TERAPI MUHASABAH UNTUK MENINGKATKAN RASA EMPATI SEORANG IBU DALAM HIDUP BERTETANGGA DI DESA DOKO KECAMATAN DOKO KABUPATEN BLITAR

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

Nimas Fitriatul Latifa
NIM : B93214107

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2018

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Nama : Nimas Fitriatul Latifa

NIM : B93214107

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Skripsi ini belum pernah diajukan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini benar – benar hasil karya mandiri penulis dan bukan merupakan jiplakan atau plagiasi atas karya orang lain.
3. Penulis bersedia menanggung semua konsekuensi hukum bila ternyata dikemudian hari diketahui atau terbukti secara sah dan meyakinkan bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiasi.

Surabaya,
Yang Menyatakan

METERAI TEMPEL
81972AEF874519966
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Nimas Fitriatul Latifa
NIM : B93214107

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi Nimas Fitriatul Latifa ini telah dipertahankan didepan Tim penguji skripsi

Surabaya, 24 April 2018

Mengesahkan

Uiniversitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan

Dr. Hj. Rr. Suhartini, M.Si
NIP. 195801131982032001

Penguji I

Drs. H. Abd. Basyid, MM
NIP. 196009011990031002

Penguji II

Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si
NIP. 195902051986032004

Penguji III

Dr. Rudy Al Hana, M.Ag
NIP. 196802091991033100 1

Penguji IV

Dra. Ragwan Albaar, M. Fil.I
NIP. 196303199203200 2

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Nimas Fitriatul Latifa

Nim : B93214107

Judul : Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Bertetangga di Desa Doko Kec. Doko Kab. Blitar.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya,25 April 2018
Telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing

Drs.H.Abd Basyid,MM
NIP.196009011990031002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : NIMAS FITRIATUL LATIFA
NIM : B93214107
Fakultas/Jurusan : DAKWAH / BIMBINGAN KONSELING ISLAM
E-mail address : nimasfitriatullatifa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
TERAPI MUHASABAH UNTUK MENINGKATKAN RASA EMPATI SEORANG IBU DALAM HIDUP BERTETANGGA DI DESA DOKO KECAMATAN DOKO KABUPATEN BLITAR

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 04 Mei 2018

Penulis

(NIMAS FITRIATUL L.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Nimas Fitriatul Latifa (B93214107), "*Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar"*

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh sebuah fenomena di salah satu desa di Kabupaten Blitar Jawa Timur. Seorang ibu rumah tangga di salah satu keluarga di desa tersebut berperilaku suka menceritakan hal – hal yang ia miliki, membangga – banggakan keberhasilan anaknya yang telah berhasil melanjutkan ke sekolah perawatan, membicarakan dunia perkuliahan. Sedangkan di lingkungannya mayoritas berpendidikan maksimal sampai tingkat Sekolah Menengah Pertama, dan juga memberitahukan tetangga mengenai pengeluaran dan pemasukan yang dialami ketika membiayai anak sampai tingkat perguruan tinggi. Berawal dari fenomena tersebut maka dapat diketahui bahwa seorang ibu rumah tangga tersebut memiliki rasa empati yang rendah. Maka Terapi Muhasabah (intropeksi diri) perlu diterapkan, agar lebih bisa melihat keadaan lingkungan, dan memahami perasaan orang lain yang keadaannya sudah jelas tidak seperti seorang ibu tersebut.

Fokus penelitian ini adalah bagaimana proses konseling dengan menggunakan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam hidup bertetangga?, dan bagaimana hasil proses konseling dengan menggunakan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam hidup bertetangga?

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan analisa deskriptif komparatif. Dalam menganalisa penyebab adanya kurang keharmonisan didalam bertetangga. Dengan membandingkan teori dan hasil proses konseling dilapangan. Data yang digunakan berupa hasil wawancara dan observasi yang disajikan dalam bab penyajian data dan analisis data.

Dalam penelitian ini, konseling menggunakan pendekatan *terapi Muhasabah* dimana dalam pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan kesadaran diri berupa empati dalam bertetangga, sehingga satu sama lain mengetahui pentingnya berempati terhadap lingkungan sekitar.

Hasil akhir dari penelitian melalui proses konseling Terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati yaitu dapat dikatakan tidak sepenuhnya berhasil. Implikasi dari penelitian ini adalah, sehubungan dengan hasil penelitian ini yang cenderung bersifat tidak sepenuhnya berhasil.

Kata Kunci: Terapi Muhasabah, dan Empati.

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

DAFTAR ISI

COVER ..... **i**

PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**

PENGESAHAN TIM PENGUJI ..... **iii**

MOTTO ..... **iv**

PERSEMBAHAN ..... **v**

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI ..... **vi**

ABSTRAK ..... **vii**

KATA PENGANTAR ..... **viii**

DAFTAR ISI ..... **ix**

DAFTAR TABEL ..... **xi**

BAB I : PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 7
E. Definisi Konsep 8
   1. Muhasabah 8
   2. Empati 11
F. Metode Penelitian 13
   1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 13
   2. Sasaran dan Lokasi Penelitian 14
   3. Jenis dan Sumber Data 15
   4. Tahap – Tahap Penelitian 17
   5. Teknik Pengumpulan Data 20
   6. Teknik Analisis Data 22
   7. Teknik Pemeriksaaan Keabsahan Data 23
G. Sistematika Pembahasan..... 24

BAB II : KAJIAN TEORITIK **25**

A. Muhasabah 25
   1. Pengertian Muhasabah 25
   2. Ruang Lingkup Muhasabah 28
   3. Bentuk - Bentuk Muhasabah 30
   4. Keutamaan Muhasabah 32
B. Empati 36
   1. Pengertian Empati 36
   2. Aspek – Aspek dalam Berempati 39

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

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Berempati 49
4. Proses Empati 51
C. Muhasabah dan Eksistensial Humanistik 55
1. Pengertian Eksistensial Humanistik 55
2. Pandangan Sifat Manusia menurut Teori Eksistensial Humanistik..... 56
3. Tujuan Eksistensial Humanistik 58
4. Muhasabah dalam Perspektif Eksistensial Humanistik 59
D. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan 62

BAB III : PENYAJIAN DATA 64

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 64
1. Deskripsi Lokasi Penelitian 64
a. Lokasi Penelitian 64
b. Sejarah Desa Doko 64
c. Luas Wilayah dan Batas Wilayah 65
d. Kondisi Kependudukan 65
e. Keadaan Ekonomi Masyarakat 65
f. Bidang Pendidikan 66
g. Bidang Keagamaan..... 66
2. Deskripsi Konselor dan Konseli 67
a. Deskripsi Konselor 67
b. Pengalaman Konselor 68
c. Deskripsi Konseli 69
1) Kepribadian Konseli 70
2) Keadaan Ekonomi Konseli 70
3) Lingkungan Sekitar Konseli 71
4) Latar Belakang Keluarga Konseli 72
5) Latar Belakang Pendidikan Konseli 73
6) Latar Belakang Keagamaan Konseli 73
7) Latar Belakang Sosial Konseli 74
B. Deskripsi Pelaksanaan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar..... 75
1. Deskripsi Proses Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar 75
a. Identifikasi Masalah 76
b. Diagnosis 79
c. Prognosis 80
d. *Treatment*/ Terapi 82
e. Evaluasi/ *Follow Up* 88
C. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar..... 89

BAB IV : ANALISIS DATA 91

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

A. Analisis Proses Pelaksanaan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar 91
B. Analisis Data Hasil Proses Konseling Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar 97

BAB V : PENUTUP 99

A. Kesimpulan 99
B. Saran 100

DAFTAR PUSTAKA 101

LAMPIRAN – LAMPIRAN

BIODATA PENULIS

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

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Pemeluk Agama di Desa Doko 66

Tabel 3.2 Tabel Kontrak Perubahan Tingkah Laku Klien 90

Tabel 4.1 Tabel Perbandingan dengan Proses Pelaksanaan di Lapangan Secara Langsung 92

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam sebuah proses namanya hidup yang dijalani manusia akan selalu berbagai fenomena, insiden, atau kejadian yang beragam mulai dari hal – hal yang sangat sederhana sampai sedemikian kompleks dan peliknya untuk dijalani. Fenomena – fenomena inilah yang kemudian menjelma dengan wajah berbeda kepada para manusia yang tengah menjalani kehidupan. Keberadaan fenomena ini tentu saja bertalian erat dengan kelangsungan hidup manusia. Baik atau buruknya keadaan yang diterima sebenarnya sama – sama merupakan ujian yang diberikan Allah SWT kepada manusia, tetapi tidak semua orang memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk menghadapi hal tersebut secara proporsional sekaligus profesional.

Pasang surut dalam kehidupan merupakan suatu yang niscaya, sangat manusiawi dan semua orang mengalaminya, suatu hal yang membedakan mereka terletak pada bagaimana masing – masing individu tersebut menyikapi setiap pasang surut kehidupannya, salah satu alasan peneliti mengangkat judul ini, karena dari dulu sangat tertarik hal yang berkaitan dengan adaptasi. Dalam berinteraksi dengan orang banyak harus bisa menyesuaikan atau bisa disebut juga dengan adaptasi. Dalam berhubungan dengan orang lain juga harus ditanamkan sikap intropeksi

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

diri, karena terkadang seseorang tidak sadar akan kesalahan yang ia perbuat. Intropeksi dalam hal ini disebut muhasabah.

Muhasabah adalah intropeksi, mawas, atau meneliti diri. Yakni menghitung –hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat. Menjelang pergantian tahunan, ada baiknya kita mengevaluasi diri masing – masing sejauh mana telah melaksanakan perintah Allah dan Rosul-Nya. Sekiranya sudah melaksanakan, maka hendaknya ditingkatkan. Tetapi seandainya belum melaksanakan perintah serta meninggalkan larangan Allah dan Rosul-Nya, maka harus sadar (yaqdhah), kemudian bertaubat kepada Allah.[1]

Muhasabah diperintahkan oleh Allah SWT dengan firman-Nya "Hai orang – orang yang beriman, bertaqwalah kamu sekalian kepada Allah, dan hendaklah setiap hari memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akhirat), dan bertaqwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan" (QS. Al-Hasyr/59:18)

Sekaranglah saatnya kita menyadari bahwa keadaan kita saat ini merupakan konstruk dari pemikiran kita masa lalu. Kita ada disini karena kesengajaan. Kita adalah energi kehidupan, dan kuncinya adalah kesadaran diri kita. Agar kita memiliki diri kita sendiri, bebaskan diri kita

[1] Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan),* (Yogyakarta : LPK-2, Suara Merdeka, 2006), hal 83

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 hal yang merepotkan. Kita lah yang menciptakan realita hidup. Cukup merubah gerak hidup kita dengan apa yang kita inginkan. Bergerak melingkar dalam radius gerak daya Tuhan bergerak dan bergerak jangan pernah berhenti. Firman Allah dalam surat At- Tholaq ayat 2 yang artinya "Barang siapa bertaqwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginnya jalan keluar". Muhasabah didalam penelitian ini, ada kaitannya dengan empati, yang mana empati disini muncul ketika saya mendapatkan sebuah kasus yang saya temukan di suatu desa di Kab. Blitar.

Empati adalah suatu kata yang tidak asing didengar oleh siapapun, para ilmuwan sepakat bahwa empati lebih penting daripada simpati, hal itu telah digambarkan oleh para ahli sebagai berikut : empati sangat penting sebagai mediator perilaku agresif, memiliki kontribusi dalam perilaku proposional, berkaitan dengan perkembangan moral, dapat mereduksi prasangka, dan dapat menimbulkan keinginan untuk menolong.

Para teoritikus awal memandang empati sebagai karakter yang stabil dan dapat diukur, namun tidak dapat diajarkan. Dengan kata lain, mereka mengatakan bahwa empati bersifat *being* , dimiliki oleh manusia secara kodrati sebagai pemberian dari Allah SWT, atau secara genetis diturunkan oleh para orang tua kepada anak – anaknya. Namun demikian mereka menyatakan empati tidak dapat dikembangkan. Mereka meyakini empati hanya bisa diukur , tetapi untuk mengukurnya mereka masih belum ada kesepemahaman mengenai instrumen mana yang paling tepat untuk digunakan.

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

Membicarakan masalah muhasabah dan empati, bahwa kedua kata tersebut sangat berhubungan sekali dengan teori konseling yaitu Eksistensial Humanistik, karena dalam teori Eksistensial Humanisitik menekankan renungan – renungan filosofis tentang apa artinya menjadi manusia yang utuh.

Eksistensial Humanistik ini bertujuan agar klien mengalami keberadaannya secara otenstik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi – potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya.[2]

Sebagaimana yang telah saya temui sebuah fenomena dilingkungan saya, di daerah Doko Blitar. Dilingkungan saya itu mayoritas penduduknya bermata pencaharian petani. Rutinitas sehari – hari dari terbitnya fajar sampai hampir matahari terbenam. Ada yang mengelola sawahnya sendiri, dan juga ada yang mengelola sawahnya orang alias buruh tani.

Dilihat dari segi pendidikanpun, mayoritas SMP, setelah itu banyak yang langsung melanjutkan ke jenjang pernikahan. Ada juga yang kerja, dan uniknya lagi mereka serentak kerja di Bali, tidak ada yang bekerja di pulau Jawa.

Ditengah – tengah kehidupan sehari – hari yang seperti itu, ada tetangga saya bernama ibu SK. Beliau kisaran berumur 40 an tahun.

