mulai bbm (*Blackberry Messenger*) satu sama lain. Kebetulan hari sabtu malam konselor sedang santai dan teringat ingin menghubungi klien agar lebih akrab serta ingin menggali data agar lebih detail lagi. Awalnya konselor bbm klien apakah boleh telepon sekarang, akhirnya klien memberi izin kepada konselor untuk menelponnya.

Klien sering sendirian di rumah karena orang tuanya sering ke luar kota.⁷⁶ Klien belum menjelaskan secara jelas alasan orang tuanya sering ke luar kota. Klien memiliki keponakan yang yatim piatu, sehingga ia sering menjaganya namun ketika mama klien ada di rumah, beliaulah yang menjaga. Klien menjelaskan bahwa dia sering dipanggil Pak Lutfi guru BK karena sering membolos. Pertemuan awal dulu, klien menjelaskan alasan bolos karena menjaga keponakannya namun sekarang menjelaskan lagi bahwa ia takut dimarahi salah satu guru di SMA tersebut. Ia lebih memilih membolos daripada di sekolah dimarahi guru tersebut. Guru tersebut keika memarahi kata-katanya sangat menyakitkan menurut klien.

⁷⁶Hasil wawancara kepada klien tanggal 01 November 2014

Tiba-tiba telponnya terputus karena pulsa konselor sudah habis. Andin mulai terbuka mengenai alasan bolosnya itu menjaga keponakannya yang ditinggal mati orang tuanya. Selain itu Andin bolos itu juga karena takut kepada salah satu guru di SMA Al-Islam. Ada kata-kata guru tersebut yang menyakitkan menurut Andin saat memarahinya membuat Andin berpikiran bahwa enak bolos saja di rumah daripada berangkat sekolah.⁷⁷

Hasil wawancara kepada klien sebagai berikut:

Hari, tanggal : Rabu, 05 November 2014

Waktu : 09.45 WIB

Tempat : Depan ruang kelas XI IPS 09

Hasil wawancara ketiga konselor kepada klien adalah klien masih sering membolos karena takut dimarahi guru tersebut, ia memilih membolos daripada di sekolah ketemu guru itu dan dimarahi lagi. Ternyata klien memberikan penegasan lagi bahwasannya dia membolos itu karena tugas yang diberikan oleh gurunya belum selesai-selesai.

Andin merasa takut dimarahi oleh guru itu, dia sendiri belum merasa yang membuat kemarahan guru tersebut adalah kelalaian Andin dalam menyelesaikan tugas. Alangkah baiknya jika Andin menyelesaikan tugasnya pada deadline

⁷⁷ Hasil wawancara kepada klien tanggal 01 November 2014

yang ditentukan Insya Allah guru tersebut tidak akan marah lagi. Oleh karena itu Andin harus rajin belajar dan rajin sekolah supaya tidak membolos lagi dan guru tersebut tidak marah-marah lagi.

Konselor menyarankan kepada Andin untuk menerapkan Terapi *Life Mapping* untuk memotivasi agar dia semangat sekolah dan menjelaskan kepada Andin bahwa guru tersebut aslinya sabar dan penyayang sekali kepada muridnya. Kemarahan guru tersebut beralasan karena tidak ingin siswanya bermalasan dan lalai dalam tugasnya. Beliau ingin mudinya semua sukses dengan prestasi yang cemerlang.⁷⁸

Hasil observasi konselor kepada klien di dalam ruang kelas XI IPS 09 sebelum waktu istirahat:

Andin bangku paling belakang dan pojok sendiri. Saat guru menerangkan dia serius mendengarkan dan menyimak. Dia tidak terlihat bergurau sedikit pun saat mendengarkan, tapi matanya agak sayup seperti orang yang mengantuk.⁷⁹

Hasil wawancara kepada guru piket SMA Al-Islam⁸⁰

Hari, tanggal :Rabu, 05 November 2014

Waktu : 10.15 WIB

Nama Guru piket : Bu Mahmudah

⁷⁸ Pemberian terapi *Life Mapping* dan Pendekatan *Cognitive Behavior* oleh konselor

