BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

Yang dimaksud dengan gambaran umum objek penelitian adalah gambaran mendeskripsikan situasi dan kondisi dari keberadaan SMP Hangtuah 1 Surabaya yang sangat erat hubungannya dengan laporan peneletian yang penulis lakukan.

1. Profil SMP Hanguah 1 Surabaya

Penelitian ini dilakukan di SMP Hangtuah 1 Surabaya yang berada di Jl. Bogowonto No. 57 Surabaya. Sebuah lembaga pendidikan menengah pertama yang sedang berkembang dan cukup ternama di Surabaya. SMP Hangtuah 1 Surabaya memiliki profil sebagai berikut :

1. Nama Sekolah : SMP HANG TUAH 1
2. Alamat : Jl. Bogowonto No. 57 Surabaya
3. Kecamatan : WONOKROMO
4. Kab/Kota : SURABAYA
5. Provinsi : JAWA TIMUR
6. No. Telp /HP : 031-5688126
7. NSS/NSM/NDS : 204056010064/2005301111
8. Akreditasi : Terakreditasi A
9. Tahun didirikan : 1958

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10. Tahun beroperasi : 1958

11. Kepemelikan Tanah (Swasta) : Yayasan Hang Tuah

a. Status tanah : Hak Pakai

b. Luas tanah : 2.570 m^2

c. Status Bangunan : Yayasan Hang Tuah

d. Surat Ijin Bangunan : No. –

e. Luas seluruh bangunan : 1.920 m^2

f. Rekening Rutin Atas Nama Sekolah

1) Nomor : 140.00.0461610.9.

2) Atas Nama : Yayasan Hang Tuah

3) Nama Bank : Bank Mandiri KCP Surabaya Tanjung Perak

2. Visi dan Missi SMP Hangtuah 1 Surabaya

a) V I S I :

`Membentuk Manusia Indonesia yang Beriman, Bertaqwa, Berbudi Pekerti Luhur, menguasai Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (Iptek), Mandiri, Disiplin, memiliki rasa Kebangsaan yang tinggi dan Cinta Bahari.

b) **M I S I :**

1. Meningkatkan Pengamalan Ajaran Agama sesuai dengan keyakinan masing - masing.
2. Meningkatkan Profesionalisme Guru.
3. Melaksanakan Pembelajaran dan Bimbingan secara efektif dan efesien.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Meningkatkan kualitas hasil Belajar dan Ketrampilan Siswa.
5. Meningkatkan Kemandirian dan Kedisiplinan Siswa.
6. Menumbuhkan Rasa Cinta terhadap Bangsa dan Tanah Air.
7. Menumbuhkan Penghayatan dan Pengamalan terhadap Nilai-nilai Luhur Budaya Bangsa.
8. Menumbuhkan Jiwa Kebaharian.

c) **TUJUAN :**

1. Meningkatkan Keimanan dan Ketaqwaan peserta didik terhadap Tuhan Yang Maha Esa sesuai dengan Agama dan Keyakinannya masing-masing.
2. Membentuk Siswa yang Berbudi Pekerti Luhur.
3. Menciptakan Kelulusan 100 % dengan rata-rata Nilai Ujian Nasional 8,00.
4. Meraih Prestasi Juara Tingkat Kota Surabaya.
5. Mampu mengoperasikan dan memanfaatkan Ilmu Teknologi (IT) untuk Pendidikan.
6. Mengoptimalkan Proses Pembelajaran Dengan Pendekatan Konstruktivisme (CTL dan PAIKEM), Belajar Tuntas dan Berbasis Ilmu Teknologi (IT).
7. Melaksanakan Sistem Penilaian Bervariasi yang mengacu pada Penilaian Otentik.
8. Membentuk Siswa yang Berjiwa Mandiri.
9. Meningkatkan Kedisiplinan dalam Kehidupan Sehari-Hari.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10. Meningkatkan Rasa Cinta Tanah Air dan Bangsa.
11. Menumbuhkan Sikap Cinta Bahari dan Lingkungan Hidup.
12. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam Penyelenggaraan Pendidikan.

3. Peserta didik dan tenaga pendidik di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Tabel 1

Data Jumlah peserta didik di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Tahun ajaran 2013-2014

KELAS 7																	
7A			**7B**			**7C**			**7D**			**7E**			**7F**		
L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**
26	20	**46**	27	19	**46**	25	21	**46**	28	18	**46**	27	19	**46**	24	21	**45**
JUMLAH TOTAL KELAS 7 = 275 Siswa																	

KELAS 8																	
8A			**8B**			**8C**			**8D**			**8E**			**8F**		
L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**
25	20	**45**	28	17	**45**	26	17	**43**	23	22	**45**	27	18	**45**	25	20	**45**
JUMLAH TOTAL KELAS 8 = 268 Siswa																	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

KELAS 9																	
8A			**8B**			**8C**			**8D**			**8E**			**8F**		
L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**	L	P	**J**
26	20	**46**	27	19	**46**	25	21	**46**	28	18	**46**	27	19	**46**	24	21	**45**
JUMLAH TOTAL KELAS 7 = 275 Siswa																	

Sebagai Kepala sekolah ibu Kartika tidak mengelola dan mendidik semua sendiri terdapat beberapa dewan guru dan karyawan atau staf yang mencurahkan semua tenaga dan ilmunya di SMP Hangtuah 1 Surabaya. Adapun data guru dan staf di Smp Hangtuah 1 Surabaya adalah sebagai berikut :

Tabel II

Daftar guru dan karyawan di SMP Hangtuah 1 Surabaya tahun ajaran 2013-2014

No	Nama	Jabatan	Status
1	Kartika Sari, S.Pd.,M.Pd	Kepala Sekolah	Guru Tetap
2	Churiya T. Anifah, S.Pd	Wakasek Kurikulum	Guru Tetap
3	Kusnan, S.Pd	Wakasek Humas/Sarana Prasarana	PNS TNI AL
4	Ananingsih, S.Pd	Staff Kurikulum	PNS TNI AL
5	M. Sigit Dwi Laksono, S.Ag	Staff Kesiswaan	Guru Tetap
6	Drs. M. Ali Mudhofar, MM	Staff Sarana Prasarana	Guru Tetap
7	Sri Yuniarsih, S,Pd	Staff Humas	Guru DPK Pemkot
8	Wasis Riyadi, S,Pd	Guru PNS TNI AL	PNS TNI AL

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9	Dra. Merry Johana S, M.Si	Guru PNS TNI AL	PNS TNI AL
10	Drs. Sulhan, M.Pd	Guru PNS TNI AL	PNS TNI AL
11	Arif Purwanto, M.Pd	Guru DPK Pemkot	Guru Tetap
12	Bayutomo, S.Pd	Guru DPK Pemkot	Guru Tetap
13	Rachmawati, W.S, S.Pd	Guru	Guru Tetap
14	Drs. Banu Rudywanta	Guru	Guru Tetap
15	Dra. Muryani	Guru	Guru Tetap
16	Diyah Witama, S.Pd	Guru	Guru Tetap
17	Ima Kristinar, S.Pd	Guru	Guru Tetap
18	Heny Romansyah, S.Pd	Guru	Guru Tetap
19	Moedji Oetomo, S.Pd	Guru	Guru Tetap
20	Alinie Dewi A.S, SE	Guru	Guru Tetap
21	Yuyun Yuniati, S.Pd	Guru	Guru Tetap
22	Drs. Soedjono	Guru	Guru Tidak Tetap
23	Sri Ratna Juwita	Guru	Guru Tidak Tetap
24	Yuniarti, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
25	M. Agus Suprapto, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
26	Ida Nuraini, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
27	Retno Anggraini, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
28	Ike Maharani, S.Si	Guru	Guru Tidak Tetap
29	Siti Nadhiroh, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
30	Sigit Hardiono, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