[2] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Badung : Refika Aditama, 2013), hal 53-56

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

Tinggal bersama suami dan 2 anak. Sekarang beliau mempunyai 2 orang anak perempuan, yang pertama menempuh sekolah keperawatan di Nganjuk dan masih semester awal, yang kedua duduk dikelas 9 SMP. Kebiasaan ibu SK yang kurang disenangi orang – orang disekitar, alasan yang keluar dari uneg – uneg tetangga adalah mengenai semua keberhasilan dan apa – apa yang diperoleh atas anaknya, entah prestasi, nilai, dll, semuanya diceritakan kepada orang – orang disekitar, dan hal tersebut tanpa ada pertanyaan dari tetangga sekitar.

Sampai – sampai anaknya yang pertama yang bernama YL, juga menjadi bahan untuk diceritakan kepada tetangga – tetangga sekitar, apalagi YL baru saja menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Pengeluaran yang dikeluarkan setiap bulan dan pemasukanpun, dijadikan bahan pembicaraan sewaktu kumpul – kumpul bersama tetangga, mengenai di tempat kuliah kegiatan, teman dan lain sebagainya semuanya diceritakan. Apalagi akhir – akhir ini yang sering diceritakan adalah YL yang sangat banyak sekali acara ketika dikampus.

Dalam fenomena yang peneliti temui, terjadi kesenjangan sosial yang terjadi di masyarakat, tidak seharusnya SK tersebut menceritakan seluruh apa yang dia alami, apa yang dia lakukan terhadap anak, dan apa saja keberhasilan yang dicapai anak. berhubung mayoritas yang dibicarakan adalah si YL yang berposisi sedang menempuh sekolah di kampus keperawatan di Nganjuk, bukan berarti harus menceritakan juga kepada tetangga – tetangga sekitar. Selain mengingat pendidikan 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

ditempuh masyarakat sekitar itu tidak sepadan artinya tidak sampai SMA, SMP saja itu sudah bagus menurutnya, pasti tetangga juga merasa tidak nyaman dengan pembahasan mengenai pendidikan, pengalaman dll. Merasa tersinggung juga iya, karena ibu SK dengan enjoynya membicarakan hal tersebut dan tidak memposisikan dirinya sendiri yang seharusnya cerita hal seperti itu kepada orang yang sama – sama merasakan bangku perguruan tinggi, itupun tidak layaknya sampai pengeluaran dan pemasukan yang dia alami harus juga diceritakan.

Melihat fenomena yang terjadi seperti yang saya paparkan diatas dari menceritakan semua yang dia alami ke tetangga – tetangga tanpa ada pertanyaan, dilakukan tidak hanya sekali, tidak memikirkan bahwasannya audien itu posisinya tidak seperti saya, mereka tidak tahu menahu tentang perkuliahan dan lain sebagainya. Oleh karena itu peneliti terketuk untuk melakukan terapi Muhasabah. Dengan terapi ini peneliti berharap agar subjek dalam cerita ini, lebih meningkatkan keintropeksian dirinya sendiri, menyadari bahwa memposisikan kita terhadap orang lain itu perlu, tidak ada yang bisa melakukan apa – apa melainkan atas ridho Allah SWT. Sehingga peneliti melakukan penelitian dan dipaparkan didalam karya tulis ini dengan judul "Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Bertetangga di Desa Doko Kec. Doko Kab. Blitar".

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. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah tersebut maka penulis merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana proses konseling menggunakan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam bertetangga di desa Doko kec. Doko kab. Blitar?
2. Bagaimana hasil proses konseling dengan menggunakan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam bertetangga di desa Doko kec. Doko kab. Blitar?

C. Tujuan Penelitian

Adanya penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui bagaimana proses menggunakan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu rumah tangga terhadap tetangganya di desa Doko kec. Doko kab. Blitar
2. Mengetahui hasil akhir terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu rumah tangga terhadap tetangganya di desa Doko kec. Doko kab. Blitar

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap akan munculnya dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya, antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
   a. Menambah keilmuan bagi peneliti yang lain dalam hal Muhasabah untuk meningkatkan kesadaran dalam diri seseorang.

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. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam khususnya bagi mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini yakni diharapkan dapat dijadikan pelajaran dan pengalaman khususnya bagi :

a. Mahasiswa.

Dengan penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk mahasiswa agar mereka bisa mendapat referensi tentang penerapan terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa empati.

b. Dosen.

Untuk para dosen, penelitian ini bisa dijadikan landasan dalam bahan ajar sehingga tidak hanya mementingkan kajian teoritik saja melainkan juga memperhatikan aspek lain yaitu terkait bermuhasabah untuk meningkatkan rasa empati.

c. Pembaca.

Bagi siapapun yang membaca semoga bisa menerapkan terapi ini ketika ada permasalahan yang sama, dan bermanfaat untuk kedepannya.

E. Definisi Konsep

1. Muhasabah

Muhasabah adalah intropeksi, mawas, atau meneliti diri. Yakni menghitung –hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan

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 akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat. Menjelang pergantian tahunan, ada baiknya kita mengevaluasi diri masing – masing sejauh mana telah melaksanakan perintah Allah dan Rosul-Nya. Sekiranya sudah melaksanakan, maka hendaknya ditingkatkan. Tetapi seandainya belum melaksanakan perintah serta meninggalkan larangan Allah dan Rosul-Nya, maka harus sadar (yaqdhah), kemudian bertaubat kepada Allah.

Muhasabah diperintahkan oleh Allah SWT dengan firman-Nya :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ.

"Hai orang – orang yang beriman, bertaqwalah kamu sekalian kepada Allah, dan hendaklah setiap hari memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akhirat), dan bertaqwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan" (QS. Al-Hasyr/59:18.[3]

Umar r.a. mengemukakan : "Hisablah diri kalian sebelum kalian dihisab, dan berhiaslah (bersiaplah) kalian untuk akhirat (Yaumul Hisab)".[4]

---

[3] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya,* (Bandung : Jumanatul Ali-Art, 2004), hal 548

[4] Imam Al-Ghazali, *Ringkasan Ihya" Ulumudin*, (Surabaya : Citamedia Press ,2003), hal 409

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

Maimun bin Mihran r.a. menyampaikan "Seorang hamba tidak dikatakan bertaqwa hingga ia menghisab dirinya sebagaimana dihisab pengikutnya darimana makanan dan pakaiannya"[5]

Menurut Ibnu Jarir At-Thabari (392-463 H/1002-1072 M) mengemukakan bahwa Muhasabah adalah mengoreksi segala yang telah diperbuat di hari kemarin untuk hari esok, sebagaimana perintah Allah SWT dalam surat Al – Hasyr ayat 18.

Menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyyah (691-751 H), mengemukakan bahwa proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki hasrat untuk melakukan sesuatu, sehingga diketahui manfaat/mudharat perbuatan tersebut, apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan ataukah sebaliknya.

Menurut Muhammad Al – Ghazali (1335-1416 H/ 1917-1996 M), mengemukakan bahwa Muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat – sifat yang seharusnya dimiliki dan dijaga serta yang seharusnya dihilangkan. Seumpama desain interior sebuah ruangan, demikian pula kehidupa manusia, adakalanya direnovasi.

Menurut Saefuudin Bachrun (Penulis dan Da'i Modern), mengemukakan bahwa Muhasabah adalah cara mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari hari ke hari, tidak hanya proses evaluasi diri, tetapi juga bentuk syukur atas anugrah Allah SWT. Konsep

[5] Disampaikan oleh Yuyu Yulia pengajian rutin hari jum'at di DKSI-IPB tanggal 6 Juni 2008.

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

Muhasabah adalah dengan siklus PDCA, Plan (Perencanaan), Do (Pelaksanaan), Check (Pemeriksaan), Action (Tindakan Perbaikan).[6]

Dari pengertian mengenai Muhasabah yang telah dipaparkan diatas, peneliti mengambil pemikiran Muhammad Al – Ghazali (1335-1416 H/ 1917-1996 M), sebagai dasar bahwa Muhasabah adalah

1) Mengenal diri sendiri.
2) Menjaga akhlak baik.
3) Menghilangkan akhlak buruk.

2. Rasa Empati

Konsep empati memiliki sejarah yang pelik, ditandai dengan banyaknya ketidaksepakatan dan perbedaan diantara para ilmuwan. Hal tersebut terbukti dengan beragamnya istilah yang digunakan oleh para peneliti yang merujuk pada pengertian empati, seperti : *interpersonal orientation, emphatic disposition, perspective – taking, emphatic distress.*

Para teoritikus awal memandang empati sebagai karakter yang stabil dan dapat diukur, namun tidak dapat diajarkan. Dengan kata lain, mereka mengatakan bahwa empati bersifat *being* , dimiliki oleh manusia secara kodrati sebagai pemberian dari Allah SWT, atau secara genetis diturunkan oleh para orang tua kepada anak – anaknya. Namun demikian mereka menyatakan empati tidak dapat dikembangkan. Mereka meyakini empati hanya bisa diukur , tetapi

[6] Siti Shahilatul Arasy, "*Urgensi Muhasabah (Intropeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma"anil Hadist)"*, (Skripsi : Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), hal 97.

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

untuk mengukurnya mereka masih belum ada kesepemahaman mengenai instrumen mana yang paling tepat untuk digunakan.

Allport mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang kedalam fikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Allport juga menitikberatkan pada peranan imitasi didalam empati.

Sementara itu Carl Roger yang sangat aktif menggeluti dunia terapi menawarkan dua konsepsi, pertama, empati adalah melihat kerangka berfikir internal orang lain secara akurat. Kedua, dalam memahami orang lain tersebut individu seolah – olah masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan mengalami sebagaimana yang dirasakan dan dialami oleh orang lain itu, tetapi tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri.[7]

Membicarakan mengenai empati, erat kaitannya dengan salah satu teori dan teori konseling yaitu "Eksistensial Humanistik" yang dikembangkan oleh tokoh humanisme yaitu Abraham Harold Maslow dan Carl Roger.

Berkaitan dengan konsep utama, Eksistensial Humanistik berfokus pada kondisi manusia. Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berfikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu.

[7] Taufik, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial,* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2012), hal 38-42

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

Dari berbagai pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwasannya empati :

1) Memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain.
2) Apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh observer terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, observer tersebut tidak kehilangan kontrol dirinya.

Adapun empati yang dimaksud dalam penelitian ini sebagai berikut :

1) Konseli dapat benar – benar merasakan apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain.
2) Konselor mengarahkan konseli menuju sikap empati tersebut, tanpa menghilangkan identitas asli dari diri konseli.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan

Pada penelitian ini penulis menggunakan pendekatan Kualitatif. Yang mana pendekatan kualitatif merupakan suatu proses untuk menemukan pengetahuan dengan lebih mengedepankan orang atau manusia sebagai objeknya, disini peneliti merupakan pihak kunci. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas dan mendalam terhadap keadaan yang diteliti sehingga data yang diperoleh lebih akurat dan mendalam.

b. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitiannya, penulis akan menggunakan jenis penelitian Study Kasus, penelitian study kasus merupakan

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

penelitian dengan pengujian secara rinci terhadap satu latar belakang atau satu orang subjek atau satu tempat penyimpanan dokumen atau satu peristiwa tertentu. Pendekatan study kasus sebagai suatu pendekatan dengan memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan rinci.

c. Sasaran dan Lokasi Penelitian

1) Sasaran

Pada penelitian ini penulis menggunakan seorang ibu rumah tangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar sebagai objeknya karena penulis ingin memfokuskan pada kondisi yang dialami oleh objek berdasarkan pada pendekatan dan jenis penelitian yang diangkat.

2) Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian, penulis akan mengadakan penelitian di Desa Doko Kabupaten Blitar selaku rumah dari objek penelitian. Dan selain di rumahnya Desa Doko Kecamatan Doko, peneliti juga akan melakukan wawancara dengan tetangga terdekatnya, guna memperoleh keabsahan dan keakuratan data yang dicari.

3) Jenis dan Sumber Data

(a) Jenis Data

Dalam penelitian ini jenis data yang digunakan adalah kualitatif, dimana data kualitatif merupakan data

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

yang tidak berupa angka tetapi berupa kata-kata dan kategori-kategori.

Adapun jenis data penelitian ini, penulis menggunakan dua sumber data, yakni data primer dan data sekunder. Yang dimaksud data primer dan data sekundernya adalah sebagai berikut :

(1) Data Primer

Data primer adalah data utama atau data penting. Adapun data primernya yaitu penulis akan mencari tahu tentang apa penyebab klien tidak memiliki sikap empati, apa saja kelakuan yang sangat menonjol ketika tidak berempati kepada tetangga. Dan pertanyaan lain yang dirasa penting untuk melengkapi data tentang klien dengan cara wawancara atau observasi data itu penulis dapatkan.

(2) Data Sekunder

Data sekunder adalah data pendukung. Adapun data sekundernya yaitu penulis akan melakukan wawancara kepada orang-orang di sekitarnya. Penulis akan cari tahu bagaimana gaya hidup klien sehari hari, apa penyebab yang sering membuat klien tidak berempati terhadap tetangganya, bagaimana cara klien berkomunikasi dengan orang lain, dan bagaimana

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

ekspresi klien ketika sedang membangga – banggakan anak – anaknya.

(b) Sumber Data

Adapun Sumber data yang dimaksud adalah subyek dari mana data diperoleh. Dalam penelitian ini sumber data berupa kata-kata atau kalimat-kalimat tertulis, tindakan maupun lisan dari orang-orang yang menjadi subyek penelitian ini, yaitu obyek penelitian (seorang ibu rumah tangga), penulis dan informan.