⁷⁹ Hasil observasi kepada klien saat di dalam ruang kelas

⁸⁰ Hasil wawancara dengan Bu Mahmudah guru piket pada tanggal 05 November 2014

Bu Mahmudah salah satu guru piket di SMA Al-Islam menjelaskan bahwa Andin memang sering membolos dan sering dipanggil ke ruang BK. Mama Andin juga sering ke sekolah untuk mengizinkan Andin. Mamanya mengatakan kalau Andin juga terkadang menjaga keponakannya yang yatim di rumah, ketika orang tua Andin ke luar kota. Orang tua Andin dulu sangat marah ketika mendengar anaknya sering membolos, tapi sekarang sudah biasa artinya mungkin sudah capek mengingatkan Andin agar tidak bolos lagi. Bu Mahmudah juga pernah mengajar di kelas Andin ternyata tugas yang diberikan belum dikerjakan, mungkin itu juga alasan dia membolos.⁸¹

Hasil wawancara kepada teman klien⁸²

Hari, tanggal : Rabu, 05 November 2014
 Waktu : 14.00
 Tempat : Depan ruang kelas XI IPS 09
 Nama teman klien : Rida (samaran)

Rida adalah teman sekelas Andin, namun mereka tidak terlalu dekat jadi tidak tahu secara detail mengenai Andin. Rida mengatakan bahwa Andin memang sering membolos kadang juga sakit atau izin. Rida juga memberikan argumen kalau Andin sering belum menyelesaikan tugas dari gurunya.

⁸¹ Hasil wawancara dengan Bu Mahmudah guru piket pada tanggal 05 November 2014

⁸² Hasil wawancara dengan teman klien pada tanggal 05 November 2014

b. Langkah kedua adalah diagnosa

Langkah ini merupakan suatu bentuk perumusan dimana konselor dapat menyimpulkan hakekat masalah yang dihadapi klien beserta latar belakang atau penyebab terjadinya masalah.

Konselor mengamati Andin itu anak yang sering bolos. Dia beralasan kalau bolos itu di rumah sedang menjaga keponakannya. Keponakannya ditinggal meninggal oleh orang tuanya. Namun ada fakta lain yang menyebabkan Andin bolos karena tugas yang diberikan oleh gurunya belum selesai, jadi dia memilih jalan untuk bolos sekolah.⁸³

Membolos sekolah dan tugasnya belum selesai membuat salah satu guru itu memarahi Andin. Dan Andin selalu ingat kata-kata guru tersebut saat memarahi Andin, membuatnya bolos lagi.

c. Langkah ketiga adalah prognosis

Prognosis ini berkaitan dengan upaya memprediksikan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan data yang ada sekarang. Misalnya, jika klien malas mengerjakan tugas maka kemungkinan nilainya akan rendah. Pada tahap ini klien diajak untuk menyadari kemungkinan yang akan terjadi. Klien diajak untuk berpikir merencanakan perubahan.

⁸³Hasil observasi perilaku klien di rumah tanggal 02 November 2014

Peneliti mendefinisikan masalah klien yang sering membolos itu akibat belum selesai mengerjakan tugas, maka terapi yang dipakai peneliti adalah *Life Mapping* dengan pendekatan *Cognitive Behavior*.

Terapi *Life Mapping* adalah sarana ampuh untuk menetapkan tujuan hidup seseorang dan mewujudkan dirinya yang terbaik. Pemetaan hidup merupakan panduan dari teknologi pemberdayaan diri yang efektif dan kearifan kuno yang dirancang khusus bagi seseorang untuk mengembangkan dirinya sendiri. *Life Mapping* berawal dari bagaimana seseorang mengkomunikasikan tujuan-tujuan hidup yang dipilih secara sadar dengan pikiran bawah sadarnya, kemudian menentukan target, menciptakan peta mental, dan membentuk satu pikiran baru tentang karakter yang dipilihnya.