31	Erwin Hikmafianto, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
32	Erlin artikasari, M.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
33	Navianto Prasetyo, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
34	Siti Mujiati, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
35	Dwi Novian Agustin, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
36	Sri Gunanteni, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
37	Ayu Puspita Dewi, S.Pd	Guru	Guru Tidak Tetap
38	Tri Budi Setiawan, A.Md	Kaur Umum	Karyawan Tetap
39	Heny Indriawati R, ST	Kaur Keuangan	Karyawan Tetap
40	Rosy Aquariusita, S.Pd	Kaur Perpus	Karyawan Tetap
41	Yayuk Irianik	Admin	PNS TNI AL
42	Henni Fadlilah	TU	PNS TNI AL
43	Fatimah	TU	Karyawan Tetap
44	Inda Setijawati	Petugas Loket	Karyawan Tetap
45	Hadi Sutrisno	TU	Karyawan Tetap
46	Lutfi Hendra Setiawan	Laboran	Karyawan Tetap
47	Devi Nurindasari	Petugas Loket	Karyawan Tetap
48	Satriyaji Purwo Sasongko	Sopir	Karyawan Tetap
49	Karno	Satpam	Karyawan Tetap
50	Paiman	Pesuruh	Karyawan Tetap
51	Nur Hasyim	Pesuruh	Karyawan Tetap
52	Hariyanto	Pesuruh	Karyawan Tetap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Bimbingan Konseling di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Sekolah SMP Hangtuah 1Surabaya mempunyai tiga guru pembimbing dan salah satunya sebagai koordinator bimbingan dan konseling. Masing masing tingkat kelas dipegang oleh satu guru bimbingan konseling.

Tabel III

Daftar Guru Pembimbing SMA Hangtuah 1 Surabaya

No	Nama/tempat tanggal lahir	Pendidikan terakhir	Tugas	Ket
1	Heny Romansyah, S.Pd	S1	Guru BK (Pembimbing kelas VII)	
2	Rachmawati, W.S, S.Pd	S1	Koordinator BK (Pembimbing kelas VIII)	
3	Dra. Merry Johana S, M.Si	S1	Guru BK (Pembimbing kelas IX)	

Setiap guru pembimbing sudah memperoleh pembinaan serta pengembangan guru pembimbing, sehingga kebanyakan masalah yang dihadapi siswa dapat diselesaikan.Namun tidak menutup kemungkinan guru pembimbing juga meminta bantuan kepada instasi terkait apabila dirasa masalah yang dialami tidak dapat terselesaikan sendiri.

C. Penyajian Data

Langkah ini dilakukan dengan menyajikan sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan**.**Penulis memberikan keterangan sekitar kondisi siswa yang mengalami gangguan mood di SMP Hangtuah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1 Surabaya, Proses pelaksanaan terapi Rasional motif Behavior, dan Hasil pelaksanaan terapi Rasional Emotif Behavior.

1. Kondisi siswa yang mengalami Gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

Dalam hal ini penulis menyajikan sedikit banyak masalah yang dialami klien.

a. Identifikasi kasus

Pada langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala yang tampak pada klien. Dalam hal ini penulis mengadakan kegiatan PKL (Praktek Keja Lapangan) yaitu di SMP Hangtuah 1 Surabaya, terdapat siswa sebut saja "X" yang merupakan siswa kelas VII yang menunjukkan ciri ciri perilaku yang bisa dikatakan abnormal.

Penulis yang pada saat itu sedang melakukan observasi mengamati perilaku siswa "X" terutama kebiasaannya ketika berada didalam kelas yang suka melamun,cenderung tidak bertanggung jawab, tidak melibatkan diri dalam suatu kegiatan kelompok, tidak sopan saat berinteraksi dengan orang lain, cenderung murung dan kurang memiliki respon positif pada orang disekitarnya, namun suatu waktu tertentu dia terlihat sangat aktif dan periang, selalu terlihat mencolok dan menarik perhatian orang lain. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti siswa "X" yang saat itu sedang ditangani oleh guru BK di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun data identitas klien yang dijadikan objek adalah sebagai berikut ;

1. Mengenal Keadaan Siswa/Klien

a. IDENTITAS

1. Nama : MM (nama disamarkan)
2. Jenis kelamin : Perempuan
3. Tempat/tanggal lahir : Surabaya, 27-02-2000
4. Agama : Islam
5. Suku bangsa : Indonesia
6. Sekolah : SMP Hangtuah 1 Surabaya
7. Kelas/program : VII/SSN
8. Alamat : Jl. Wonoreja,Gg. 2 No. 27c

b. LATAR BELAKANG KELUARGA

Ayah

1. Nama : Alim.M.Z
2. Tempat/Tanggal Lahir : Surabaya, 05-03-1964
3. Agama : Islam
4. Suku bangsa : Indonesia
5. Pendidikan terakhir : S1
6. Pekerjaan : Polisi
7. Penghasilan perbulan : Rp. 3.000.000 – Rp 5.000.000

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8. Alamat : Jl Wonorejo II no 27c

Ibu

1. Nama : Endang Sri .W. (Alm)
2. Tempat/tanggal lahir : Surabaya, 27 Juni 1960
3. Agama : Islam
4. Suku bangsa : Indonesia
5. Pendidikan terakhir : SMA
6. Pekerjaan :
7. Penghasilan perbulan :
8. Alamat :

2. Jumlah Saudara

1. Saudara Kandung : -
2. Laki-laki : -
3. Perempuan : -
4. Anak Nomor : -

c. KEADAAN JASMANI DAN KESEHATAN

1. Keadaan Jasmani : sehat
2. Tinggi badan : 166
3. Berat badan : 48 Kg
4. Bentuk badan : Sedang
5. Bentuk muka : Oval

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Bentuk/warna rambut : Lurus/ Hitam
7. Warna kulit : Sawo Matang
8. Keadaan kesehatan
9. Keadaan mata : Sehat
10. Keadaan telinga : Sehat
11. Keterbatasan jasmani : Sehat
12. Keadaan umum kesehatan : Sehat
13. Penyakit yang sering dialami : Infeksi usus, Susah tidur

d. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Umur masuk sekolah : 7 tahun
2. Lamanya sekolah : 8 Tahun
3. Pernah menunggak/tidak naik sekolah : tidak pernah
4. Di SD di kelas : -
5. Di SMP di kelas : -
6. Di SMA di kelas : -

e. NILAI MATA PELAJARAN

1. Mata pelajaran dengan nilai tertinggi : Penjaskes
2. Mata pelajaran dengan nilai terendah : Fisika
3. Mata pelajaran yang disenangi : Matematika
4. Mata pelajaran yang di benci : Agama
5. Prestasi/absensi :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

MM (nama disamarkan) adalah siswi SMP Hangtuah 1 Surabaya yang sekarang duduk di bangku kelas VII. MM memiliki kondisi fisik yang normal seperti keterangan diatas.Dia anak pertama dari keluarga yang bisa dikatakan berkcukupan dalam hal ekonomi. Ayahnya adalah seorang polisi yang sering bertugas keluar kota, sedangkan ibu kandungnya sudah meninggal ketika ia duduk di bangku sekolah dasar.