Dari keterangan diatas maka peneliti membagi sumber data pada penelitian ini menjadi dua, yaitu:

(1) Sumber Data Primer

Adapun sumber data primer disini adalah SK, seorang ibu rumah tangga yang dengan sadar ataupun tidak sadar selalu membicarakan pencapaian keberhasilan yang diperoleh anaknya. Penulis akan melakukan observasi dan wawancara terhadap SK tentang permasalahannya dan sekaligus penulis akan melakukan terapi kepadanya agar SK merubah perilakunya, setidaknya ditingkatkan.

(2) Sumber Data Sekunder

Adapun data sekunder atau pendukung yang penulis mengambil di penelitian ini yaitu salah satu tetangga dan pamong yang juga satu lingkungan. Penulis akan

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

melakukan wawancara dan mencari tahu bagaimana gaya hidup SK sehari-hari, bagaimana cara komunikasi dengan tetangga – tetangganya.

4) Tahap- Tahap Penelitian

Pada penelitian ini, penulis akan melewati beberapa tahapan penelitian, diantaranya:

(a) Persiapan

(1) Menyusun rancangan penelitian

Penelitian yang akan dilakukan berangkat dari permasalahan dalam lingkup peristiwa yang dampaknya terus berlangsung dan bisa diamati serta diverifikasi secara nyata pada saat berlangsungnya penelitian, dalam hal ini yang akan diteliti oleh penulis adalah tingkah laku sebagai gambaran kepribadian dari diri objek penelitian. Bagaimana komunikasi klien kepada sekitar, dan bagaimana ekspresi klien ketika sedang membicarakan dan membangga – banggakan anaknya.

(2) Memilih Lokasi Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang diangkat oleh penulis pada penelitian ini, penulis akan melakukan penelitian di tempat tinggal klien yaitu di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar

(3) Mengurus Perizinan

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

Sesuai dengan permasalahan dan objek yang ditentukan, penulis memilih untuk melakukan penelitian di rumah klien, dan tanpa surat perizinan dikarenakan klien merupakan salah satu tetangga dari penulis. Dan penulis sudah kenal sejak lama dengan keluarganya sehingga penulis sudah dipercaya untuk melakukan penelitian.

(4) Melakukan Pendekatan

Langkah berikutnya adalah melakukan pendekatan terhadap objek penelitian, sebagai langkah permulaan dalam membangun, sehingga klien mau melakukan apapun yang penulis perintah sesuai dengan terapi yang digunakan oleh penulis.

(5) Mengorek informasi

Dalam tahapan ini ada dua informasi yang dimaksudkan, yaitu:

a) Informasi objek penelitian

Yang dimaksud dengan informasi mengenai objek penelitian adalah informasi yang berkaitan dengan peristiwa yang telah dialami dan dampak yang berpengaruh sampai saat ini melalui pendekatan dan komunikasi.

b) Melakukan *Assesment*

Setelah melakukan pendekatan dan memperoleh informasi yang tidak diragukan lagi validitasnya, maka

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

tahapan selanjutnya bagi penulis adalah melakukan assesmen kepada objek penelitian, sebagai tindak lanjut dari tahapan penelitian, untuk mengetahui objektivitas teori terhadap permasalahan yang diangkat.

c) Menganalisa Hasil

Setelah mengetahui informasi dan melakukan assesment, penulis kemudian melakukan analisa untuk mengetahui hasil dari assesment yang diberikan.

d) Menyajikan data

Setelah melakukan assesmen dan mengetahui hasil, tahapan terakhir adalah menyajikan data sebagai hasil terakhir dari penelitian yang telah dilakukan.

5) Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, penulis akan menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, Adapun teknik pengumpulan data meliputi;

1) Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, yang dilakukan melalui pengamatan dan pencatatan gejala-gejala yang diselidiki. Observasi Partisipatif merupakan kegaiatan pengamatan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Dalam hal ini peneliti akan melakukan observasi terhadap objek

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

yang berada di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar

Observasi partisipatif yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah *Observasi Partisipatif Pasif*, yakni penulis datang ke tempat kegiatan yang diamati, tetapi tidak ikut terlibat aktif di dalam kegiatan tersebut.

Penulis akan observasi ke rumah klien dan mengamati bagaimana sikap klien kepada keluarganya, bagaimana komunikasi klien kepada sekitarnya.

2) Wawancara

Wawancara sebagai pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikontruksikan makna dalam suatu topik tertentu.

Pada penelitian ini penulis menggunakan wawancara sebagai teknik pengumpulan data, Adapun jenis wawancara yang digunakan oleh penulis adalah *Wawancara Tak Berstruktur*, dimana dalam proses wawancara penulis tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya, pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

Adapun garis besar dalam wawancara ini adalah penulis akan cari tahu tentang bagaimana gaya hidup klien

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

sehari hari, biasanya apa penyebab klien berperilaku tidak berempati, dan apakah setiap anaknya mencapai keberhasilan, klien selalu menceritakan semuanya kepada tetangga sekitar.

3. Dokumentasi

Tidak kalah penting dari teknik - teknik lain, adalah dokumentasi, yaitu mencari data mengenai hal – hal atau variabel yang berupa catatan, transkip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda,dan sebagainya.[8] Dalam menggunakan metode dokumentasi ini, peneliti memegang cheklist untuk mencari variabel yang sudah ditentukan. Apabila terdapat/muncul variabel yang dicari, maka peneliti tinggal membubuhkan tenda check di tempat yang sesuai.

Adapun teknik pengumpulan data yang berupa dokumentasi pada penelitian ini :

1) Dokumentasi konselor ketika bersama konseli.
2) Dokumentasi konseli ketika berinteraksi dengan masyarakat sekitar.

6) Teknik Analisis Data

Analisa data dilakukan untuk mengetahui berhasil atau tidaknya terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam bertetangga.

[8] Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal 274-275

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

Teknik analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data diperoleh. Penelitian ini bersifat study kasus, untuk itu analisa data yang digunakan adalah teknik analisis *Deskriptif Komparatif* yaitu setelah data terkumpul dan diolah maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut. Analisis dilakukan dengan dua langkah, yaitu:

1) Teknik analisis data dengan menjelaskan hasil dari perbandingan proses terapi muhasabah secara teoritik dan terapi muhasabah di lapangan.

   Teknik analisis data dalam melihat hasil penelitian dengan cara membandingkan hasil akhir dari pelaksanaan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam bertetangga.

2) Apakah terdapat perbedaan kondisi, sikap dan kepribadian antara sebelum dan sesudah melakukan terapi.

7) Teknik Pemeriksaan keabsahan Data

Pada penelitian ini, penulis menggunakan beberapa teknik untuk memperoleh keabsahan data, agar ditemukan interpretasi yang valid, maka perlu diteliti kredibilitasnya melalui beberapa tahap, yakni;

1) Perpanjangan Pengamatan

Perpanjangan pengamatan berarti penulis harus kembali ke rumah klien untuk melakukan pengamatan, wawancara lagi dengan anaknya, temannya atau tetangganya.

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) Peningkatan Ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis.

3) Triangulasi

Triangulasi dalam penelitian ini merupakan pengecekan data apakah data yang kita dapatkan sudah valid atau belum dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu.

4) Analisis Kasus Negatif

Kasus negatif yang dimaksud merupakan kasus yang tidak sesuai atau berbeda dengan hasil penelitian hingga pada saat tertentu.

G. Sistematika Pembahasan

Bab I adalah bagian Pendahuluan. Pada bab ini membahas tentang Pendahuluan yang mengantarkan pembaca untuk mengetahui masalah apa yang diteliti, untuk apa, dan mengapa penelitian itu dilakukan muatan bab ini adalah latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II adalah bagian Tinjauan Pustaka. Pada bab ini membahas tentang Tinjauan Pustaka, bab tersebut berisi serangkaian sub bab bahasan tentang kajian teoritik dan penelitian terdahulu yang relevan.

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 muatan pada bab ini adalah kajian teoritik dan hasil penelitian terdahulu yang relevan.

Bab III adalah bagian Penyajian Data. Bab ini berisi Penyajian data, beb tersebut berisi serangkaian sub bab pembahasan tentang Deskripsi umum objek penelitian dan deskripsi hasil penelitian.

Bab IV adalah bagian Analisis Data. Pada bab ini membahas tentang analisis data. Penjelasan tentang data data yang ada dalam penelitian ini.

Bab V adalah bagian Penutup. Bab ini merupakan bab terakhir yang berisi kesimpulan tentang penelitian dan saran kepada semua pembaca.

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

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. MUHASABAH

1. Pengertian Muhasabah

Secara etimologis muhasabah adalah bentuk mashdar (bentuk dasar) dari kata hasaba-yuhasibu yang kata dasarnya hasaba-yahsibu atau yahsubu yang berarti menghitung.[9] Sedangkan dalam kamus Arab- Indonesia muhasabah ialah perhitungan, atau introspeksi.[10] Kata-kata Arab Muhasabah (حاسب احي) berasal dari satu akar yang menyangkup konsep-konsep seperti menata perhitungan, mengundang (seseorang) untuk melakukan perhitungan, menggenapkan (dengan seseorang) dan menetapkan (seseorang untuk) bertanggung jawab.[11] Muhasabah adalah intropeksi, mawas, atau meneliti diri. Yakni menghitung –hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat. Menjelang pergantian tahunan, ada baiknya kita mengevaluasi diri masing – masing sejauh mana telah melaksanakan perintah Allah dan Rosul-Nya. Sekiranya sudah melaksanakan, maka hendaknya ditingkatkan. Tetapi seandainya belum melaksanakan perintah serta meninggalkan larangan Allah dan

---

[9] Asad M. Al kali, *Kamus Indonesia-Arab*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), hal 183.
[10] Ahmad Warson Munawir, *Al- Munawir Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawir, 1984), hal. 283
[11] Hans Wehr, *A Dictionary of Modern Written Arabic*, (London: Allen dan Unwin, 1966), hal 175

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

Rosul-Nya, maka harus sadar (yaqdhah), kemudian bertaubat kepada Allah.[12]

Muhasabah diperintahkan oleh Allah SWT dengan firman-Nya :

2. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ.

"*Hai orang – orang yang beriman, bertaqwalah kamu sekalian kepada Allah, dan hendaklah setiap hari memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akhirat), dan bertaqwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan" (QS. Al-Hasyr/59:18.*

Muhasabah juga disebutkan dalam banyak hadist, salah satu sabda Rasulullah yaitu :

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وتزينوا للعرض الأكبر يوم تعرضون لا تخفى منكم خافية

Artinya: "Diriwayatkan dari Umar bin Khattab, Nabi bersabda: Hisablah dirimu sebelum kamu dihisab, dan hiasilah dirimu sekalian (dengan amal shaleh), karena adanya sesuatu yang lebih luas dan besar, dan sesuatu yang meringankan hisab di hari kiamat yaitu orang-orang yang bermuhasabah atas dirinya ketika didunia. (H.R. Tirmidzi)."[13]

---

[12] Amin Syukur, Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan), (Yogyakarta:LPK-2, Suara Merdeka), 2006. hal 83

[13] Imam Al-Ghozali, Ringkasan Ihya' Ulumuddin, (Jakarta Timur : Akbar Cet I, 2008), hal 426

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

Umar r.a. mengemukakan : “Hisablah diri kalian sebelum kalian dihisab, dan berhiaslah (bersiaplah) kalian untuk akhirat (Yaumul Hisab)”.[14]

Maimun bin Mihran r.a. menyampaikan “Seorang hamba tidak dikatakan bertaqwa hingga ia menghisab dirinya sebagaimana dihisab pengikutnya darimana makanan dan pakaiannya”[15]

Menurut Ibnu Jarir At-Thabari (392-463 H/1002-1072 M) mengemukakan bahwa Muhasabah adalah mengoreksi segala yang telah diperbuat di hari kemarin untuk hari esok.

Menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyyah (691-751 H), mengemukakan bahwa proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki hasrat untuk melakukan sesuatu, sehingga diketahui manfaat/mudharat perbuatan tersebut, apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan ataukah sebaliknya.

Menurut Muhammad Al – Ghazali (1335-1416 H/ 1917-1996 M), mengemukakan bahwa Muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat – sifat yang seharusnya dimiliki dan dijaga serta yang seharusnya dihilangkan. Seumpama desain interior sebuah ruangan, demikian pula kehidupa manusia, adakalanya direnovasi.

Menurut Saerfuudin Bachrun (Penulis dan Da’i Modern), mengemukakan bah wa Muhasabah adalah cara mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari hari ke hari, tidak hanya proses evaluasi diri,

[14] Imam Al-Ghazali, *Ringkasan Ihya" Ulumudin,* (Surabaya : Citamedia Press ,2003), hal 409
[15] Disampaikan oleh Yuyu Yulia pengajian rutin hari jum’at di DKSI-IPB tanggal 6 Juni 2008.

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

tetapi juga bentuk syukur atas anugrah Allah SWT. Konsep Muhasabah adalah dengan siklus PDCA, Plan (Perencanaan), Do (Pelaksanaan), Check (Pemeriksaan), Action (Tindakan Perbaikan).[16]

2. Ruang Lingkup Muhasabah

Firman Allah dalam surat AZ-Zariyat ayat 56 :

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ .

"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku"[17]

Berdasarkan ayat diatas, maka yang harus dimuhasabahi meliputi seluruh aspek dalam kehidupan kita, baik yang berhubungan dengan ibadah (ubudiyah) maupun hal yang berhubungan dengan manusia (muamalah) yang mengandung nilai ibadah.