Konselor menyarankan klien untuk menuliskan serta menempel di dinding tiga hal mengenai *Life Mapping* yang memotivasi dia untuk semangat dan rajin berangkat sekolah, hingga ia mencapai cita-citanya yang mulia yaitu menjadi seorang bidan.

Tiga hal tersebut adalah:

1. Teknik sugesti diri, misalnya: Saya harus rajin sekolah hari ini.

2. Teknik peta hidup, misalnya: Saya berangkat sekolah hari ini atau saya tidak berangkat sekolah hari ini.
3. Teknik berani bermimpi, misalnya: Saya ingin menjadi bidan yang sukses.

Peneliti tidak hanya menggunakan Terapi *Life Mapping* yang mengarahkan tujuan hidup seseorang, namun menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior* untuk merubah pola pikir atau keyakinan klien yang kurang benar (maladaptif) hingga menemukan interpretasi yang rasional terhadap suatu peristiwa. Pendekatan *Cognitive Behavior* berawal dari perkembangan dalam psikologi *behavioral* dan *kognitif*. Dengan merubah status pikiran dan perasaannya, klien diharapkan dapat merubah tingkah lakunya, dari negatif menjadi positif. Dari kebiasaan membolos menjadi rajin sekolah.

Peneliti membenahi pola pikir Andin yang irasional yaitu dia membolos karena takut dimarahi seorang guru di SMA Al-Islam. Dia berpikiran bahwa lebih baik membolos saja daripada di sekolah akan ketemu dengan guru tersebut dan akan dimarahi. Padahal sebab dari guru tersebut marah adalah tugas yang diberikan kepada Andin belum selesai. Guru tersebut tidak akan mungkin marah tanpa ada sebab yang valid kepada muridnya. Oleh karena itu Andin perlu diluruskan

status pemikirannya, agar ia mengerjakan dan menyelesaikan dulu tugasnya pasti guru tersebut tidak akan marah lagi.

d. Langkah keempat adalah *treatment* (terapi)

Treatment merupakan usaha untuk melaksanakan bantuan atau bimbingan kepada klien, sesuai dengan ketentuan yang telah dirumuskan pada langkah prognosis. Bantuan ini bisa dilakukan dalam bentuk layanan individual, layanan kelompok, pengajaran perbaikan, pemberian pengajaran, dan lain-lain.

Peneliti memberikan *teratment* kepada Andin mengenai *Life Mapping*. Klien disarankan menuliskan dan menempelkan di dinding tiga hal mengenai *Life Mapping* yang memotivasi dia untuk semangat dan rajin berangkat sekolah, hingga ia mencapai cita-citanya yang mulia yaitu menjadi seorang bidan. Tiga hal tersebut adalah:

- 1) Teknik sugesti diri, misalnya: Saya harus rajin sekolah hari ini.
- 2) Teknik peta hidup, misalnya: Saya berangkat sekolah hari ini atau saya tidak berangkat sekolah hari ini.
- 3) Teknik berani bermimpi, misalnya: Saya ingin menjadi bidan yang sukses.

Minggu pertama klien menuliskan terapi *Life Mapping* di buku hariannya. Setelah itu dievaluasi bersama antara konselor dan klien setiap seminggu sekali.⁸⁴

Tabel 1.1

Aplikasi Terapi *Life Mapping* minggu pertama

Hari, Tanggal	Terapi
Senin, 03 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Selasa, 04 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Rabu, 05 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Kamis, 06 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)

⁸⁴Proses pelaksanaan terapi *Life Mapping* dengan menuliskan tiga hal penting di buku diary klien tersebut di minggu pertama

	bermimpi)
Jum'at, 07 Nov 14	1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Sabtu, 08 Nov 14	1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)

Evaluasi minggu pertama ini, klien tidak masuk selama dua hari karena izin. Dan cita-citanya sangat mulia yakni menjadi bidan. Dia kelihatan sangat antusias menjadi bidan karena setiap hari menuliskan mimpi yang sama. Terapi ini nampaknya belum berhasil karena masih tahap awal.