Penulis yang saat itu sedang melakukan praktek kerja lapangan (PKL) di SMP Hangtuah 1 Surabaya mengamati atau mengobservasi perilaku MM yang mencolok diantara teman temannya yang lain. MM memiliki ciri-ciri perilaku yang bisa dikatakan Abnormal.Penolakan-penolakan MM terhadap orang disekitarnya, Baik itu terhadap teman sekelas maupun guru pengajar.Namun suatu waktu MM ingin sekali diperhatikan dan ingin terlihat mencolok. Dan hal itu terjadi dalam waktu yang tidak bisa diperkirakan, MM memiliki kondisi suasana hati atau Mood yang berubah-ubah.

Menurut informasi dari guru BK, MM termasuk anak yang menjadi target observasi guru BK. Disamping sikap MM yang kurang ramah juga terkadang menjadi sangat bersemangat.Hal itu terlihat dari sudah dari awal dia masuk ajaran baru.[1]

Dari hasil Check list sebagaimana terlmpir, MM adalah orang yang sulit untuk percaya dengan orang lain, dan terjadi konflik dengan keluarganya, dikatakan bahwa

[1] Hasil wawancara dengan guru BK 5 april 2013

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ayahnya yang terlalu sibuk, cenderung keras sehingga MM merasa tidak nyaman dalam lingkungan keluarganya.[2]

Ketika jam istirahat peneliti mengadakan wawancara dengan teman sebangkunya. Berikut hasil wawancara singkat dengan teman sebangkunya:

Peneliti : "Maaf ya winda, ibu minta waktunya sebentar. Kamu deket ya sama MM?"

Winda : " Nggak juga sih bu, kenapa memangnya bu?"

Peneliti : "Ya nggak kenapa kenapa win, tapi kan kamu teman sebangkunya. Ibu kira kamu deket sama MM.

Winda : " iya sih bu, tapi MM itu aneh bu. Pas dideketin gitu suka cuek, tapi pas aku sama temen temen lain gitu dia marah. Terus pas aku ajak maen bareng temen temen gitu dia bilang males, saya bingung mau dia itu apa bu."

Peneliti : " oh jadi begitu ya, tapi pas kemarin ibu masuk ke kelas kamu anaknya kelihatan rame dan bersemangat kayaknya"

Winda : " (sambil tertawa) ya begitu ibu anaknya, kata temen-temen dia itu geje bu. Kadang tiba tiba curhat soal apa aja, jahil, nraktir jajan juga. Tapi besoknya aku ajak ngomong dia diem aja"

Peneliti : " Jangan begitu sama teman sendiri, ya sudah kalau begitu makasih ya kamu bisa kembali istirahat[3]".

[2] Dokumentasi check list tgl 6 april 2013

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Saat itu guru BK juga melakukan pemanggilan terhadap orangtua MM, namun orangtua MM jarang bisa datang memenuhi panggilan.Hanya sekali ketika MM terlihat sering kurang ramah terhadap guru dan teman kelasnya. Menurut pengakuan ayahnya MM memang anak yang tertutup, sudah 6 bulan terakir MM tinggal dengan neneknya dan MM tidak pernah menjawab ketika ditanya apa sebabnya.

Setelah mendapat informasi dari informan diatas untuk memperkuat data, guru BK melakukan pemangilan terhadap MM terkait sikapnya selama ini. " *Kalau Mood saya lagi baik ya saya baik-baik aja mbak sama temen-temen, tapi kalau saya lagi gak mood saya itu diajak ngomong aja males"*[4]. Dan perubahan moodnya bisa berubah dalam hitungan jam atau hari, Dan itu berlangsung setelah dia mengalami fase depresi ketika kehilangan ibunya. Dan itu diketahui berdasar wawancara dengan MM yang awalnya sangat susah untuk membagi perasaan dan apa yang dialaminya. Diketahui MM ditinggal ibunya meninggal dunia ketika dia masih duduk dibangku sekolah dasar.Dan menurut pengakuannya, MM juga pernah mengalami suatu insomnia dan sangat merindukan ibunya.

Dan semua penolakan-penolakan MM terhadap orang disekitarnya berawal dari rasa kecewanya terhadap ayahnya yang menikah lagi tanpa persetujuannya. Padahal sebelumnya ayahnya berjanji tidak akan menikah lagi dan setia kepada ibunya. "*Ayah itu udah janji mbak sama aku, kalau gak akan nikah lagi. Buktinya sekarang ayah*

[3] Hasil wawancara dengan winda tanggal 5 April 2013
[4] Hasil wawancara tgl 6 april 2013

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nikah lagi. Udah gak peduli sama aku sama nenek juga. Yaudah akau tinggal aja sama nenek biar sekalian ayah lupa punya anak aku, kayak ayah lupa sama ibu"[5]

MM beranggapan semua orang sama seperti ayahnya yang mengkhianatinya, tidak ada satupun yang dapat dipercayainya. Dan pada saat kondisi seperti ini Moodnya berada dibawah. MM akan menyendiri, melamun, dan memberikan respon negatif terhadap orang-orang disekitarnya. Namun dalam waktu yang tidak bisa ditebak MM akan terlihat menjadi siswi yang paling mencolok, dan mencari perhatian. Ketika mood MM berada diatas MM sangat bersemangat dan akan menunjukkan perilaku yang berlebihan, itu dikarenakan dia berpikir semua orang tidak boleh melupakannya, dia harus diperhatikan dan punya banyak teman. Berikut diketahui berdasar hasil observasi dan wawancara guru BK serta penulis yang saat itu sedang melaksanakan kegiatan PKL di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

Dari wawancara tersebut diketahui bahwa apa yang dipikikan MM tidak realistis karena berdasarkan pandangannya sendiri tanpa bisa dibuktikan kebenarannya. MM menganggap semua orang seburuk pemikirannya, dan itu mengganggu dirinya, orang disekitarnya, dan hubungan sosialnya.

a. Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah yang digunakan konselor untuk mengetahui penyebab utama dari gangguan Emosional Klien yang muncul dari pemikiran yang tidak Rasional terhadap pemecahan masalahnya.

[5] Hasil wawancara tgl 6 april 2013

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari identifikasi kasus diatas dapat disimpulkan bahwa kondisi suasana hati Klien yang berubah-ubah berasal dari pemikirannya yang tidak rasional. Ketika Kondisi Mood Klien sedang berada dibawah, Klien memiliki pemikiran bahwa orang lain sama dengan ayahnya. Senua orang disekitarnya akan mengkhianatinya dan meninggalkannya. Tidak ada orang yang dapat dipercayainya.Karena itu Klien melakukan penolakan-penolakan, dan respon negatif terhadap orang-orang disekitarnya.