Ruang lingkup muhasabah meliputi tiga aspek :

a. Aspek beribadah yang berhubungan dengan Allah.

   Dalam pelaksanaan ibadah ini harus sesuai dengan ketentuan dalam Al – Qur'an dan rosulNya. Dalam hal ini Rosulullah SAW telah bersabda : "Dan apabila ada sesuatu urusan duniamu, maka kamu lebih mengetahui. Dan apabila ada urusan agamamu, maka rujuklah kepadaku." (HR. Ahmad).

b. Aspek pekerjaan dan perolehan rizki.

---

[16] Siti Shahilatul Arasy, "*Urgensi Muhasabah (Intropeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma"anil Hadist)"*, (Skripsi : Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), hal 97.

[17] Departemen Agama RI, *Al-Qur"an dan Terjemahnya*, (Bandung : Jumanatul Ali-Art, 2004), hal 523

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

Aspek kedua ini sering dilupakan bahkan ditinggalkan dan tidak dipedulikan. Karena aspek ini dianggap semata – mata urusan duniawi yang tidak memberikan pengaruh terhadap aspek ukhrawinya.

Dalam sebuah hadits Rosulullah SAW bersabda :

"Tidak akan bergerak telapak kaki ibnu Adam ppada hari kiamat, hingga ia ditanya tentang lima perkara, umurnya untuk apa dihabiskannya, masa mudanya kemana dipergunakannya, hartanya darimana ia memperolehnya, dan kemana dibelanjakannya serta ilmunya sejauh mana pengamalannya." (HR.Turmudzi)

c. Aspek kehidupan sosial.

Aspek kehidupan sosial dalam artian kehidupan muamalah, akhlak dan adab terhadap sesama manusia. Bisa juga berarti perlakuan, ralsi sosial, kehidupan sosial, hubungan satu sama lain, interaksi sosial, sikap dan tindakan terhadap orang lain, bisnis dan transaksi. [18] Karena kenyataannya aspek ini juga sangat penting sebagaimana yang digambarkan Rosulullah SAW dalam sebuah hadits.

Rasulullah SAW bersabda :"Tahukah kalian siapakah orang yang bangkrut itu?" sahabat menjawab "Orang yang bangkrut diantara kami adalah orang yang tidak memiliki dirham dan tidak memiliki perhiasan."

[18] Hens. Wehr, *A.Dictionary of Modern Written Arabic*, (London : Weisbaden Otto Harrassowitz, 1971), hal 646

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

Rasulullah SAW bersabda, “Orang yang bangkrut dari umatku adalah orang yang datang pada hari kiamat dengan pahala (sholat), puasa, zakat, namun ia juga datang dengan membawa (dosa), menuduh, mencela, memakan harta milik orang lain, memukul (mengintimidasi) orang lain.”

Maka orang – orang tersebut diberikan pahala kebaikan – kebaikan dirinya. Hingga manakala pahala kebaikannya telah habis, sebelum tertunaikan kewajibannya, diambillah dosa – dosa mereka dan dicampakkan pada dirinya, lalu diapun dicampakkan kedalam api neraka.(HR.Muslim no. 6522)

3. Bentuk – Bentuk Muhasabah

Dijelaskan oleh Raid Abd al-Hadi dalam bukunya Mamarat al-Haq bahwa Muhasabah dapat dilakukan sebelum dan sesudah beramal. Sebelum melakukan sesuatu seseorang harus menghitung dan mempertimbangkan terlebih dahulu buruk baik dan manfaat perbuatannya itu, dan juga menilai kembali motivasinya. Dalam hal ini „Abd al-Hadi mengutip ucapannya Hasan-Rahimahuallah: “Allah mengasihi seseorang hamba yang berhenti sebelum melakukan sesuatu, jika memang karena Allah, dia akan terus melangkah, tapi bila bukan karena-Nya dia akan mundur.

Menurut Ibnul Qayyim rahimahullah: muhâsabah ada dua macam yaitu, sebelum beramal dan sesudahnya.

a. Jenis yang pertama: Sebelum beramal, yaitu dengan berfikir sejenak ketika hendak berbuat sesuatu, dan jangan langsung

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

mengerjakan sampai nyata baginya kemaslahatan untuk melakukan atau tidaknya. Al-Hasan berkata: "Semoga Allah merahmati seorang hamba yang berdiam sejenak ketika terdetik dalam fikirannya suatu hal, jika itu adalah amalan ketaatan pada Allah, maka ia melakukannya, sebaliknya jika bukan, maka ia tinggalkan".

b. Jenis yang kedua: Introspeksi diri setelah melakukan perbuatan. Ini ada tiga jenis:

1) Mengintrospeksi ketaatan berkaitan dengan hak Allah yang belum sepenuhnya ia lakukan, lalu ia juga muhâsabah, apakah ia sudah melakukan ketaatan pada Allah sebagaimana yang dikehendaki-Nya atau belum.

2) Introspeksi diri terhadap setiap perbuatan yang mana meninggalkannya adalah lebih baik dari melakukannya.

3) Introspeksi diri tentang perkara yang mubah atau sudah menjadi kebiasaan, mengapa mesti ia lakukan? Apakah ia mengharapkan Wajah Allah dan negeri akhirat? Sehingga (dengan demikian) ia akan beruntung, atau ia ingin dunia yang fana? Sehingga iapun merugi dan tidak mendapat keberuntungan.[19]

4. Keutamaan Muhasabah

Keutamaan Muhasabah antara lain yaitu :

[19] Shalih Al-'Ulyawi, Muhâsabah (Introspeksi diri), Terj. Abu Ziyad. (Maktab Dakwah Dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007), pdf. Hal 5

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

a. Kritik diri (Muhasabah) bisa menarik kasih dan pertolongan Allah SWT.

b. Memampukan seseorang untuk memperdalam iman dan penghambaannya, berhasil dalam menjalankan ajaran islam, dan meraih kedekatan dengan Allah dan kebahagiaan abadi.

c. Muhasabah dapat mencegah seorang hamba jatuh ke jurang keputusasaan dan kesombongan atau ujub dalam beribadah, serta menjadikannya selamat di hari kemudian.

d. Muhasabah dapat membuka pintu menuju ketenangan dan kedamaian spiritual, dan juga menyebabkan seseorang takut kepada Allah dan siksaan-Nya. Muhasabah juga dapat membangkitkan kedamaian dan ketakutan di dalam hati manusia.[20]

Menurut Ibnul Qayyim rahimahullah: Muhâsabah memiliki pengaruh dan manfaat yang luar biasa, antara lain:

a. Mengetahui aib sendiri. Barangsiapa yang tidak memeriksa aib dirinya, maka ia tidak akan mungkin menghilangkannya.

b. Dengan bermuhâsabah, seseorang akan kritis pada dirinya dalam menunaikan hak Allah. Demikianlah keadaan kaum salaf, mereka mencela diri mereka dalam menunaikan hak Allah. Imam Ahmad meriwayatkan dari Abu Darda bahwa beliau berkata: "Seseorang itu tidak dikatakan faqih dengan sebenar-benarnya sampai ia menegur manusia dalam hal hak Allah, lalu ia gigih mengoreksi dirinya". Ibnul Qayyim rahimahullah berkata:

[20] Fathullah Gulen, Kunci-Kunci Rahasia Sufi, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001), hal 30

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

"Mencela diri dalam Dzat Allah adalah termasuk sifat shiddiqin (orang-orang yang benar), seorang hamba akan dekat dengan Allah Ta'ala dalam sekejap, berlipatlipat melebihi dekatnya melalui amalnya". Abu Bakar As-Shiddiq r.a berkata: "Barangsiapa yang mencela dirinya berkaitan dengan hak Allah (terhadap dirinya), maka Allah akan memberinya keamanan dari murka-Nya" .

c. Dengan Muhasabah akan membantu seseorang untuk muraqabah. Kalau ia bersungguh-sungguh melakukannya di masa hidupnya, maka ia akan beristirahat di masa kematiannya. Apabila ia mengekang dirinya dan menghisabnya sekarang, maka ia akan istirahat kelak di saat kedahsyatan hari penghisaban.

d. Dengan muhasabah seseorang mampu memperbaiki hubungan diantara sesama manusia. Introspeksi dan koreksi diri merupakan kesempatan untuk memperbaiki keretakan yang terjadi diantara manusia. Menurut anda, bukankah penangguhan ampunan bagi mereka yang bermusuhan, tidak lain disebabkan karena mereka enggan untuk mengoreksi diri sehingga mendorong mereka untuk berdamai.

e. Terbebas dari sifat nifak sering mengevaluasi diri untuk kemudian mengoreksi amalan yang telah dilakukan merupakan salah satu sebab yang dapat menjauhkan diri dari sifat munafik.

f. Dengan muhasabah akan terbuka bagi seseorang pintu kehinaan dan ketundukan di hadapan Allah.

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

g. Manfaat paling besar yang akan diperoleh adalah keberuntungan masuk dan menempati Surga Firdaus serta memandang Wajah Rabb Yang Mulia lagi Maha Suci. Sebaliknya jika ia menyia-nyiakannya maka ia akan merugi dan masuk ke neraka, serta terhalang dari (melihat) Allah dan terbakar dalam adzab yang pedih.[21]

Melalui muhasabah, insyaallah kita dapat mendeteksi jenis – jenis penyakit hati sehingga memudahkan kita merawat serta membersihkannya agar menjadi bersih dan bersinar kembali. Muhasabah sebaiknya dilakukan setiap hari secara continue, walaupun hanya sepuluh menit. Sudah menjadi kebiasaan bagi para sufi untuk senantiasa melakukan muhasabah setelah selesai sholat shubuh, mereka meyakini bahwa pada saat itu pikiran manusia masih bersih dan jernih. Setelah itu mereka melanjutkan dengan menbaca Al – Qur'an, khususnya surat Al – Waqi'ah sambil menunggu terbitnya matahari untuk melanjutkan dengan melakukan sholat – sholat sunnah lainnya.

Dengan Muhasabah kita periksa kembali kondisi hati kita setiap waktu. Barangkali saja kita telah melakukan sebagian maksiat secara terus – menerus tanpa disadari. Lihat, apakah didalam hati ini ada rasa cinta dunis dan hanyut dengan arus syahwatnya ?, apakah ia senang jika dipuji dan terkadang merasa sebagai orang besar ? apakah ia benci

[21] Shalih Al-'Ulyawi, Muhâsabah (Introspeksi diri), Terj. Abu Ziyad. (Maktab Dakwah Dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007), pdf. Hal 6

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

dan geram ketika ia dicela ? apakah ia senang menyukai sesuatu yang bertentangan dengan perintah Allah dan lebih senang dengan hal – hal yang sesuai dengan dorongan hawa nafsu ? apakah ia suka mengucapkan perkataan yang kurang bermanfaat ? apakah ia tidak bisa diam sejenak untuk merenungkan hari pembalasan ? apakah ia membenci takdir yang ditetapkan oleh Allah ?

Melalui muhasabah niscaya kita dapat mengetahui kekurangan dan kelemahan yang ada pada diri kita. Kita akan mengetahui bahwa perbuatan – perbuatan yang dilakukan ternyata bukan untuk Allah. Melainkan hanya karena menuruti hawa nafsu belaka. Dengan adanya kesadaran – kesadaran tersebut, insyaallah hati kita akan tetap bergantung kepada Allah. Para penempuh ruhani selalu memulai bermuhasabah ketika hati mereka mulai khawatir akan kurangnya ibadah yang mereka lakukan.[22]

B. EMPATI

1. Pengertian Empati

Konsep empati memiliki sejarah yang pelik. Ditandai dengan banyaknya ketidaksepakatan dan perbedaan diantara para ilmuwan. Oleh karena itu, hingga saat ini belum ada definisi yang dianggap sebagai definisi yang paling sesuai atau definisi yang dapat diterima oleh semua peneliti dan teoritikus. Dengan kata lain, definisi empati yang digunakan sangat tergantung pada perspektif teoritis yang

[22] Asfa Davi Bya, *Jejak Langkah Mengenal Allah*, (Jakarta : Maghfirah Pustaka, 2006), hal 147-148.

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

membuatnya. Hal itu ditunjukkan oleh beragamnya istilah yang digunakan oleh peneliti yang merujuk pada pengertian empati, seperti : *interpersonal orientation, empathic disposition, perspektive – taking, empathic distress*.

Para teoritikus awal memandang empati sebagai karakter yang stabil dan dapat diukur, namun tidak dapat diajarkan. Dengan kata lain, mereka mengatakan bahwa empati bersifat *being* , dimiliki oleh manusia secara kodrati sebagai pemberian dari Allah SWT, atau secara genetis diturunkan oleh para orang tua kepada anak – anaknya. Namun demikian mereka menyatakan empati tidak dapat dikembangkan. Mereka meyakini empati hanya bisa diukur , tetapi untuk mengukurnya mereka masih belum ada kesepemahaman mengenai instrumen mana yang paling tepat untuk digunakan.

Allport mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang kedalam fikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Allport juga menitikberatkan pada peranan imitasi didalam empati. Dia menyatakan bahwa empati adalah "*the imaginative transposing of oneself into the thingking, feeling, and acting of another*".

Kohut melihat empati sebagai suatu proses dimana seseorang berpikir mengenai kondisi orang lain yang seakan – akan dia berada pada posisi orang lain itu. Selanjutnya Kohut melakukan penguatan atas definisinya itu dengan mengatakan bahwa empati adalah kemampuan berfikir objektif tentang kehidupan terdalam dari orang lain.

