

BAB IV

ANALISIS DATA

Setelah data di peroleh dari lapangan yang berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi yang disajikan pada awal bab yang telah dipaparkan oleh peneliti, maka peneliti menganalisa dengan analisa deskriptif komparatif. Adapun data yang dianalisis sesuai dengan fokus penelitian yaitu sebagai berikut:

A. Analisis Data Faktor-Faktor yang Menyebabkan Timbulnya Perasaan Aversi (Ketidaksukarelaan) di Kecamatan Rungkut Surabaya

Dalam menganalisis data tentang faktor apa saja yang menimbulkan perasaan aversi (ketidaksukarelaan), dapat dilihat berdasarkan data yang diperoleh dilapangan.

Faktor utama yang mendominasi konseli memiliki perasaan aversi (ketidaksukarelaan) adalah karena konseli harus melakukan sesuatu yang tidak konseli inginkan. Hal ini dikarenakan munculnya perbedaan pendapat dengan orang tua konseli. Konseli merasa harus melakukan sesuatu yang tidak ia inginkan karena perintah dari orang tuanya. Dan konseli tidak bisa menolak untuk melakukan sesuatu yang tidak ia inginkan karena itu adalah perintah dari orang tuanya. Jadi, mau tidak mau, suka tidak suka, konseli harus melakukan apa yang

Pada akhirnya konseli akan merasakan kecemasan dalam dirinya dibawah kontrol keadaan tak disengaja. Hampir disetiap keadaan perasaan aversi yang kuat didahului oleh keadaan yang mungkin melahirkan kecemasan. Jenis kemungkinan ini diatur dalam control praktis perilaku, seringkali terkait dengan hukuman. Sekalipun keuntungan biologis sikap menghindar itu jelas, pola emosional kecemasan tampaknya tidak berguna sama sekali. Karena mengganggu perilaku normal orang bersangkutan dan bahkan bla mengacaukan perilaku menghindar yang sebaliknya akan efektif ketika mengatasi keadaan tersebut.⁵⁰

Penghindaran yang dilakukan konseli ini sebenarnya hanya akan membuat dirinya sendiri rugi. Seperti yang dilakukan konseli Tina, ia membolos kuliah dan jarang mengerjakan tugas, akibatnya ia sendiri yang rugi, karena nilai yang Tina terima adalah nilai yang buruk. Itu adalah akibat yang di terima Tina. Tetapi pada awalnya Tina melakukan itu agar ia bisa melampiaskan perasaan aversinya tersebut tanpa memikirkan akibat yang ia terima nanti. Bukan hanya itu, hubungan Tina dan orang tuanya menjadi sangat renggang, karena Tina berfikir yang membuat Tina seperti ini adalah orang tuanya sendiri, Tina jadi menganggap bahwa orang tuanya tidak sayang padanya. Dan Tina yang dahulunya anak yang baik, pintar, dan patuh pada orang tuanya setelah memiliki perasaan aversi dalam dirinya Tina berubah menjadi pribadi yang tidak baik.

⁵⁰Skinner, *Ilmu Pengetahuan Dan Perilaku Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hal. 278-279.

Melarikan diri dari perasaan aversi akan berakibat buruk pada dirinya sendiri. Seperti yang dilakukan oleh ketiga konseli, semua sikap negative yang dilakukan hanya akan merugikan konseli sendiri, seperti nilainya jelek, pekerjaan banyak yang salah, tidak memiliki teman, dll. Sebenarnya perasaan aversi ini bisa dihilangkan dengan banyak cara, tanpa perlu melarikan diri dari perasaan ini yang dapat menimbulkan sifat negatif pada diri. Apalagi jika perasaan ini dialami oleh para remaja yang pikiran mereka masih menggunakan ego dan tanpa berfikir panjang tentang akibatnya.