Minggu kedua klien menuliskan terapi *Life Mapping* di buku hariannya. Setelah itu dievaluasi bersama antara konselor dan klien setiap seminggu sekali.⁸⁵

Tabel 1.2

Aplikasi Terapi *Life Mapping* minggu kedua

Hari, Tanggal	Terapi
---------------	--------

⁸⁵Proses pelaksanaan terapi *Life Mapping* dengan menuliskan tiga hal penting di buku diary tersebut di minggu kedua

Senin, 10 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Selasa, 11 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Rabu, 12 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Kamis, 13 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Jum'at, 14 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Sabtu, 15 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup)

	3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
--	--

Evaluasi minggu kedua ini, klien tidak masuk selama dua hari karena izin. Dan mimpinya masih tetap hanya satu yang ditulis, dia terlalu antusias mencapai cita-citanya yang sangat mulia yakni menjadi bidan yang sukses. Terapi ini nampaknya belum berhasil karena masih tahap awal.

Minggu ketiga klien menuliskan terapi *Life Mapping* di buku hariannya. Setelah itu dievaluasi bersama antara konselor dan klien setiap seminggu sekali.⁸⁶

Tabel 1.3

Aplikasi Terapi *Life Mapping* minggu ketiga

Hari, Tanggal	Terapi
Senin, 17 Nov 14	1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Selasa, 18 Nov 14	1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani

⁸⁶Proses pelaksanaan terapi *Life Mapping* dengan menuliskan tiga hal penting di buku diary tersebut di minggu ketiga

	bermimpi)
Rabu, 19 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Kamis, 20 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Jum'at, 21 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Sabtu, 22 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya tidak berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)

Evaluasi minggu ketiga ini, klien tidak masuk selama empat hari karena alpha tiga hari dan sakit satu hari. Dan

mimpinya masih tetap sama yakni menjadi bidan yang sukses, tidak mau menuliskan mimpi yang lain. Terapi ini nampaknya belum berhasil karena masih tahap awal.

Minggu keempat klien menuliskan terapi *Life Mapping* di buku hariannya. Setelah itu dievaluasi bersama antara konselor dan klien setiap seminggu sekali.⁸⁷

Tabel 1.4

Aplikasi Terapi *Life Mapping* minggu keempat

Hari, Tanggal	Terapi
Senin, 24 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Selasa, 25 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani

⁸⁷Proses pelaksanaan terapi *Life Mapping* dengan menuliskan tiga hal penting di buku diary tersebut di minggu keempat

	bermimpi)
Rabu, 26 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Kamis, 27 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Jum'at, 28 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup) 3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
Sabtu, 29 Nov 14	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saya harus rajin sekolah hari ini (sugesti diri) 2. Saya berangkat sekolah hari ini (peta hidup)

	3. Saya harus jadi bidan yang sukses (berani bermimpi)
--	--

Evaluasi minggu keempat ini, klien sudah mulai sembuh dari penyakit bolosnya. Dia selalu masuk selama seminggu terakhir ini. Dan mimpinya masih tetap yakni menjadi bidan yang sukses. Terapi ini nampaknya berhasil karena sudah terlihat keaktifannya masuk sekolah.

e. Langkah kelima adalah *follow up* (evaluasi)

Follow Up merupakan tahapan untuk menilai dan mengetahui sampai sejauh manakah tahapan yang telah dilakukan dalam mencapai hasil proses konseling.