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

Sementara itu Carl Roger yang sangat aktif menggeluti dunia terapi menawarkan dua konsepsi, pertama, empati adalah melihat kerangka berfikir internal orang lain secara akurat. Kedua, dalam memahami orang lain tersebut individu seolah – olah masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan mengalami sebagaimana yang dirasakan dan dialami oleh orang lain itu, tetapi tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri. Kalimat itu mengandung pengertian meskipun individu menempatkan dirinya pada posisi orang lain,namun dia tetap melakukan kontrol diri atas situasi yang ada, tidak dibuat – buat, dan tidak hanyut dalam situasi orang lain itu.

Menurut M. Umar dan Ahmadi Ali, empati adalah suatu kecenderungan yang dirasakan seseorang untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi orang lain.[23]

Sedangkan Patton berpendapat bahwa , empati bermakna memposisikan diri pada posisi orang lain. Meskipun ini tidak mudah, tetapi sangat perlu jika seseorang ingin memiliki rasa kasih sayang kepada orang lain serta ingin memahami dan memperhatikan orang lain. Berangkat dari pengertian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa dibutuhkan waktu yang mendekatkan diri sebagai hal yang dapat mempererat persahabatan dan menunjukkan kesedihan untuk membantu orang lain.[24] Empati adalah kemampuan meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut

[23] M. Ahmadi dan Ahmadi Ali, *Psikologi Umum,* (Surabaya : Bina Ilmu, 1992), hal 68.
[24] Reivich, K dan Shalic, A, *The Reselience Faktor.* (New York : Broadway Books, 2002), hal 159.

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

untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain. Jadi empati merupakan kemampuan untuk menghayati perasaan dan emosi orang lain. [25] Kemampuan mengetahui sudut pandang serta menghayati perasaan orang lain inilah yang kemudian akan menciptakan sosialisasi atau interaksi positif terhadap orang lain, serta menumbuhkan rasa asih terhadap beban atau penderitaan orang lain.

Chaplin mendefinikan bahwa empati adalah kemampuan memproyeksikan perasaan sendiri pada suatu kejadian, satu objek alamiah atau karya estetis dan realisasi dan pengertian terhadap kebutuhan dan penderitaan pribadi lain.[26]

Empati juga merupakan kesanggupan untuk menempatkan diri dalam keadaaan orang lain tanpa menjadi orang lain.[27]

Dari berbagai definisi diatas dapat disimpulkan bahwa empati merupakan suatu aktiftas untuk memahani orang lain yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan *(observer, perceiver*) terhadap kondisi yang sedang dialamai orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya.[28]

2. Aspek – Aspek dalam Empati

Para teoritikus kontemporer menyatakan bahwa empati terdiri atas dua komponen, kognitif dan afektif. Namun mereka berbeda

---

[25] Hurlock E. B, *Perkembangan Anak Jilid 1*, (Edisi Keenam, Jakarta : Erlangga, 1978), hal 243.
[26] Davis, M.H, *Measuring Individual Differences In Empaty* , (Jornal Of Personality And Social Psychology. Vol 44 No 1) hal 165.
[27] Romia Susanti. *Keefektifan Penggunaan Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP*, (Skripsi : Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi Unversitas Malang, 2011).
[28] Taufik, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2012), hal 38-42.

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

pendapat sehubungan dengan aspek atau komponen mana yang lebih menonjol, apakah komponen kognitif lebih menonjol dibandingkan komponen afektif, ataukah sebaliknya komponen afektif lebih menonjol dibandingkan komponen kognitif, atau bahkan keduanya dalam level yang sama. Selain itu mereka juga memiliki perbedaan pandangan tentang bagaimana interaksi dari kedua komponen itu. Selain kedua komponen tersebut beberapa teoritikus lainnya menambahkan aspek komunikatif sebagai faktor ketiga. Komponen komunikatif sebagai jembatan yang menghubungkan keduanya, atau sebagai media ekspresi realisasi dari komponen kognitif dan afektif.

a. Komponen Kognitif

Komponen kognitif merupakan komponen yang menimbulkan pemahaman terhadap perasaan orang lain. Hal ini diperkuat oleh pernyataan beberapa ilmuwan bahwa proses kognitif sangat berperan penting dalam proses empati. Selanjutnya Hoffman mendefinisikan komponen kognitif sebagai kemampuan untuk memperoleh kembali pengalaman – pengalaman masa lalu dari memori dan kemampuan untuk memproses informasi semantik melalui pengalaman – pengalaman. Fesback mendefinisikan aspek kognitif sebagai kemampuan untuk membedakan dan mengenali kondisi emosional yang berbeda. Secara garis besar bahwa aspek kognitif dari empati meliputi aspek pemahaman atas kondisi orang lain.

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 pernyataan – pernyataan diatas tersirat bahwa komponen - komponen kognitif merupakan perwujudan dari multiple dimensions, seperti kemampuan seseorang dalam menjelaskan suatu perilaku, kemampuan untuk mengingat jejak – jejak intelektual dan verbal orang lain, kemampuan untuk membedakan dan menselaraskan kondisi emosional dirinya dengan orang lain. Selain itu, konsep – konsep dasar tentang komponen kognitif tersebut menjadi referensi bahwa komponen perceptual atau kognitif sangat berperan penting dalam berempati. Tanpa kemampuan kognitif yang memadai seseorang akan selalu meleset dalm memahami kondisi orang lain. Karena realitas – realitas sosial yang dia tangkap tidak sesuai dengan realitas yang sebenarnya.

Hal itu dipertegas oleh para ahli yang secara intens menggali konsep – konsep empati. Mereka mengungkapkan bahwa sejumlah proses kognitif dilibatkan dalam empati. Proses kognitif tersebut mulai dari tingkatan mekanisme kognitif sederhana sampai proses yang lebih kompleks. Tingkatan – tingkatan tersebut antara lain.

1) *Differenttiation Of The Self From Other.*

   Kemampuan dalam membedakan diri dan orang lain pada awalnya dikemukakan oleh Peaget, pada tahun pertama anak – anak belum mampu membedakan antara diri mereka dengan orang lain. Inti dari empati disini adalah share respons

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

emosional yang mefefleksikan perasaan – perasaan orang lain sebagaimana perasaannya sendiri. Seperti diketahui bayi yang mengekspresikan perasaan senang bila orangtuanya membelainya dengan bahagia, dan orangtuanya berkomunikasi kepadanya dengan penuh perhatian. Dalam kondisi ketergantungan penuh dengan orang yang mengasuhnya, bayi akan menerima secara totalitas semua yang hal diberikan kepadanya. Orang yang mengasuhnya seperti *blue print* yang mengirim sinyal – sinyal psikologis sehingga bayi akan merekam semua sikap dan perilaku orang yang bersangkutan. Oleh karena itu menurut definisi diatas. Reaksi menangis saat bayi dilahirkan tidak dapat dianggap sebagai empati karena si bayi belum memiliki ingatan tentang orang lain dan pengalaman – pengalaman penderitaan yang seakan – akan itu terjadi pada dirinya. Adapun menurut Hoffman, reaksi menangis ketika bayi dilahirkan merupakan reaksi sirkular utama yang dikategorikan sebagai bentuk keinginan untuk berempati. Menurutnya tangisan bayi yang disebabkan oleh menangisnya bayi lain, merupakan janis empati yang prosesnya dari aspek non kognitif.

2) *The Differentiation Of Emotional State.*

Kemampuan membedakan kondisi emosional orang lain merupakan prasyarat kognitif yang kedua. Yaitu kemampuan membedakan kondisi saling memengaruhi pada dua keahlian –

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

keahlian kognitif. Yang dimaksud adalah kemampuan untuk mengenali dan mengingat bentuk – bentuk emosi yang berbeda yang didasarkan pada kedua isyarat afektif dan situasional.

Penelitian yang dilakukan oleh Eisenberg, Murphy, dan Shepard telah menunjukkan bahwa kemampuan membedakan ekspresi wajah orang yang berlainan sudah terjadi sejak awal kehidupan. Aktifitas – aktifitas yang dilakukan secara berulang – ulang menjadikan anak – anak dapat membedakan antara bahagia, sedih, dan marah. Namun demikian, pemahaman bayi ini tidak sampai sejauh pemahaman orang dewasa yang bisa memahami makan dibalik ekspresi wajah. Misalnya, bisa memahami bahwa makna senyum adalah bahagia, makna menangis adalah sedih, makna muka memerah artinya marah. Anak – anak di usia dini mempelajari ekspresi – ekspresi tersebut berdasarkan pembiasaan yang dilakukan oleh para pengasuhnya, yang biasanya masih bersifat mekanistis. Yang dimaksud mekanistis, yaitu memahami sebatas tampilan fisik luar saja, misalnya ketika ibunya tersenyum, si anak ikut tersenyum kepada orang tuanya, tapi dia belum bisa membedakan arti senyum yang bagaimana. Karena senyum bagi orang dewasa, memiliki banyak makna, ada yang senyum ikhlas, senyum dipaksakan, senyum yang dibuat buat. Bayi merespons begitu saja sesuai dengan yang biasa ia lakukan.

3) *Social Referencing And Emotional Meaning.*

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

Tingkatan proses kognitif ini merujuk kepada penelitian Eisenberg dan koleganya (1997), mereka menyatakan bahwa referensi sosial mulai muncul pada tahun pertama usia anak. para peneliti yang tertarik di bidang ini menjelaskan bahwa ekspresi – ekspresi emosional orang tua menjadi penuntun atau perilaku – perilaku anak di dalam sejumlah situasi yang berbeda – beda, termasuk dalam berinteraksi dengan orang lain. Sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian dar Taufik (2006), orang tua menjadi *guide* memiliki kedudukan segalanya dimata anak. Mereka adalah orang yang pertama kali dikenal diluar dirinya, apa kata orang tua putih maka putihlah untuknya, apa kata orangtua hitam maka hitam pulalah baginya. Ucapan, ekspresi, dan perilaku orangtua adalah yang paling benar dibandingkan orang – orang lain di luar dirinya.

4) *Labelling Different Emotional States.*

Sehubungan dengan labelling pada kondisi – kondisi emosi dasar, telah ditemukan bahwa anak – anak pada usia empat hingga lima tahun memiliki keakuratan berfikir. Pada usia – usia tersebut mereka sudah mulai membedakan atau memahami perbedaan – perbedaan ekspresi. Mereka bisa menunjukkan sikap bahagia, marah, membenci, dan seterusnya sesuai dengan tanggapan dia terhadap situasi yang ada didepannya. Dan tanggapan – tanggapan tersebut memiliki keakuratan yang lebih baik dibandingkan pada usia – usia sebelumnya. Borke (2001)

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

menjelaskan bahwa anak – anak usia dua tahun dapat menunjukkan bagaimana ekspresi bahagia dan bagaimana ekspresi sedih melalui gambar – gambar yang diberikan kepadanya. Tetapi kemampuan anak untuk memahami kesedihan orang lain datang terlambat, yaitu sekitar usia empat tahun.

Eisenberg menemukan bahwa anak – anak yang memiliki lebih banyak kesulitan dalam memahami kemarahan dan ketakutan akan memiliki emosi yang lebih kompleks, seperti rasa muak, sombong, dan malu. Hal ini menunjukkan sebelum anak – anak dihinggapi sikap – sikap negatif di atas, anak – anak perlu dikenalkan sifat – sifat marah dan takut, dengan dikenalkannya kedua sifat itu akan memberikan referensi bagi anak dalam memahami situasi dan kondisi orang lain. Sementara itu Robert menemukan bahwa anak – anak yang diizinkan orang tuanya untuk mengekspresikan emosi – emosi negatifnya, akan lebih mudah dalam "menyimak" perasaan – perasaan kelompoknya dan lebih mudah mengantisipasi kebutuhan – kebutuhan emosionalnya.

5) *Cognitive Role Taking Ability.*

Diantara komponen – komponen diatas, yang paling menggambarkan kemampuan empati kognitif adalah *role taking ability* yaitu kemampuan menempatkan diri sendiri kedalam situasi orang lain dalam rangka untuk mengetahui

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

secara tepat pikiran – pikiran atau perasaan – perasaan orang itu. Sementara itu, ahli – ahli lainnya menamakan kondisi tersebut sebagai *perspective taking* dan *social cognition* atau *empathic accuracy*. Menurut Piaget, kemampuan ini hanya untuk meyakinkan diri setelah anak mengetahui dirinya terpisah dari orang lain, dan bahwa orang lain tidak selalu melakukan *share* di dalam pikiran – pikiran dan perasaan – perasaan yang sama.

Hoffman menyatakan ada dua *tipe role-taking*, yaitu *self focused* dan *other ficused*. *Self ocused* atau *role-taking* yang berpusat pada diri sendiri, yaitu seseorang membayangkan dirinya sendiri berada pada kondisi orang lain dan merefleksikan bagaimana dia akan merasakan pada kondisi orang yang sedang dialami oleh orang lain itu. Sedangkan *other ficused* yaitu seseorang memusatkan perhatiannya pada sifat – sifat dan situasi orang lain, sehingga dia bisa memastikan kondisi – kondisi perasaan dan pikiran orang lain. Kedua bentuk *role-taking* tersebut pada tahab awal berguna untuk memproyeksikan diri, dan kemudian memasuki perspektif orang lain.

b. Komponen Afektif

Menurut definisi kontemporer, pada prinsipnya empati adalah pengalaman efektif. Vicarious emotional respons yaitu respon emosional yang seolah – olah terjadi pada diri sendiri, pusat

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 pengalaman empati dan proses – proses empati kognitif untuk mendukung atau menuju pengalaman afektif. Dua komponen afektif diperlukan untuk terjadinya pengalaman empati, yaitu kemampuan untuk mengalami secara emosi dan tingkat reaktifitas emosional yang memadai yaitu kecenderungan individu untuk bereaksi secara emosional terhadap situasi – situasi yang dihadapi, termasuk emosi yang tampak pada orang lain.