Yang dapat menghilangkan perasaan aversi ini hanyalah diri sendiri. Karena dia yang memiliki perasaan ini di dalam hatinya jadi secara otomatis yang dapat menghilangkan perasaan ini hanya dirinya sendiri. Jika memang tidak bisa menyelesaikan masalah ini sendiri, bisa meminta bantuan kepada orang lain untuk membantu menyelesaikan masalahnya seperti meminta bantuan kepada konselor. Cara menghilangkan perasaan aversi misal dengan cara mendekatkan diri pada Allah, dengan begitu seseorang yang mengalami perasaan ini pasti akan memiliki pikiran bahwa keadaan ini adalah yang terbaik menurut Allah dan semua yang terbaik menurut Allah pasti akan indah pada waktunya, hanya sedikit bersabar dan tetap ikhtiar. Atau bisa juga dengan membicarakan masalahnya dengan yang bersangkutan, misal kepada orang tuanya, masalahnya diselesaikan secara baik-baik dan mencari jalan keluar yang terbaik, dengan begitu perasaan aversi pasti akan hilang. Masalah kecil bisa menjadi besar bila tidak segera di selesaikan dan juga bisa muncul pemberontakan, begitu pula dengan masalah perasaan aversi ini.

Sudah terbukti kepada ketiga konseli ini yang semuanya mengalami masalah perasaan aversi yang dimiliki di dalam dirinya, hingga menimbulkan sikap negatif, seperti membolos, hubungan dengan orang tua menjadi renggang, tidak nyaman dengan lingkungan, dll.

Dengan konseli menerima kenyataan yang ada pada dirinya sambil terus mendekatkan diri pada Allah sera konseli mau merubah pikiran konseli, lambat laun perasaan aversi itu pasti akan hilang dengan sendirinya. Semua akan berubah menjadi hal yang menyenangkan. Dan konseli bisa menjalani aktifitasnya dengan senang tanpa keterpaksaan. Allah tidak mungkin memberikan cobaan di luar kemampuan manusianya.

B. Analisis Data Proses Terapi Realitas dengan Teknik Sindiran dalam Menangani Perasaan Aversi (Ketidaksukarelaan) di Kecamatan Rungkut Surabaya

Bedasarkan masalah yang terjadi pada konseli, maka konselor menggunakan terapi realitas dengan teknik sindiran dalam menangani perasaan aversi (ketidaksukarelaan).

Terapi realitas yang diberikan kepada konseli yaitu dengan melibatkan diri dengan konseli dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif. Konseli tetap menentukan sendiri tindakan apa yang mereka inginkan setelah ini. Tetapi konselor tetap memberikan dukungan jika tindakan yang konseli putuskan adalah tindakan yang positif dan jika tindakan yang diambil tindakan yang berujung negatif, konselor akan memberikan gambaran-gambaran tentang akibat keputusan

yang diambilnya. Dengan begitu konseli bisa berpikir tentang tindakan baik buruk yang diambilnya. Konselor memberikan teknik sindiran dengan memberikan kepada konseli sebuah pernyataan-pernyataan sikap yang dilakukan konseli selama memiliki perasaan aversi. Dengan konselor memberikan sebuah pernyataan-pernyataan kepada konseli, dari situ konseli mulai berfikir tentang tindakan yang selama ini di perbuatnya dan akan mengerti baik buruknya dari tindakan yang dilakukannya selama ini.

Tidak hanya itu, konselor juga mengonfrontasikan konseli dan menolak alasan apapun dari konseli yang tidak dapat merubah konseli ke arah yang positif. Mengkonfrontasikan dilakukan konselor untuk menunjukkan adanya kesenjangan dalam diri konseli kemudian konselor mengumpankanbalikkan kepada konseli. Jika konseli sadar bahwa mereka tidak akan memperoleh apa yang diinginkan dan bahwa tingkah laku mereka merusak diri, maka ada kemungkinan untuk terjadinya perubahan positif pada diri konseli. Teknik yang dilakukan konselor sedikit membutuhkan pikiran untuk mengolah kata, agar membuat konseli sadar akan hal-hal yang diucapkan oleh konselor.