Peneliti mengamati dalam masa pelaksanaan terapi, klien masih sering sekali membolos sekolah dengan keterangan izin, alpha, dan sakit. Namun di minggu keempat pelaksanaan terapi, klien sudah full masuk selama seminggu, dan dua minggu awal di bulan Desember full masuk setiap hari⁸⁸. Dalam pelaksanaan tahap *follow up* ini, konselor mewawancarai klien untuk mengetahui hasil terapi *Life Mapping* yang ditulis.⁸⁹

Selain Terapi *Life Mapping* yang mengarahkan tujuan hidup seseorang, perlu juga pendekatan *Cognitive Behavior* untuk merubah pola pikir atau keyakinan klien yang kurang benar

⁸⁸Hasil dokumentasi absensi klien selama bulan November sampai Desember

⁸⁹Hasil wawancara kepada klien tanggal 26 desember 2014

(maladaptif) hingga menemukan interpretasi yang rasional terhadap suatu peristiwa. Pendekatan *Cognitive Behavior* berawal dari perkembangan dalam psikologi *behavioral* dan *kognitif*. Dengan merubah status pikiran dan perasaannya, klien diharapkan dapat merubah tingkah lakunya, dari negatif menjadi positif. Dari kebiasaan membolos menjadi rajin sekolah.

Konselor membenahi pola pikir Andin yang irasional yaitu dia membolos karena takut dimarahi seorang guru di SMA Al-Islam. Dia berpikiran bahwa lebih baik membolos saja daripada di sekolah akan ketemu dengan guru tersebut dan akan dimarahi. Padahal sebab dari guru tersebut marah adalah tugas yang diberikan kepada Andin belum selesai. Guru tersebut tidak akan mungkin marah tanpa ada sebab yang valid kepada muridnya. Oleh karena itu Andin perlu diluruskan status pemikirannya, agar ia mengerjakan dan menyelesaikan dulu tugasnya pasti guru tersebut tidak akan marah lagi.

Hasil wawancara keempat konselor kepada klien:⁹⁰

Hari, tanggal : Jum'at, 26 Desember 2014

Waktu : 14.00 WIB

Tempat : Di Rumah Konselor

⁹⁰Hasil wawancara dengan klien pada tanggal 26 Desember 2014

Klien merasa gembira dengan berubahnya perilakunya yang dulu sering membolos. Selama satu minggu terakhir ini dia sudah full setiap hari masuk. Dia juga antusias menuliskan di buku diary nya mengenai sugesti diri untuk rajin sekolah, peta hidup mengenai masuk apa tiadak sekolahnya, dan berani bermimpi menjadi seorang bidan yang sukses.⁹¹

3. Hasil aplikasi terapi *Life Mapping* dengan Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam menangani siswi yang membolos di SMA Al-Islam

Hasil aplikasi terapi *Life Mapping* ini dengan pendekatan *Cognitive Behavior* dalam menangani siswi yang sering membolos, bisa dilihat dari dokumentasi mengenai absensi Andin selama bulan November sampai Desember di ruang BK.⁹²

Andin menyadari kalau dirinya yang menyebabkan gurunya marah-marah sama dia. Klien tersebut awalnya mulai membolos karena berpikiran takut dimarahi oleh salah satu guru di SMA tersebut, namun setelah memakai pendekatan *Cognitive Behavior*, klien tersebut menyadari sesungguhnya guru tersebut marah kepadanya bukan karena membolosannya tetapi karena tugas yang diberikan belum selesai pada waktunya.⁹³ Guru tersebut ingin membantu muridnya belajar disiplin bukan untuk ditakuti.

⁹¹Hasil wawancara dengan klien tanggal 26 Desember 2014

⁹²Hasil dokumentasi absensi klien selama bulan November sampai Desember

⁹³Hasil wawancara dengan guru piket tanggal 05 November 2014

Akhirnya Andin mulai berpikir rasional saya harus rajin belajar agar tidak dimarahi guru tersebut.⁹⁴

Tabel absensi klien, selama bulan November minggu awal ia sering membolos dia izin dua hari, minggu kedua juga izin dua hari, minggu ketiga alpha tiga hari dan sakit satu hari, namun menginjak bulan November minggu terakhir sampai dengan bulan Desember ia sudah berubah dan absensinya nihil. Alhamdulillah klien bisa berubah.⁹⁵

⁹⁴ Hasil wawancara pada klien tanggal 05 November 2014

⁹⁵ Hasil dokumentasi pada absensi klien selama bulan November sampai Desember 2014