Empati sebagai aspek afektif merujuk pada kemampuan menselaraskan pengalaman emosional pada orang lain. Aspek empati ini terdiri dari atas simpati, sensitivitas, dan *sharing* penderitaan yang dialami orang lain seperti perasaan dekat terhadap kesulitan – kesulitan orang lain yang diimajinasikan seakan – akan dialami oleh diri – sendiri. Empati juga merupakan suatu kondisi dimana pengalaman emosi seseorang sama dengan pengalaman emosi yang sedang dirasakan oleh orang lain, atau perasaan mengalami bersama dengan orang lain.

Namun demikian, akurasi dari empati afektif ini berbeda – beda. Ada individu yang akurasinya lebih baik dan ada yang kurang baik. Akurasi yang baik yaitu apabila observer merasakan tentang kondisi target sesuai dengan apa yang sedang dirasakan oleh target pada waktu itu. Sebaliknya akurasi yang rendah terjadi ketika yang dirasakan observer berbeda dengan apa yang sedang dirasakan oleh target yang sedang diamati. Disinilah letak dari uniknya konsep empati. Bisa jadi kita merasa berempati dengan

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

kondisi orang lainn, dengan memberikan secara berlebihan, sementara kondisi yang bersangkutan sebenarnya tidak sejauh yang kita lihat.

c. Komponen Komunikatif

Selanjutnya beberapa teoritikus menambahkan komponen dari empati yaitu komunikatif. Munculnya komponen ini didasarkan pada asumsi awal bahwa komponen kognitif dan afektif akan tetap terpisah bila keduanya tidak terjalin komunikasi. Teoritikus lainnya mengatakan yang dimaksud komunikatif , yaitu perilaku yang mengekspresikan perasaan – perasaan empatik, komponen empati komunikatif adalah ekspresi dari pikiran – pikiran empatik dan perasaan – perasaan terhadap orang lain yang dapat diekspresikan melalui kata – kata dan perbuatan.

Menurut Davis ada empat aspek dalam empati, diantaranya :

1) *Perspective Taking* atau pengambilan persprektif dari sudut padang orang lain, bagaimana individu memandang segala sesuatu dari sudut pandang dan perasaan orang lain.
2) *Fantasy* yaitu bagaimaa individu terhanyut dalam perasaan – perasaan yang ada di novel atau di film.
3) *Emphatic Concern* atau rasa kepedulian individu terhadap orang lain yang ada di lingkungan sekitarnya.

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) *Personal Distress* atau Distress Pribadi yaitu perasaan cemas ketika ada keretakan hubungan dalam pertemanan atau persahabatan.[29]

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Seseorang Berempati

Menurut Hoffman (1999) mengemukakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menerima dan memberi empati [30], sebagai berikut :

a. Sosialisasi

Sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui permainan – permainan yang memberikan peluang kepada anak untuk mengalami sejumlah emosi, membantu untuk lebih berfikir, dan memberikan perhatian kepada orang lain serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempatinya. Model yang diberikan kepada anak – anak tidka hanya dapat menimbulkan respon pro-sosial,tetapi juga mengembangkan perasaan empati pada diri anak.

b. Mood dan Feeling.

Apabila seseorang daplam situasi perasaan yang baik, maka dalam berinteraksi dan menghadapi orang lain ia akan lebih baik dalam menerima orang lain.

c. Proses Belajar dan Identifikasi.

---

[29] Susantri Prasetyaningrum Silfiasari, *Empati dan Pemaafan dalam Hubungan Pertemanan Siswa Reguler kepada Siswa Berkebutuhuan Khusus (ABK) di Sekolah Inklusif,* (Malang , Jurnal Psikologi Vol. 05 No. 01, 2007) , hal 33.

[30] D. Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi,* (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2007), hal 204

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 proses belajar anak – anak membutuhkan respon – respon khas, dari situasi yang khas, yang disesuaikan dengan pengaturan yang dibuat oleh orang tua. Apa yang dipelajari anak dirumah pada situasi tertentu, diharapkan dapat pula diterapkan olehnya pada waktu yang lebih luas dikemudian hari.

d. Situasi atau Tempat

Pada sesuatu situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibandingkan dengan situasi yang lain. Hal ini disebabkan yang berbeda dapat memberikn suasana yang berbeda pula. Suasana inilah yang dapat meninggikan – rendahkan empati seseorang.

e. Komunikasi dan Bahasa.

Komunikasi dan bahasa sangat mempengaruhi seseorang dalam mengungkapkan dan menerima empati. Ini terbukti dalam penyampaian atau penerimaan bahasa yang disampaikan dan diterima olehnya. Bahasa yang baik akan memunculkan empati yang baik. Sedangkan komunikasi dan bahasa yang buruk akan menyebabkan lahirnya empati yang buruk.

f. Pengasuhan.

Lingkungan yang berempati dari suatu keluarga sangat membantu anak dalam menumbuhkan empati dalam dirinya. Sebagai contoh saja seorang anak yang dibesarkan dari keluarga yang broken home atau dibesakan di rumah yang penuh dengan cacian dan makian dapat dipastikan akan menumbuhkan empati buruk pada anak.

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

sebaliknya jika pengasuhan dalam suasana rumah yang baik akan menyebabkan empati anak tumbuh dengan baik pula.

4. Proses Empati

Barangkali mempraktikkan empati jauh lebih mudah dibandingkan memahami dan menjelaskan bagaimana prosesnya. Dalam menjelaskan proses empati berbagai pendapat telah mengemuka, diantaranya mengatakan proses empati tergantung dari sudut pandang apa kita mendefinisikan konsep empati. Davis (1996) menggolongkan proses empati ke dalam empat tahapan.

a. Antecedent

Yang dimaksud *antecedent*, yaitu kondisi – kondisi yang mendahului sebelum terjadinya proses empati. Meiputi karakteristik obserber, target atau situasi yang terjadi saat itu. Empati sangat dipengaruhi oleh kapasitas pribadi observer. Ada individu – individu yang memiliki kepasitas berempati tinggi adapula yang rendah. Kemampuan empati yang tinggi, salah satunya dipengaruhi oleh kapasitas intelektual untuk memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain, atau kemampuan untuk memahami apa yang terjadi pada orang lain. Juga dipengaruhi oleh riwayat pembelajaran individu sebelumnya termasuk sosialisasi terhadap nilai – nilai yang terkait dengan empati. Namun, karakteristik yang paling penting adalah perbedaan

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

individual, dimana ada individu – indiviidu yang secara natural cenderung untuk berempati terhadap situasi yang dihadapi.[31]

Empati juga berperan dalam kecerdasan adversitas, yaitu kemampuan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi seseorang. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, semakin terbuka seseorang kepada emosi diri sendiri, semakin terampil pula dalam membaca perasaan. Empati adalah memahami hati, pikiran dan jiwa orang lain termasuk motif, latar belakang, dan perasaan mereka. Semakin besar empati pada orang lain semakin besar pula bisa menghargai dan menghormati mereka. Untuk dapat berempati pada orang lain, harus mendengarkan dengan mata dan hati kita, selain dengan telinga. Tetapi kebanyakan orang mendengarkan bukan karena niat memahami, melainkan dengan niat untuk bereaksi.[32]

Empati merupakan konsep multidomensional, dalam ranah afektif dan kognitif. Konsep tersebut tidak dapat meninggalkan ranah perilaku yang menjadikan empati menjadi nyata. Matangnya kemampuan tersebut membuat seseorang mampu menilai diri sendiri dan orang lain. Sebelum seseorang dapat menempatkan posisi driri pada posisi orang lain, kemampuan empati sendiri berdasar pada pemahaman diri dalam lingkup hubungan interpersonal. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, jika

[31] Taufik, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2012), hal 43-53
[32] Puji Untari, *Hubungan Antara Empati dengan Sikap Pemaaf pada Remaja Putri yang Mengalami Kekerasan dalam Berpacaran*, (Samarinda, E journal Psikologi, Vol 2 No. 02, 2014), hal 284.

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

individu semakin terbuka dengan emosinya, keterampilan membaca perasaan semakin meningkat, sehingga individu menjadi lebih dapat menilai diri sendiri menjadi lebih dapat menilai sendiri, lebih dapat memperhatikan dan menyadari pendapat orang lain mengenai dirinya. Dengan memahami diri dan apa yang dimiliki seseorang sebagai pribadi akan memiliki keyakinan diri yang kuat, sebagai dasar keyaikinan terhadap tugas yang berhubungan dengan orang lain. Pada akhirnya kemampuan empati yang berkembang optimal menjadikan mahasiswa tahan terhadap kritik dan masukan dari orang lain dan mampu menempatkan posisi yang tepat dalam menghadapi posisi yang tepat dalam menghadapi segala tugasnya.[33]

b. Processes

Terdapat tiga jenis empati :

1) *Non-cognitive processes*. Pada proses ini terjadinya empati disebabkan oleh proses – proses non kognitif, artinya tanpa memerlukan pemahaman terhadap situasi yang terjadi.

2) *Simple cognitve processes.* Pada jenis empati hanya membutuhkan sedikit proses kognitif. Contoh, kita menghadiri wisuda dengan wajah yang bahagia.

3) *Advance konitive processes*. Berbeda halnya dengan proses – proses sebelumnya. Pada proses ini kita dituntut untuk

[33] Nailul Faziah, *Empati, Persahabatan, dan Kecerdasan Adversitas pada Mahasiswa yang Sedang* Skripsi, (Semarang : Jurnal Psikologi Undip Vol. 13No. 1 April 2014), Hal 90.

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

mengerahkan kemampuan kognitif kita. Misalnya istri yang berbicara bahwa dia diceraikan suaminya, tetapi dia berekspresi datar. Pada hal ini observer harus benar – benar memahami situasi yang terjadi.

c. *Intrapersonal Outcomes*

Intrapersonal Outcomes terdiri dari dua macam :

1) *Affective outcomes* yaitu reaksi – reaksi emosional yang dialami oleh observer dalam merespons pengalaman – pengalaman target. *Affevtive outcomes* dibagi menjadi dua :

   (a) *Parallel* yaitu adanya keselarasan antara yang kita rasakan dengan yang dialami oleh orang lain. Cenderung memfokuskan pada kondisi si observer.

   (b) *Reactive outcomes* yaitu reaksi – reaksi afektif terhadap pengalaman – pengalaman orang lain yang berbeda. Cenderung lebih berorientasi kepada kepentingan – kepentingan target.

2) *Non affective outcomes.* Lebih ke akurasi empati yaitu sejauhmana ketepatan seseorang dalam memasuki pikiran – pikiran dan perasaan orang lain.

d. *Interpersonal Outcomes*

Interpersonal Outcomes berdampak kepada hubungan antara observer dengan target. Salah satu bentuk dari *Interpersonal Outcomes* adalah munculnya perilaku menolong. Interpersonal Outcomes tidak sekedar mendiskusikan apa yang dialami oleh

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

orang lain, tetapi dapat menimbulkan perilaku menolong. Selain perilaku menolong, empati juga dihubungkan dengan perilaku agresif. Semakin baik akurasi empati maka semakin kecil terjadinya perilaku agresif.[34]

C. MUHASABAH DAN EKSISTENSIAL HUMANISTIK

1. Pengertian Eksistensial Humanistik

Psikologi telah lama didominasi oleh pendekatan empiris terhadap studi tentang tingkah laku individu. Banyak ahli psikologi Amerika yang menunjukkan kepercayaan pada definisi – definisi operasional dan hipotesis – hipotesis yang bisa diuji serta memandang usaha memperoleh data empiris sebagai satu – satunya pendekatan yang sahih guna memperoleh informasi tentang tingkah laku manusia. Dimasa lalu tidak terdapat bukti adanya minat yang serius terhadap aspek – aspek filosofis dari konseling dan psikoterapi.

Pendekatan Eksistensial Humanistik, di lain pihak, menekankan renungan – renungan filosofis tentang apa artinya menjadi manusia yang utuh. Tujuan dasar banyak pendekatan psikoterapi adalah membantu individu agar mampu bertindak, menerima kebebasan dan tanggung jawab untuk tindakan – tindakannya. Terapi eksistensial, terutama berpijak pada premis bahwa manusia tidak bisa melarikan diri dari kebebasan dan bahwa kebebasan dan tanggung jawab itu saling berkaitan. Dalam penerapan – penerapan terapeutiknya, pendekatan eksistensial – humanistik memusatkan perhatian pada asumsi – asumsi

[34] Taufik, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial,* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2012), hal 53-59

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

filosofis yang melandasi terapi. Pendekatan eksistensial humanistik menyajikan suatu landasan filosofis bagi orang – orang dalam hubungan dengan sesamanya yang menjadi ciri khas, kebutuhan yang unik dan menjadi tujuan konselingnya, dan yang melalui implikasi – implikasi bagi usaha membantu individu dalam menghadapi pertanyaan - pertanyaan dasar yang menyangkut keberadaan manusia.