Namun ketika Mood Klien berada diatas, klien merasa sangat percaya diri, selalu terlihat mencolok, jahil, dan suka mencari perhatian. Dalam hal ini Klien beranggapan bahwa dia harus mendapat perhatian dari orang lain, agar dirinya tidak dilupakan atau diabaikan oleh orang lain. Seperti ayahnya yang mengabaikannya dengan menikah lagi tanpa persetujuannya.

Jadi, dapat disimpulkan kondisi mood klien yang berubah-ubah berasal dari pemikiran-pemikirannya yang tidak masuk akal. Dan berpengaruh pada tindakan yang dia lakukan setiap harinya. Serta menganggu orang yang disekitarnya.

b. Prognosis (Alternatif Bantuan)

Langkah untuk menentukan atau memilih alternatif tindakan yang diharapkan dapat membantu klien dalam mengatasi masalah.

Berdasar hasil diagnosis diatas, Terapi yang sangat sesuai dengan kasus yang dialami klien adalah Terapi Rasional Emotif Behavior.Terapi yang menekankan pada pemikiran-pemikiran Irasional seseorang dan mengubahnya menjadi rasional.Dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membantunya merubah pola pikir yang salah sehingga mampu membantu individu untuk menjadi lebih baik lagi.

2. Proses pelaksanaan terapi Rasional Emotif Behavior terhadap siswa yang mengalami Gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Setelah dilakukan observasi terhadap MM dan perlu kiranya untuk diberikan bantuan konseling oleh guru BK di SMP Hangtuah 1 Surabaya.Dari ciri-ciri kasusu yang dialami siswa maka guru BK mengambil suatu langkah Konseling yang dipusatkan pada pikiran-pikiran Irasional Klien dan membantunya untuk berpikir secara Rasional.Yaitu dengan Terapi Rasional Emotif Behavior.

Adapun langkah-langkah terapi adalah sebagai berikut:

a. Treatment

Merupakan langkah pelaksanaan dari alternatif bantuana yang sudah dipilih. Berdasarkan hasil Diagnosis dan prognosis diketahui MM mengalami suatu Gangguan pada Mood atau suasana perasaannya. Di suatu waktu MM akan melakukan suatu penolakan pada orang-orang disekitarnya dan dalam waktu yang tidak dapat diprediksi MM akan terlihat menjadi siswa yang mencolok, suka mencari perhatian. Guru BK selaku konselor melakukan pemanggilan pada MM untuk datang di ruang konseling.

Terapi yang digunakan guru BK dalam menangani masalah Gangguan Mood pada MM adalah Terapi Rasional Emotif Behavior.Alasan mengapa digunakan terapi ini, dikarenakan masalah yang dihadapi MM adaalah berkaitan dengan Mood atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

suasana perasaannya.Mengapa suasana perasaan MM berubah ubah itu dikarenakan dikontrol pola pikirnya yang salah atau Irasional.Dikatakan Irasional karena memang pola pikir MM tidak masuk akal dan tidak dapat dibuktikan kebenarannya.

Terdapat gambaran kepribadian dengan teori kepribadiaan dalam terapi Rasional emotif Behavior Teori ABC adalah teori tentang kepribadian individu dari sudut pandang pendekatan rasional Emotif Behavior adalah :.

1) *Antecedent Event* (A) yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Dalam kasus ini, ayah MM menikah lagi tanpa persetujuannya. Ibu MM telah meninggal sejak dia masih di bangku sekolah dasar.
2) *Belief* (B) yaitu keyakinan, pandanan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang Rasional dan keyakinan yang tidak Rasional. MM menganggap ayahnya megkhianati dia dan ibunya karena menikah lagi. Mm juga menyamakan semua orang juga akan mengkhianatinya.
3) *Emotional quensequence* (C) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *Antecendent event* (A). Karena itu MM melakukan penolakan penolakan pada orang lain, dan kurang ramah pada orang disekitarnya, curiga yang berlebihan, dan Suka mencari perhatian yang berlebihan, tertutup, dan mengalami emosi yang berubah ubah bergantung pada pola pikirnya. Dan hal itu juag mempengaruhi pergaulan denan teman

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

temannya dan jika dibiarkan akan bisa berlanjut menjadi gangguan mood yang lebih serius.

Adapun dalam proses terapi Rasional Emotif Behaviour Teknik konseling dengan pendekatan rasional emotif behavior dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok. Yaitu: Teknik Kognitif, teknik Imageri, teknik Behavioral atau tingkah laku yang disesuaikan dengan kondisi klien.

Terapi Rasional Emotif Behavior pelaksanaanya bersifat *Aktif-Direktif,* artinya dalam proses konseling konselor lebih aktif dalam membantu mengarahkan konseli dalam menghadapi dan memecahkannya masalahnya.

Adapun Pelaksanaan proses konseling sebagai berikut

1) Konseling pertama :

Dalam pertemuan pertama konseling guru BK selaku konselor menggunakan terapi Rasional Emotif Behavior melalui teknik Kognitif melalui dispute kognitif (rangkuman dari catatan konseling)

Nama : MM (nama disamarkan) kelas VII

Konselor : Bu Heni Romansyah S, Pd

Terapi Rasional Emotif Behavior dengan teknik kognitif melalui *Dispute Kognitif* yang lebih menekankan untuk mengubah keyakinan irasional konseli melalui *philosophical persuation, didactic presentation, Socratic dialogue, vicarious experiences,* dan berbagai ekspresi verbal lainnya. Mendebatkan pemikiran pemikiran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak logis, yang bertujuan menyadarkan pemikiran klien itu tidak lgis dan menjadi penyebab masalahnya.

Guru BK sering mendapat laporan dari beberapa guru kelas dan wali kelas sendiri, bahwa MM mulai memperlihatkan sikap sikap negatifnya terhadap orang disekitarnya. Maka guru BK melakukan pemanggilan terhadap MM untuk melakukan konseling.

MM : (tanpa salam) ada apa bu? Kok saya dipanggil kesini? Saya kan lagi ada pelajaran Geografi.

Guru BK : duduk dulu, ibu ingin ngobrol

MM : (duduk dengan menunjukkan ekspresi tidak bersahabat) Ngobrol apa bu?

Guru BK : Gimana kabarmu?

MM : Baik bu

Guru BK : O...kabar nenek dan ayah bagaimana?

MM : Kalau nenek baik, tapi Ayah nggak tau bu

Guru BK : Memangnya ayah kamu sekarang dimana?ada tugas diluar kota lagi?

MM : (Diam)

Guru BK : Akhir-akhir ini ibu perhatikan kamu terlihat murung, apa ada masalah?

MM : Nggak ada kok bu, masalah apa? (sedikit tertawa)

Guru BK : O...baguslah kalau tidak ada masalah. Tapi ibu dapat laporan dari beberapa guru kelas kamu jarang merespon dan cenderung diam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dikelas. Menurut teman teman kamu juga kamu suka menolak kalau diajak ngobrol

MM : (Mulai menunduk dan tidak berbicara)

Guru BK : Kamu tidak apa-apa cerita ke saya, Ibu akan merahasiakan. Kamu bisa percaya sama ibu

MM : (tetap diam sambil mencibir)

Guru BK : Oh ya sudah, kamu boleh bercerita kepada teman dekatmu. Kira kira siapa teman dekatmu di kelas yang kamu percayai?