Teknik sindiran yang di gunakan konselor adalah dengan cara menggunakan gaya bahasa kepada konseli seperti majas. Dalam majas banyak sekali istilah sindiran dilontarkan dengan bahasa yang lebih halus lagi tetapi tetap tidak menghilangkan kata-kata yang menyindir. Konseli disini menggunakan tiga majas, yaitu Majas Perbandingan, Majas Penguatan, Majas Pertentangan. Dengan begitu konseli akan sadar secara langsung dengan pikiran dan sikapnya yang salah

selama ini. Konseli yang masih diusia remaja memang sulit untuk diajak mengerti tentang keadaan, tetapi usia mereka sudah mulai memasuki usia dewasa, jadi sedikit lebih mudah untuk menggunakan teknik ini kepada konseli. Konseli juga belajar berfikir dewasa karena suatu saat nanti mereka akan dewasa dan pasti banyak masalah-masalah yang muncul pada dirinya.

Proses konseling menggunakan terapi realitas dengan teknik sindiran dalam menangani perasaan aversi (ketidaksukarelaan) sangat cocok untuk konseli yang usianya sedang dalam peralihan dari masa remaja ke masa dewasa. Dengan begitu akan membuat konseli belajar menghadapi masalah dan jika masalah muncul lagi dalam kehidupannya, konseli bisa dapat menyelesaikan sendiri masalahnya. Dan cocok juga di berikan kepada konseli yang remaja, dengan begitu konseli akan belajar berpikir dewasa dalam mengadapi masalahnya dikemudian hari.

C. Analisis Data Hasil Terapi Realitas dengan Teknik Sindiran dalam Menangani Perasaan Aversi (Ketidaksukarelaan) di Kecamatan Rungkut Surabaya

Dalam melakukan analisis untuk mengetahui hasil dari terapi realitas dengan teknik sindiran dalam menangani perasaan aversi dapat dijelaskan sebagai berikut:

Terapi realitas yang diberikan konselor kepada konseli dengan mengonfrontasikan konseli dan menolak alasan apapun yang membuat konseli bersikap negatif. Konseli menjadi sangat sadar akan perilakunya selama ini dan

konseli kini perlahan berubah menjadi baik lagi, konseli belajar menerima keadaannya dengan senang dan ikhlas menjalani hidupnya. Dengan begitu konseli kini menunjukkan perilaku positifnya.

Tidak hanya itu, konselor juga mengajak konseli merumuskan rencana tindakan secara spesifik. Konseli sadar bahwa memang tindakan yang dilakukan selama ini adalah perilaku yang menyimpang. Setelah konseli meyadarinya, konseli merencanakan untuk menghilangkan perilakunya yang negative tersebut dan berubah dengan perilaku yang positif dengan dibantu konseli menentukan perilaku yang positif tersebut.

Selain itu, konselor juga memberikan teknik sindiran dengan cara menggunakan gaya bahasa berupa majas kepada konseli. Majas yang digunakan sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi konseli. Dengan begitu konseli akan langsung sadar dan konseli menyadari kesalahannya yang telah melampiasikan perasaan aversinya dengan melakukan perilaku yang menyimpang. Dengan memberikan teknik soft verbal, membuat konseli langsung sadar dan kini pun konseli mulai berubah dan mulai menerima keadaan yang sudah di takdirkan Allah untuknya.

Jadi, dengan teknik sindiran yang konselor selipkan di dalam proses konseling dapat membuat konseli mulai berpikir tentang sikap dan perilakunya yang menyimpang dan konseli pun memiliki perasaan bersalah kepada orang tuanya. Perasaan aversi yang dimiliki konseli pun, mulai berkurang dan konseli menerima nasehat konselor yang mana bahwa keadaan yang dialami konseli saat