2. Pandangan Sifat Manusia Menurut Teori Eksistensial Humanistik

Psikologi Eksistensial Humanistik berfokus pada kondisi manusia. Pendekatan ini terutama adalah suatu sikap yang menekankan pada pemahaman atas manusia alih – alih suatu sistem teknik – teknik yang digunakan untuk mempengaruhi klien. Oleh karena itu, pendekatan eksistensial humanistik bukan suatu aliran terapi, bukan pula suatu teori tunggal yang sistematik. Pendekatan terapi eksistensial juga bukan suatu teori tunggal, melainkan suatu pendekatan yang mencangkup terapi – terapi yang berlainan yang kesemuanya berlandaskan konsep – konsep dan asumsi – asumsi tentang manusia.

a. Kesadaran Diri

Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kesanggupan untuk memilih alternatif – alternatif yakni memutuskan secara bebas di dalam kerangka pembatasnya adalah

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

suatu aspek yang esensial pada manusia. Kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab. Para eksistensialis menekankan bahwa manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya. Manusia bukanlah bidak dari kekuatan – kekuatan yang deterministik.

b. Kebebasan, Tanggung Jawab, dan Kecemasan.

Kesadaran atas keberhasilan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kecemasan eksistensial juga bisa diakibatkan oleh kesadaran atas keterbatasannya dan atas kemungkinan yang tak terhindarkan untuk mati (*nonbeing*). Kesadaran atas kematian memiliki arti penting bagi kehidupan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensi – potensinya. Dosa eksistensial, yang juga merupakan bagian dari kondisi manusia, adalah akibat dari kegagalan individu untuk benar – benar menjadi sesuatu dengan kemampuannya.

c. Penciptaan Makna.

Manusia itu unik, dalam arti bahwa dia berusaha untuk menemukan tujuan hidup dan menciptakan nilai – nilai yang kaan memberikan makna bagi kehidupan. Menjadi manusia juga berarti menghadapi kesendirian : manusia lahir ke dunia sendirian dan mati sendirian pula. Sungguhpun pada hakikatnya sendirian, manusia memiliki kebutuhan untuk berhubungan dengan sesamanya dalam suatu cara yang bermakna, sebab manusia adalah

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

makhluk rasional. Kegagalan dalam menciptakan hubungan yang bermakna bisa menimbulkan kondisi – kondisi isolasi, depersonalisasi, alineasi, keterasingan, dan kesepian. Manusia juga berusaha untuk mengaktualisasikan diri, yakni mengungkapkan potensi – potensi manusiawinya. Sampai taraf tertentu, jika tidak mampu mengaktuakan diri, ia bisa menjadi "sakit". Patologi dipandang sebagai kegagalan menggunakan kebebasan untuk mewujudkan potensi – potensi seseorang.

3. Tujuan Eksistensial Humanistik

Tujuan eksistensial bertujuan agar klien mengalami keberadaannya secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi – potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya. Bugental (1965) menyebut keontentikan sebagai "urusan utama psikoterapi" dan "nilai eksistensial pokok". Terdapat tiga karakteristik dari keberadaan otentik : (1) menyadari sepenuhnya keadaan sekarang. (2) memilih bagaimana hidup pada saat sekarang, dan (3) memikul tanggung jawab yang memilih. Klien yang neurotik adalah orang yang kehilangan rasa ada, dan tujuan terapi adalah membantunya agar ia memperoleh atau menemukan kembali kemanusiaannya yang hilang.

Pada dasarnya, tujuan terapi eksitensial adalah meluaskan kesadaran diri klien, dan karenanya meningkatkan kesanggupan pilihannya, yakni menjadi bebas dan bertanggung jawab atas arah hidupnya. Penerimaan tanggung jawab itu bukan suatu hal yang mudah,

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

banyak orang yang takut akan beratnya bertanggung jawab atas menjadi apa dia sekarang dan akan menjadi apa selanjutnya. Oleh karena itu, terapi eksistensial juga bertujuan membantu klien bertujuan membantu klien agar mampu menghadapi kecemasan sehubungan dengan tindakan memilih diri, dan menerima kenyataan bahwa dirinya lebih dari sekedar korban kekuatan – kekuatan deterministik diluar dirinya.[35]

4. Muhasabah dalam Perspektif Eksistensial Humanistik.

Membicarakan mengenai muhasabah, telah diapaparkan diatas bahwasannya dalam penelitian ini yang dimaksud muhasabah adalah ada 3 pokok dalam muhasabah peneliti mengambil pemikiran Muhammad Al – Ghazali (1335-1416 H/ 1917-1996 M), sebagai dasar bahwa Muhasabah adalah

4) Mengenal diri sendiri.
5) Menjaga akhlak baik.
6) Menghilangkan akhlak buruk.

Dari ketiga hal tersebut, untuk lebih jelasnya bentuk real dari muhasabah dalam penelitian ini terdapat dalam kolom deskripsi bab selanjutnya.

Perlu kita ketahui bahwasannya Muhasabah (intropeksi diri) Allah SWT telah berfirman dalam Surat Al – Baqoroh ayat 235

[35] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Badung : Refika Aditama, 2013), hal 53-56

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

لَّا ىهع ,ىكسنَا نَ ىنُكُاتَا ءآسُنا حنُطخ ِي نَ ىنضزع انَّنَ ىكنَهع
حاُج لنْتَ زعنَ لنْتَ , انتَزعي لنْ ِنَ إن ِنَ ًا جا ازس ِنْتَدع
انِنبِ ِكنتَ ِنَنَ تَزك ذنس ىكنَا ىكسنا نَ اي ىهغ لَّا ًا انِّهعتَ ,ّهجا
بانكنا غهنّ ًنح ح اكُنا جدنع انِي
ىنَهح رِنغ لَّا ًاآنِّهعتَ ,ِتَرذحنَ.

Yang artinya :"Dan tidak ada dosa bagi kamu meminang wanita – wanita itu dengan sindiran atau kamu menyembunyikan (keinginan mengawini mereka) dalam hatimu. Allah mengetahui bahwa kamu akan menyebut – nyebut mereka. Dalam pada itu janganlah kamu mengadakan janji kawin dengan mereka secara rahasia, kecuali sekedar mengucapkan perkataan yang ma"ruf. Dan janganlah kamu berazam untuk beraqad nikah sebelum habis ,,iddahnya. Dan ketahuilah bahwasannya Allah mengetahui apa_yang ada didalam hatimu, maka takutlah kepadaNya, dan ketahuilah bahwa Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyantun"[36]

Metode muhasabah ini dapat pula disebut metode mawas diri. Yang dimaksud metode mawas diri adalah meninjau kedalam, kehati nurani guna mengetahui benar tidaknya, bertanggung jawab tidaknya suatu tindakan yang telah diambil. Tahap integrasi diri ini perlu diikuti dengan transformasi diri dengan lathan – latihan agar manusia menemukan identitas baru, ego baru, diakhiri dengan partisipasi manusia dengan kegiatan ilahi. Secara teknis psikologis usaha tersebut dapat dinamakan intropeksi yang pada dasarnya adalah cara untuk menelaah diri agar bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak,

[36] Fathullah Gulen, *Kunci – Kunci Rahasia Sufi*,(Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2oo1), hal 38

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

atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, kehidupan batin, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan, dan segenap unsur kejiwaan lainnya.[37]

Intropeksi diri erat kaitannya dengan kesadaran diri. Sama halnya dengan yang ada didalam teori Eksistensial Humanistik. Dalam teori humanistik Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia mampu berpikir dan memutuskan. Semakin kuat kesadaran diri itu pada seseorang, maka akan semakin besar pula kebebasan yang ada pada orang itu. Kesanggupan untuk memilih alternatif – alternatif yakni memutuskan secara bebas di dalam kerangka pembatasnya adalah suatu aspek yang esensial pada manusia. Kebebasan memilih dan bertindak itu disertai tanggung jawab. Para eksistensialis menekankan bahwa manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya. Manusia bukanlah bidak dari kekuatan – kekuatan yang deterministik.[38] Karena kesadaran diri dalam teori Eksistensial Humanistik diartikan bahwa konseli bebas memilih menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab serta memperluas kesadaran diri. Psikologi humanistik sangat memperhatikan tentang dimensi manusia dalam berhubungan dengan lingkungan secara manusiawi dengan menitik beratkan pada kebebasan individu untuk mengungkapkan pendapat dan menentukan pilihannya,

---

[37] Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, (Semarang: Rasail, 2005), hal 30.

[38] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Badung : Refika Aditama, 2013), hal 54-55

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

nilai – nilai, tanggung jawab personal, otonomi, tujuan dan pemaknaan.[39]

D. HASIL PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN

1. Dian Pujiastuti. 2012. Efektifitas Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa Sekolah Menengah Pertama. Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Muhammadiyah. Malang.

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan empati siswa SMP, hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor empati kelompok eksperiment sekolah diberikan treatmen dengan menghasilkan nilai wilcoxon sebersar (2= -3.182a) dengan nilai Asymp.Sig.(2 - tailed) 0,0001 pada derajat signifikan.

2. Romia Susanti. 2011. Keefektifan Penggunaan Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP. Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Muhammadiyah. Malang.

   Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan statistik nonparametik uji wilcoxon dan berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa biblokonseling dengan menggunakan ceita pendek efektif untuk meningkatkan empati siswa SMP. Hal ini dapat dilihat dari kenaikan skor pada postes di akhir pertemuan.

---

[39] Luh Putu Ayu Widya Ningsih, dkk, *Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Dengan Teknik Meditasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas x TITL 3 SMK NEGERI 3 Singaraja*,E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan dan Konseling Volume :2 No. 1 tahun 2014.

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

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. DESKRIPSI UMUM OBJEK PENELITIAN

1. DESKRIPSI LOKASI PENELITIAN

a. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian berada di Dusun Sebeng, RT 02 RW 02 Desa Doko Kec. Doko Kab. Blitar yang terletak di Blitar bagian timur.

b. Sejarah Desa Doko

Dari cerita orang – orang pada jaman dahulu, awalnya Doko berawal dari kata Deke'an (bahasa jawa : tempat orang mengungsi). Nama itu sudah tercentus pada masa penjajahan Belanda , karena pada masa itu penjajahan Belanda sudah memasuki kawasan pedesaan, Deke'an inilah yang menjadi tempat orang – orang yang mengungsi. Berhubung banyak peristiwa bersejarah di Deke'an ini, akhirnya orang – orang menyebutnya desa Deke'an. Lambat laun orang – orang sekitar berinisiatif mengganti nama Deke;an menjadi Doko karena mengucapkan kata Doko lebih mudah daripada Deke'an. Hal itu berlanjut sampai sekarang.[40]

c. Luas Wilayah dan Batas Wilayah

[40] Hasil wawancara dengan salah satu tokoh agama di Desa Doko pada tanggal 23 Desember 2017 pukul 07.49 WIB di rumah Beliau.

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) Luas Desa Doko sekitar kurang lebih 2400 ha.

2) Batas wilayah Desa Doko terdiri dari :

a) Sebelah Utara : Desa Sidorejo

b) Sebelah Selatan : Desa Suru

c) Sebelah Barat : Desa Wlingi

d) Sebelah Timur : Desa Genengan

d. Kondisi Kependudukan

Jumlah penduduk di Desa Doko saat ini adalah 4106 Jiwa, dengan rincian 2016 laki – laki, dan 2090 perempuan. Dengan 1242 KK dan kepadatan penduduk 0,85 per KM.

e. Keadaan Ekonomi Masyarakat

Untuk mencukupi kebutuhan sehari – hari masyarakat desa Doko mayoritas bekerja sebagai petani. Berdasarkan presentase selain petani, dari presentase tertinggi pekerjaan yang lain meliputi : Buruh Tani, Pegawai Negeri Sipil, Pedagang Barang Kelontong, TNI, POLRI, Pembantu Rumah Tangga, Dukun Tradisional, Karyawan Perusahaan Swasta, Wiraswasta, Purnawirawan / Pensiunan, dan Perangkat Desa.

Selain itu di Desa Doko karena kreatif dan inovatif dari warga Doko, banyak yang berinisiatif untuk menambah penghasilan sehari – hari, seperti kerajinan tangan yang terbuat dari bambu, membuat kue dan dipasarkan sampai ke desa – desa sebelah.

f. Bidang Pendidikan

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 bidang pendidikan, di desa Doko ini dapat dikatakan tidak terlalu ketinggalan, untuk tahun 2017 ini tercatat di usia 3-6 tahun sudah masuk di play grup atau ada juga yang langsung TK, dilanjutkan SD, SMP, SMA, D3 dan S1.

Tetapi disisi lain, banyak juga yang masih tamat SMP langsung bekerja di luar pulau Jawa, ada juga yang tidak sampai lulus SD. Sudah mencari nafkah untuk membantu memenuhi kebutuhan sehari – hari.

g. Bidang Keagamaan

Di Desa Doko ini mayoritas beragama Islam, dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 3.1

Jumlah Pemeluk Agama Desa Doko

NO	AGAMA	LAKI – LAKI	PEREMPUAN
1	ISLAM	1960 ORANG	2000 ORANG
2	KRISTEN	21 ORANG	28 ORANG
3	KATHOLIK	5 ORANG	11 ORANG
4	HINDU	30 ORANG	50 ORANG
	JUMLAH	2016 ORANG	2089 ORANG

Dalam kehidupan sehari – hari, di Desa Doko ini masih berpegang teguh terhadap budaya, adat istiadat orang Jawa, seperti pada bayi yang baru lahir, ada sepasaran, pitonan, selapanan dll. Pada calon pengantin juga berlaku penghitungan weton kelahiran.

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

Namun dengan adanya demikian, tidak menutup kemungkinan untuk para agama lain untuk tidak saling bantu – membantu satu sama lain, jadi disini agama bukan menjadi penghalang untuk tetap solid dalam menjalankan kehidupan sehari – hari.