MM : Halah bu, Semua orang itu tidak bisa dipercaya. Ngapain juga saya cerita ke mereka. Toh akhirnya disebarin ke teman teman lain. itukan privasi saya bu

Guru BK : Mengapa begitu? Apa kamu punya bukti kalau semua orang seburuk pemikiranmu itu? Coba beri ibu jawaban yang masuk akal

MM : Saya pernah bercerita ke satu teman sebangku saya, akhirnya dia bocorkan masalah saya ke teman lain.

Guru BK : Setelah ada yang tahu tentang masalahmu, bagaimana sikap mereka terhadap kamu? Coba kamu fikirkan, apa sikap mereka sangat buruk buat kamu? Apa sangat menyakitkanmu?

MM : Sebenarnya mereka jadi mendekatiku, Untuk memastikan apa saya baik baik saja. Tapi saya yakin mereka hanya berpura pura baik karena ada maksud tertentu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Guru BK : Ibu bertanya sekali lagi, apa buktinya? Kamu harus punya bukti dari pernyataanmu tadi

MM : (diam dan menunduk seperti mau menangis)

Guru BK : Selama kamu meyakini hal tersebut, apa yang kamu rasakan? Apa kamu merasa lebih baik dengan pemikiranmu itu?

MM : (Menangis)

Guru BK : Coba difikirkan lagi, kalau sudah tenang kamu bisa kembali ke kelas

Dalam Konseling pertama ini Guru BK selaku konselor menggunakan Terapi Rasional motif Behavior dengan teknik kognitif. Menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang membuat MM melakukan *Dispute Logis* atau Mendebatkan pemikirannya untuk menjadi logis. Dalam konseling ini MM akan dipancing untuk melihat apakah pemikirannya itu logis dan baik untuk dipertahankan. Dan terlihat dari hasil konseling MM mulai menyadari kalau pemikirannya tidak dapat dibuktikan dan bisa dikatakan irasional.

2) Konseling kedua

Dalam proses konseling kedua ini Guru BK selaku Konselor menggunakan Terapi Rasional Emotif Behavior dengan Teknik Imageri melalui *Dispute Imageri* dan teknik melebih lebihkan (*the blow up technique)*. *Strategi Imaginal disputation* yang melibatkan penggunaan Imageri.

MM : Pagi bu (tiba-tiba masuk ruang BK dengan wajah ceria)

Guru BK : Pagi juga, Wah kamu terlihat bersemangat.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

MM : (tertawa) Iya bu, hari ini saya merasa senang sekali bu, tadi saya selalu maju ke depan kelas, saya selalu menjawab pertanyaan guru bu. Tadi teman teman tertawa melihat saya di depan kelas bu, Mungkin saya lucu ya bu. Saya mau teman teman memperhatikan saya. Biarin aja ayah saya nggak perhatian lagi sama saya gara-gara nikah lagi sama orang lain. Tapi orang orang nggak boleh nyuekin saya.

Guru BK : Tapi kemarin ibu melihatmu sangat murung dan menyendiri, apa yang membuatmu berubah menjadi sangat bersemangat ?

MM : (tertawa sambil memain mainkan kakinya) Entah bu, saya tiba tiba ingin bercerita, bercanda dengan banyak teman. Saya udah nggak punya ibu, ayah saya selalu sibuk. Saya Cuma punya nenek jadi saya harus punya banyak teman. Toh ayah nggak pernah pulang. Masak saya mau tinggal sama istrinya ayah bu, nggak mau saya

Guru BK : Memangnya ibu tiri kamu jahat sama kamu? Kamu belum mengenalnya

MM : Nggak juga sih bu, tapi pasti saya disia siakan nanti. Dulu setelah ibu meninggal tiap malem saya susah tidur bu, saya belum siap. Saya masih suka sedih kalau inagt ibu saya, Apalagi harus menerima seseorang yang tidak saya kenal di keluarga saya. Ayah pasti lebih mementingkan dia. Dulu ayah janji tidak akan nikah lagi, Tapi ayah bohong, ayahpun tidak menanyaiku apa aku setuju atau tidak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Guru BK : Apa setelah ibumu meninggal, ayahmu bekerja terlalu sibuk dan tidak membiayai keperluanmu sehari hari? Apa kamu dibuang begitu saja?

MM : Ya tidak bu, kan saya masih anaknya. Cuman kesel aja kenapa nikah lagi

Guru BK : Seandainya ayahmu tidak menikah lagi, siapa yang membantunya mengurusi rumah tangga? Kamu bisa sedangkan usiamu masih terlalu muda dan kamu memilih tinggal bersama nenekmu

MM `: Iya juga sih bu

Guru BK : Sekarang coba kamu bayangkan, bagaimana kalau kamu tidak punya ayah ibu? Dan kamu harus menanggung biaya hidup sendiri dan semua masalahmu sendiri.Apa kamu masih melihat permasalahanmu lebih buruk dari itu? Kamu bisa menjadi pribadi yang bagaimana itu tergantung dirimu sendiri. Apa kamu mau terus menerus meratapi kehilangan ibumu, menjauh dari ayahmu yang masih mau mengurusimu walau sering sibuk, Hidup adalah pilihan. Dan pilihlah yang terbaik untuk dirimu

MM : Tidak punya ibu saja saya sudah depresi bu, apalagi tidak punya ayah ibu.

Guru BK : Kalau ada orang yang peduli terhadapmu, itu karena masih banyak yang menyayangimu.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

MM : Tapi sekarang saya merasa baik baik saja , Saya sangat senang bu, saya ingin berkumpul dengan banyak teman, Saya ingin selalu diperhatikan, Tidak seperti beberapa minggu yang lalu, Saya merasa gak mood ketemu orang orang.

Guru BK : Sekarang coba kamu fikirkan, apa sikapmu yang selalu ingin diperhatikan itu berdampak baik buatmu?. Akhir akhir ini ibu juga perhatikan kamu sangat ramai di kelas, sering menjahili temanmu.

MM : Iya bu, kenapa ketika saya lagi nggak mood sama mereka mereka pada deketin. Sekarang aku pengen deket sama mereka tapi mereka malah jauhin aku.

Guru Bk : Apa caramu mendekati mereka sudah benar? Apa kamu pernah bertanya pada mereka bagaimana dirimu selama ini?

MM : Belum sih bu, nanti saya coba tanya ke Winda (nama teman sebangku MM)

Guru BK : Ketika kamu merasa sangat bersemangat, kamu harus mampu mengontrol sikapmu. Apa sikapmu itu bisa diterima temanmu atau tidak, apa itu tidak mengganggu mereka. Jika kamu ingin tahu kebenarannya bagaimana, cobalah sekali kali kamu intropeksi diri atau bertanya pada temanmu. Bayangkanlah kamu mempunyai teman yang suka mencari perhatian dan ramai.Bagaimana reaksimu?

MM : Risih juga ya bu kayaknya punya temen alay (berlebihan) gitu. Aku sih males kayaknya deket deket

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Guru BK : Dan ketika kamu merasa ingin sendiri, benci terhadap orang lain, benci terhadap ayah dan ibu tirimu. Bayangkanlah kamu tidak punya ayah, ibu, teman yang peduli terhadapmu.Apa kamu masih bisa hidup tanpa orang lain?

MM : Jadi selama ini pemikiran saya keliru ya bu?

Guru BK : Coba bersahabat dengan dirimu sendiri dan orang disekitarmu. Hidup itu indah tergantung kita yang memaknainya.Bagaimana?

MM : Saya akan coba bu

Guru Bk : Semua perubahan menjadi lebih baik tergantung pada diri kita sendiri

MM : Siap bu (dengan nada bersemangat)

Guru BK : Baiklah, kamu bisa masuk kelas

Pada Konseling kedua ini terlihat dari hasil percakapan antara Guru Bk dan MM (nama disamarkan) bisa diambil kesimpulan bahwa MM sedang dalam *fase Hypomanik.* Atau suasana perasaan yang meningkat.MM merasa bersemangat, ingin bergaul, ingin menjadi pusat perhatian dengan mendekati teman temannya, menjahili mereka, menjadi sangat ramai dan merasa sangat gembira.Dan perubahan Moodnya itu berselang dalam waktu 2 minggu dari fase self eksteemnya atau depresi.

Pada konseling kedua kali ini Menggunakan Terapi Rasional Emotif Behavior dengan perpaduan teknik kognitif dengan teknik imageri. Dapat dilihat dari cara Guru BK mendebat pemikiran irasionalnya dengan pemikiran yang lebih logis. Serta mengajak MM membayangkan pada suatu Kondisi yang sangat sulit dan melebih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lebihkannya, atau biasa disebut the Blow up technique (teknik melebih lebihkan).Yang bertujuan agar Klien dapat mengontrol perasaannya. Dalam teknik Imageri juga diselipkan tentang komitmen dan perjanjian untuk kembali berpikir logis, yang tidak lain untuk kebaikan dirinya. Dan semua keputusan untuk menjadi lebih baik ada pada dirinya sendiri.

3) Konseling ketiga

Pada konseling ketiga berdasarkan observasi peneliti dan Guru BK, bahwa MM mulai terlihat stabil. Tidak ada sikap murung dan tiba tiba menjadi sangat mencolok. Pada pertemuan konseling kali ini Guru BK menggunakan Terapi Rasional Emotif Behavior dengan teknik Behavioral. Dari hasil mendebat pemikiran tidak logisnya menjadi pemikiran yang masuk akal, Kemudian merealisasikannya dalam bentuk tingkah laku.

MM : Selamat siang bu

Guru BK : Siang, silahkan duduk. Bagaimana kabarmu hari ini?

MM : Baik bu, saya berusaha mencoba membangun pertemanan yang baik dengan teman sekelas bu. Ternyata menyenangkan

Guru BK : Bagus sekali itu, lalu apa yang kamu rasakan?

MM : Saya merasa lebih lega bu, kemarin malah saya pulang kerumah bu

Guru BK : Lalu apa kamu bertemu ayah dan ibumu?

MM : Iya bu, kebetulan ayah sedang tidak bertugas. Jadi kami sekeluarga jalan jalan ke Jatim Park bu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Guru BK : Menyenangkan sekali, Lalu apa kamu masih mencoba mencari perhatian lagi?

MM : (tersenyum) Namun saya takut perasaan saya mudah naik turun Bu. Bagaimana mengontrolnya?

Guru BK : Oke, Ketika Mood kamu mulai turun yaitu ketika mulai enggan berinteraksi dengan orang, sering berpikir negatif tentang orang, kamu ingat ingat apa yang kamu rasakan? Apa kamu merasa lebih baik? Namun jika itu semakin memburuk cobalah berfikir yang lebih dingin dengan menghadirkan kemungkinan kemungkinan yang positif. Dan ketika kamu mulai merasa sangat gembira dan bersemangat, Kamu bisa menyalurkannya pada hal positif. Misalnya, kamu bisa belajar kelompok dengan teman teman dan menciptakan diskusi, Atau kamu bisa mengikuti kegiatan ekstrakulikuler di sekolah maupun diluar sekolah.Cobalah kamu bersahabat dengan ibumu, Misal belajar memasak atau belanja bersama. Itu pasti menyenangkan

MM : Akan saya coba bu

Guru BK : Kamu bisa kapan saja datang ke ibu kalau kamu membutuhkan, biar ibu bantu. Kamu perlu bercerita dan berbagi perasaanmu. Karena karena kalau kamu terlalu sering memendam perasaanmu sendiri itu akan menyebabkan kamu suka berubah ubah perasaanmu, Kadang sedih kadang senang. Cobalah mulai berteman dekat. Oia bukannya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kamu suka voly, Kamu bisa mulai mengikuti ekstra volly besok.Bagaimana?

MM : Begitu ya bu, Iya saya suka volly dari semua olahraga saya sangt suka volly. Nanti saya mau daftar bu

Guru BK : Baik, Jangan lupa berfikir yang jernih sebelum bertindak

MM : (tersenyum) baik bu

Pada Konseling ketiga ini Guru BK menggunakan teknik Behavioral dengan Dispute tingkah laku. Setelah MM mulai berfikir lebih logis Guru BK mulai memberikan pandangan untuk merealisasikan pemikirannya. Guru BK juga memberi pekerjaan rumah pada MM yang dapat digunakan sebagai *Self help work* atau penolong bagi dirinya sendiri. Pekerjaan rumah ini berupa mengimajinasikan, berfikir, serta aktifitas yang positif

3. Hasil dan Follow up pelaksanaan Terapi Rasional Emotif terhadap siswa yang mengalami gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Sebelum melihat hasil dari proses pelaksanaan Terapi Rasional Emotif Behavior dalam menangani Gangguan Mood pada siswa "X", Konselor terlebih dahulu menggunakan langkah langkah sebagai berikut :

a. Evaluasi

Langkah evaluasi ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh mana terapi yang dilakukantelah mencapai hasilnya, yaitu melihat perubahan mengenai tingkah laku konseli.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah konseli mendapatkan terapi dari konselor dapat dilihat dari adanya perubahan dalam diri konseli. Konseli mengalami perubahan yang cukup baik, terlihat pada proses konseling kedua dan ketiga konseli mulai menyadari dimana titik letak pemikiran Irasionalnya, Konseli juga mulai memahami bahwa suasana perasaannya yang berubah ubah dikarenakan pemikirannya yang tidak logis dan benar menurutnya. Jarak dilakukannya konseling adalah dalam rentang waktu 2 minggu, Itu dikarenakan konselor ingin melihat bagaimana hasil dari proses pelaksanaan terapi. Selain itu konselor juga mendapat informasi dari guru, wali kelas, dan teman sebangkunya bahwa MM sudah mulai terlihat stabil. Tidak tiba tiba saja menyendiri, pemarah, mudah tersinggung, atau melontarkan respon negatif ketika berinterakssi dengan orang lain, MM juga tidak tiba tiba berubah sangat aktif dan bersemangat serta tidak lagi suka menjahili dan mencari perhatian.

Perubahan perilakunya juga berpengaruh pada perasaannya, Hal tersebut berdasarkan pengakuannya yang merasa lega karena mulai bersahabat dengan orang lain, dan mulai nyaman tinggal dirumahnya.

b. Follow Up

Follow Up merupakan proses tindak lanjut suatu evaluasi dari efektifitas pelaksanaan konseling, Dalam hal ini Guru Bk selaku konselor terus memantau perilaku perilaku konseli setelah mendapat konseling. Selain itu guru BK juga bekerja sama dengan orang tua konseli agar mulai memperhatikan kondisi dan perilaku konseli ketika dirumah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari hasil analisis evaluasi proses konseling dan follow up diatas dapat disimpulkan bahwa hasil dari pelaksanaan terapi rasional emotif behavior dalam menangani gangguan mood siswa "X" dapat dikatakan berhasil. Dalam hal ini terbukti pada perubahan tingkah laku konseli.

D. Analisis Data

Tahap terakhir dalam penelitian ini adalah menganalis data-data yang telah diperoleh selanjutnya dianalisa lebih lanjut. Dari data yang di kumpulkan selama penelitian di lapangan dengan menggunakan metode kualitatif ini memperoleh data-data tentang Terapi Rasional Emotif Behavior dalam menangani gangguan Mood pada siswa di SMP Hangtuah 1 Surabaya. Data data yang temukan antara lain :

1. Kondisi siswa yang mengalami Gangguan Mood di SMP Hangtuah 1 Surabaya

Gangguan Mood adalah suatu tipe ganguan yang ditandai dengan gangguan pada Mood. Mood adalah kondisi perasaan yang terus ada dan mewarnai kehidupan psikologis kita dan itu adalah hal yang normal, Namun bisa dikatakan Abnormal bila berlangsung lama, berulang ulang, dan mengganggu mereka untuk berfungsi dalam memenuhi tanggung jawab secara normal. Akibatnya akan menimbulkan keresahan, perasaan tidak nyaman, bahkan kesenjangan dalam hubungan sosialnya. Di usia pubertas atau remaja perasaan mudah berubah ubah itu wajar namun akan menjadi tidak wajar dan sangat mengganggu bila berlangsung lama, menetap, dan membuatnya dikucilkan dilingkungan sebayanya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam berbagai macam tipe dalam gangguan mood, yaitu *Unipolar* dan *Bipolar.* Unipolar mengacu pada satu kutub sedangkan Bipolar mengacu pada dua kutub yang berbeda yaitu keadaan depresi atau mood menurun dan Euforia atau kondisi mood meningkat.

Dalam penelitian ini diketahui bahwa kasus gangguan mood *bipolar siklotimik* yaitu keadaaan dimana suasana perasaan yang berubah ubah dalam waktu yang tidak dapat dipastikan, berlangsung lama dan tidak dapat diperkirakan.

Hal ini seperti yang terjadi pada kasus siswa "X" yang mengalami gangguan mood dan telah berlngsung cukup lama. Berawal dari kematian ibunya ketika MM masih duduk di bangku sekolah dasar, serta permasalahannya dengan keluarganya, MM mengalami suatu fase Depresi. Merasa sendiri dan sangat kehilangan orang yang dekat dengannya. Ditambah lagi ayahnya yang sibuk dengan pekerjaannya dan menikah lagi tanpa persetujuannya. Itulah awal mula MM mulai menunjukkan sikap yang berubah-ubah terhadap orang lain,

Dan berdasar hasil Checklist terhadap MM (nama siswa yang disamarkan menurut kode etik BK) diketahui bahwa MM adalah anak yang tertutup, susah percaya terhadap orang lain, dan mudah sekali tersinggung. Dilihat dari daftar permasalahnnya MM selalu menekankan pada permasalahn keluarganya. Kurang harmonisnya hubungannya dengan keluarganya.6

[6]Hasil Problem checklist terhadap MM

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari hasil Observasi serta wawancara dengan guru bk, teman sebangkunya, dan guru mata pelajaran diketahui MM memang suka memberikan respon negatif terhadap orang lain, mudah marah, tersinggung, terkadang menyendiri, Namun dia bisa saja menjadi sangat mencolok, suka mencari perhatian dengan sering ingin maju ke depan kelas, suka menjahili temannya, penuh semangat dan sanagat ramai. Sikapnya itu membuat guru dan teman temannya terganggu.

Peristiwa ini ditanggapi dengan pikiran yang Irrasional atau tidak masuk akal.“ Ketika MM mulai terlihat mnyendiri dan murung diketahui bahwa menurutnya tidak ada satupun orang yang bisa dia percaya, semua orang berkhianat, semua orang sama seperti ayahnya yang tidak bisa dipercaya, merasa sendiri, dan benci terhadap orang lain”. Namun ketika MM mulai berubah menjadi sosok anak yang penuh semangat, aktif, sangat mencolok, ramai, dan suka mencari perhatian dia berpikiran bahwa tidak boleh ada yng melupakannya, dia harus diperhatikan, dia harus mempunyai banyak teman yang memperhatikannya”. Padahal tidak semua orang sama seperti apa yang dipikirkannya, tidak semua orang menerima sikapnya. Menurut *Ellis*, cara berfikir Irrasional itulah yang menyebabkan sesorang mengalami gangguan emosional.

Kondisi siswa “X” yang mengalami gangguan mood akan dipaparkan dalam tabel dibawah ini :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

TABEL IV

Sebelum terapi

No	Perilaku	SL	SR	J	TP	KET
		1	2	3	4	
A	**Kognitif**					
1	Berfikir negatif kepada semua orang	✓				
2	Suasana perasaan yang berubah ubah		✓			
3	Perasaan berduka yang terus menerus	✓				
B	**Afektif**					
1	Merasa semua orang tidak bisa dipercaya	✓				
2	Merasa sendiri	✓				
3	Merasa sangat bersemangat		✓			
4	Bergembira yang berlebihan		✓			
5	Mudah berubah suasana perasaannya	✓				
C	**Behavior**					
1	Melakukan penolakan dan respon negatif pada orang lain	✓				
2	Mudah tersinggung	✓				
3	Bersikap tidak sopan		✓			
4	Suka mencari perhatian		✓			
5	Terkadang suka menyendiri terkadang tiba tiba bersikap berlebihan kepada orang lain		✓			
	JUMLAH	7	12			19

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keterangan :

SL : selalu dengan bobot 1

SR : Sering dengan bobot 2

J : Jarang dengan bobot 3

TP : Tidak pernah dengan bobot 4

Keterangan Nilai :

Sangat kurang : 0-20

Kurang baik : 21-40

Cukup baik : 41-60

Baik : 61-80

Sangat baik : 81-100

Skor maksimum = 4 (skor maks setiap indikator) x 13 = 52

Konversi Nilai = $\frac{\text{Skor total siswa}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$

Jadi nilai X = 19: 52 x 100 = 36 (kurang)

Dari hasil nilai diatas maka dapat disimpulkm bahwa kondisi siswa "X" yang mengalami gangguan mood kurang baik sehingga berpengaruh pada kondisi psikis, perilakunya terhadap orang lain yang pada akhinya memunculkan perasaan tidak nyaman, dan keresahan dalam dirinya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pelaksanaan Terapi Rasional Emotif Behavior

Hasil temuan penelitian tersebut, penulis menganalisis sebagai berikut:

Dalam pelaksanaan Terapi Rasional Emotif Behavior yang dilakukan Guru BK selaku Konselor ada empat langkah.Rasional Emotif Behavior membantu klien mengenali dan memahami perasaaan, pemikiran, dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh klien itu sendiri.

a. Treatment

Treatment merupakan langkah pelaksanaan dari beberapa alternatif bantuan yang sudah dipilih dan dianggap sesuai untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh konseli.

Pada langkah ini konselor akan memberikan bantuan kepada onseli yang sebelumnya belum pernah mendapatkan terapi sama sekali melalui terapi Rasional Emotif behavior yaitu :

1) Konseling pertama, proses konseling individu dengan menggunakan terapi rasional emotif behavior melalui teknik kognitif dengan dispute kognitif.
2) Konseling kedua, Proses konseling individu dengan mengunakan terapi rasional emotif behavior melalui teknik imageri dengan dispute imajinasi dan teknik melebih lebihkan.
3) Konseling ketiga, Proses konseling individu dengan menggunakan terapi rasional emotif behavior melalui teknik behavioral dengan dispute tingkah laku dan home work assignments.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pada konseling pertama, konselor menunjukkan pemikiran pemikirannya yang tidak logis dengan mendebatkan pemikiran pemikirannya yang dapat menyebabkan moodnya berubah ubah. Pemikirannya yang Irrasional menimbulkan perasaan yang tidak nyaman, tertekan, dan terjadi masalah dengan hubungan sosialnya. Melalui tahap ini juga dibangun pola pikir yang lebih logis dan nyaman sehingga konseli tidak lagi berubah ubah moodnya karena pola pikirnya yang tidak masuk akal.

Pada konseling kedua, Konselor meminta konseli melakukan perjanjian dan komitmen untuk menjadi lebih baik lagi, bahwa semua perubahan diri tergantung dari diri sendiri. Ketika konseli mulai berfikir tidak logis atau mulai merasa tidak nyaman, konseli diminta membayangkan pada kondisi yang paling menyakitkan dan paling menyulitkan dari situ konseli bisa melihat bahwa apa yang dia alami tidak seburuk bayangannya.

Pada konseling ketiga, konselor mendorong konseli ke arah tingkah laku yang lebih baik sesuai dengan pemikiran yang logis yaitu pemikiran yang membuatnya nyaman dan tidak tertekan. Konselor memberikan pujian verbal *(reward),* hukuman *(punishment),* serta pekerjaan rumah *(Homework assignment)*

Adapun langkah langkah proses konseling terapi rasional emotif behavior yang telah dilakukan konselor adalah sebagai berikut :

a) Langkah pertama, dalam langkah ini konselor berusaha menunjukkan kepada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan yang tidak rasional

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Langkah kedua, dalam langkah ini konselor menyadarkan klien bahwa pemecahan masalah yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri

c) Langkah ketiga, dalam langkah ini konselor berpran mengajak klien menghilangkan cara berpikir dan gagasan yang tidak rasional

d) Langkah keempat, dalam hal ini jonselor mengembangkan pandangan yang realistis dan menghindarkan diri dari keyakinan yang tidak rasional

3. Hasil dari pelaksanaan terapi rasional emotif behavior dalam menangani gangguan mood siswa "X" di SMP Hangtuah 1 Surabaya.

Hasil temuan penelitian tersebut, penulis analisis sebagai berikut :

Untuk mengetahui proses pelaksanaan terapi rasional emotif behavior menunjukkan hasil positif atau negatif konselor menggunakan langkah langkah sebagai berikut :

a. Evaluasi

Evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana terapi yang dilakukan telah mencapai hasilnya.Yakni dengan melihat perubahan tingkah laku konseli. Hal ini dapat dilihat dari tabel dibawah ini :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

TABEL V

Setelah terapi

No	Perilaku	SL	SR	J	TP	KET
		1	2	3	4	
A	**Kognitif**					
1	Berfikir negatif kepada semua orang			✓		
2	Suasana perasaan yang berubah ubah			✓		
3	Perasaan berduka yang terus menerus				✓	
B	**Afektif**					
1	Merasa semua orang tidak bisa dipercaya				✓	
2	Merasa sendiri				✓	
3	Merasa sangat bersemangat			✓		
4	Bergembira yang berlebihan				✓	
5	Mudah berubah suasana perasaannya				✓	
C	**Behavior**					
1	Melakukan penolakan dan respon negatif pada orang lain				✓	
2	Mudah tersinggung			✓		
3	Bersikap tidak sopan				✓	
4	Suka mencari perhatian				✓	
5	Terkadang suka menyendiri terkadang tiba tiba bersikap berlebihan kepada orang lain				✓	
	JUMLAH			6	36	42

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keterangan :

SL : selalu dengan bobot 1

SR : Sering dengan bobot 2

J : Jarang dengan bobot 3

TP : Tidak pernah dengan bobot 4

Keterangan Nilai :

Sangat kurang : 0-20

Kurang baik : 21-40

Cukup baik : 41-60

Baik : 61-80

Sangat baik : 81-100

Skor maksimum = 4 (skor maks setiap indikator) x 13 = 52

Konversi Nilai = $\frac{\text{Skor total siswa}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$

Jadi nilai X = $\frac{42}{52} \times 100 = 81$ (sangat baik)

Dari hasil nilai diatas maka dapat disimpulkan bahwa kondisi siswa "X" yang mengalami gangguan mood sudah mengalami perubahan setelah prosses terapi. Terlihat dalam nilainya yang sangat baik. Konseli mulai membangun hubungan sosial yang baik dengan teman sebayanya. Konseli juga mulai berusaha berasahabat dengan ayah dan ibu tirinya. Mencoba membangun suasana perasaan yang stabil dengan menanamkan pemikiran pemikiran yang logis. Konseli mengalihkan moodnya yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

suka berubah ubah denagn mengikuti diskusi kelompok, dan diketahui konseli mendengarkan saran konselor dengan mengikuti ekstrakulikuler volly di sekolah.

Untuk memperkuat perubahan perilakunya ketika dirumah konselor melakukan wawancara dengan orangtua konseli. Yang kebetulan saat itu hanya ibu tirinya dirumah mengatakan bahwa konseli sudah mau pulang kerumah, mulai terlihat ceria, Dan mulai mau menceritakan kegiatannya di sekolah.

b. Follow Up

Follow Up adalah proses tindak lanjut suatu evaluasi dari efektivitas pelaksanaan konseling, dalam hal ini konselor terus memantau perilaku konseli di sekolah. Selain itu juga konselor bekerja sama dengan orangtua untuk lebih memperhatikan kondisi konseli dan mendukungnya.

Berdasarkan analisa evaluasi proses konseling dan tindak lanjut diatas dapat disimpulkan bahwa hasil pelaksanaan terapi rasional emotif behavior dalam mengangani gangguan mood siswa "X" dikatakan berhasil. Hal ini dibuktikan dengan perhitungan skor dari sebelum terapi yaitu 36 yang menunjukkan kurang baik dengan sesudah terapi 81 yang menunjukkan sangat baik serta perubahan perubahan perilaku positif pada diri konseli baik di rumah dan di sekolah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id