2. DESKRIPSI KONSELOR DAN KONSELI

a. Deskripsi Konselor

Konselor bernama Nimas Fitriatul Latifa anak pertama dari dua bersaudara, dari Bapak Rusianto dan Ibu Suwarti. Konselor lahir di Blitar, 23 Maret 1996. Tempat tinggal konselor di RT 02 RW 02 Dusun Sebeng Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar. Untuk saat ini konselor berdomisili di Gang Lebar No. 24C Kelurahan Jemur Wonosari Kecamatan Wonocolo Surabaya.

Pada tahun 2001 konselor menyelesaikan tahap awal sekolah yaitu di taman kanak – kanak Al- Hidayah Ngriwuk Genengan Doko Kab. Blitar, selanjutnya tahun 2006/2007 konselor menyelesaikan sekolah dasar di SDN DOKO 02 tepatnya di Jln. Sudargo No. 44 Desa Doko. Kemudian melanjutkan ke Madrasah Tsanawiyah Sunan Ampel Doko dan lulus pada tahun 2010/2011, MTs Sunan Ampel juga terletak di Desa Doko. Melanjutkan studi berikutnya, konselor sekolah di Madrasah Aliyah Negeri Kunir Wonodadi Blitar yang terkenal dengan poros antara tiga kabupaten yaitu Kabupaten Blitar, Kabupaten Tulungagung dan Kabupaten Kediri. Yang sekarang menjadi MAN 3 BLITAR dan lulus pada tahun 2014. Setelah lulus dari Madrasah Aliyah Negeri Kunir,

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

konselor melanjutkan studinya yang lebih tinggi yaitu mengambil S1 di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya di Fakultas Dakwah dan Komunikasi dengan mengambil Program Pendidikan Bimbingan dan Konseling Islam.

b. Pengalaman Konselor.

Pada waktu mata kuliah Ketrampilan Komunikasi Konseling, konselor melakukan prsoses konseling terhadap teman sekelas sendiri, itu merupakan tahap awal ketika baru mengenal konseling. Selanjutnya pada waktu mata kuliah Appraisal Konseling konselor melakukan tes interpretasi terhadap permasalahan – permasalahan. Pada mata kuliah Media Bimbingan dan Konseling Islam juga diampu bagaimana sebenarnya Bimbingan Konseling Islam, Bimbingan Konseling Islam tidak melulu terhadap masalah akan tetapi apa untuk mngenal diri sendiri, mengeksplorasi diri juga dapat didapatkan disini. Tidak kalah penting, konselor juga pernah melakukan konseling terhadap orang yang sudah berumah tangga ketika itu permasalahannya berkaitan komunikasi di dalam berumah tangga, hal ni didapatkan ketika mata kuliah konseling perkawinan. Yang terakhir dalam mata kuliah Family Therapy, konselor melakukan konseling dan bekerja sama dengan Yayasan Genta Surabaya, permasalahan yang ditangani berupa anak usia SD yang kecanduan film porno dan ketika itu dia masih kelas 6 SD, jadi intinya yang seharusnya fokus

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

terhadap persiapan menghadapi UN, malah diketahui melihat film – film yang tidak mendidik.

Selain dalam mata kuliah, pengalam konseling juga dilakukan oleh konselor ketika KKN (Kuliah Kerja Nyata) yang bertempat di Desa Ngetrep Kecamatan Jiwan Kabupaten Madiun, waktu itu berhubungan dengan Lansia yang dirumah sendiri tanpa ditemani oleh anak – anaknya. Selain pada waktu KKN, konselor juga melakukan proses konseling pada waktu PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) di Yayasan Peduli Kanker Anak Indonesia yang bertempat di daerah Galaxy Mall arah ke Suramadu selama dua bulan. Disana kami melakukan proses konseling terhadap teman – teman yang mengidap kanker dan tumor, mayoritas masih berusia anak – anak, waktunya mereka asik dengan dunia bermain mereka, akan tetapi mereka mau tidak mau harus bergelut dan melawan penyakit ganas itu.

c. Deskripsi Konseli

Nama	: SK
Tempat/Tanggal Lahir	: Madiun, 07 September 1970
Alamat	: RT 02 RW 02 Ds. Doko Kec. Doko Kab. Blitar.
Riwayat Pendidikan	: TK Dharma Wanita Caruban SDN Caruban 02 Madiun

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

Untuk lebih mengetahui kondisi dan konseli secara luas maka konselor akan menguraikan tentang kepribadian SK, tentang kondisi disekitarnya sebagai berikut :

1) Kepribadian Konseli

SK adalah anak pertama dari dua bersaudara, berasal dari Caruban dari pasangan Bapak Senin dan Ibu Mira. .

Berdasarkan pengamatan konselor selama mengenal SK, beliau termasuk tipe orang yang jika berbicara tidak mau dikalahkan dengan lawan bicaranya, tidak sedikit bicaranya, termasuk tipe orang yang selalu menjaga kesehatan, sangat sayang terhadap anak – anak kecil, bahkan tetangga – tetangga membahasakan anak – anaknya ketika kecil, selalu memanggilnya dengan sebutan "ibu", hal itu terjadi karena saking kelihatan sayang walaupun bukan anaknya sendiri.

2) Keadaan Ekonomi Konseli

Untuk permasalahan ekonomi, SK bergantung terhadap suaminya yang bemata pencaharian sebagai sopir travel Surabaya – Bali. Akan tetapi di rumah, SK tidak berdiam diri, beliau mempunyai kesibukan yaitu menjaga toko kecil – kecilan yang terletak di samping rumahnya. Sebelumnya beliau kos di aerah Wlingi dengan faktor anaknya yang bernama SN selalu pulang malam dan ketika suami SK tidak ada di rumah, maka SK harus menjemput SN ke sekolah yang berjarak 7 km dengan melewati jalan yang berlenggok – lenggok, akhirnya

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

mempunyai tekat bulat untuk berwirausaha di Wlingi, akan tetapi karena kosnya naik, maka beliau kembali ke rumah.

Jadi penghasilan SK, selain dari suaminya, juga dari hasil mendirikan toko itu.

3) Lingkungan Sekitar Konseli

SK tinggal di sebuah lingkungan yang mayoritas sederhana, tidak mewah, pekerjaan mayoritas petani dan buruh tani. Bisa juga dikatakan SK berada di lingkungan yang padat penduduknya.

Setiap pagi orang – orang disekitar, berbondong – bondong pergi kesawah dengan membawa bekal, membawa cangkul, sabit, peralatan sawah lain menyesuaikan kebutuhan di sawah, dan pulang nanti sekitar jam sholat asar, seperti itu setiap hari. Ada juga yang masih pagi sudah mencari makan untuk binatang ternaknya. Ada yang ternak sapi, ada juga kambing ataupun ayam. SK termasuk ternak ayam.

4) Latar Belakang Keluarga Konseli

Keluarga konseli adalah keluarga yang terlihat harmonis, SK Setelah menikah, mereka dikarunia 2 orang putri perempuan yang bernama YL dan SN, mereka selisih 3 tahun, YL sebagai kakaknya yang sekarang menempuh pendidikannya D3 di Akademi Kebidanan Wiyata Mitra Husada 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

bertempat di Kab. Nganjuk semester pertama. Sedang SN masih duduk di bangku SMP kelas 9 yaitu di SMPN 2 Wlingi Kab. Blitar. SN ini sangat menyukai organisasi, berbeda dengan kakaknya yang lebih suka ke pelajaran. SN mengikuti karate, OSIS dll.

SK bisa dikatakan disiplin dalam mendidik anak, banyak peraturan yang diterapkan di keluarga itu, semua itu dilakukan semata – mata untuk menciptakan kehidupan yang harmonis dan disiplin serta hasil yang baik untuk kedepannya.

"iya, sangat disiplin sekali dalam mendidik anak, dulu itu waktu YL masih usia kecil, SN nya maisih belum sekolah. YL selalu dibatasi waktu bermainnya, kalau sampai kelewat batas yang telah ditentukan oleh SK, beliau tidak segan – segan untuk main tangan, misalnya mencubit sampai menangis mbak, namanya juga anak masih kecil. Itu semua memang sudah menjadi peraturan keluarganya, kemungkinan semua dilakukan karena mereka menginginkan anak yang disiplin. Kalau untuk ayahnya, beliau tidak begitu berani dengan SK, oleh karena hanya sekedar menegur biasa, tidak sampai memarai SK karena kelakuannya yang lumayan tegas dan kasar terhadap anak"[41]

5) Latar Belakang Pendidikan Konseli

Membicarakan masalah pendidikan, keluarga konseli termasuk keluarga yang pendidikannya standar / sama dengan

[41] Wawancara dengan Bapak Rusianto selaku Pamong di desa tersebut. Pada Kamis, 09 November 2017 pukul 14.30 WIB.

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

pendidikan di lingkungan sekitar, suaminya pun juga seperti itu dalam artian pendidikannya bahkan hanya sampai SD. Sementara konseli riwayat pendidikannya sebagai berikut :

(a) TK Dharma Wanita Caruban tahun 1975 - 1976

(b) SDN Caruban 02 pada tahun 1977 - 1983[42]

6) Latar Belakang Keagamaan Konseli

Sebelum membicarakan mengenai ibadah, sebelumnya konselor akan mengklarifikasi terlebih dahulu bahwa keluuarga SK termasuk keluarga awam tidak terlalu mengenal hal – hal yang yang berbau spiritual. Ada peningkatan mengenai peribadahan karena anak pertama dan keduanya di sekolahkan di madrasah diniyah Miftakhul Huda yang terletak di sekitar lingkungan itu juga. Bahkan konselor juga mendapat informasi dari anak pertama dari SK , bahwa suami SK kalau masalah sholat, belum 5 waktu. Kecuali kalau ada sedikit pemaksaan dari anak – anaknya. Hal itu juga berlaku untuk SK juga. Bisa dikatakan netral, tidak fanatik di hal – hal keagamaan. Tetapi juga mengenal keagamaan.

7) Latar Belakang Sosial Konseli

Sosialisasi adalah proses belajar yang dialami seseorang untuk memperoleh pengetahuan ketrampilan, nilai – nilai dan norma – norma agar ia dapat berpartisipasi sebagai anggota

[42] Hasil dari wawancara dengan anaknya YL di depan rumah saya pada tanggal 26 November 2017 pukul 09.00 WIB.

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 kelompok masyarakat.[43] Disini sosialiasi diartikan bagaimana seseorang didalam proses belajar, memahami, menanamkan didalam dirinya untuk memperoleh pengetahuan ketrampilan, nilai – nilai dan norma – norma agar individu tersebut dapat diterima serta berperan aktif didalam kelompok masyarakat.

"srawung tetangga juga bagus mbak, apalagi anak kecil – kecil itu, seperti cucu saya juga senang, selalu memanggil – manggil SK, tidak ada masalah mbak, ya Cuma itu, kami kurang suka ketika dia memaparkan semuanya mengenai kuliah dan lain – lain, kan sampean tau sendiri mbak nimas, lingkungan sini banyak yang lulusan SMP, anak saya aja 2 laki – laki semua, sekolah hanya sampai SMP, tapi saya tetap bersyukur. Begitu juga masalah gaji suaminya, itu juga dibicarakan dengan kami, padahal kami tidak bertanya mbak, tapi ya kami diam saja daripada jadi bertengkar, tidak enak dilihat. Kan tetangga sendiri"[44]

Dalam hal bersosialisasi, seperti yang sudah konselor paparkan diatas, SK termasuk orang yang pandai bergaul, bahkan anak kecil – kecil saja senang bergaul dengan SK, walaupun usia SK sudah berkepala empat. Cepat dlam bersosialisasi, karena tidak memilih dan memilah jika bergaul, semua tetangga diajak

[43] Ihrom, *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*, (Jakarta : Yayasan Obor Indonesia, 2004), hal 30
[44] Wawancara dengan Ibu Sutini selaku tetangga yang sering ditempati untuk ngobrol – ngobrol. Pada 12 November 2017 pukul 16.00 WIB.

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

bergaul dengan baik. Ramah walaupun dengan orang yang tidak dikenal. Tidak gengsi untuk menyapa dahulu.

B. DESKRIPSI PELAKSANAAN TERAPI MUHASABAH UNTUK MENINGKATKAN RASA EMPATI SEORANG IBU DALAM HIDUP BERTETANGGA DI DESA DOKO KECAMATAN DOKO KABUPATEN BLITAR

1. Deskripsi Proses Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu Dalam Bertetangga Di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar

Masalah merupakan satu beban yang sangat mengganggu bagi siapa saja yang memilikinya, namun pada hakikatnya tidak ada satu orangpun yang tidak memiliki masalah, baik itu masalah yang timbul dari dirinya sendiri yang ditujukan dengan lingkungannya atau sebaliknya maupun masalah yang timbul dari lingkungan. Masalah yang timbul dari anggota keluarga merupakan masalah yang sering terjadi di lapangan, komunikasi yang tidak efektif antara satu anggota keluarga dengan anggota keluarga yang lain bisa jadi pemicu munculnya konflik sehingga bisa merugikan orang-orang dalam keluarga tersebut.

Dalam proses pelaksanaan ini, konselor berusaha menciptakan *rapport* (hubungan konseling yang bersahabat hingga terjalin keakraban) dan konselor menciptakan keakraban dengan klien dengan sering mengajaknya untuk berdiskusi santai meskipun klien terkadang masih acuh dan hanya memberikan respon minimal.

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

Untuk mendeskripsikan masalah yang di alami oleh klien, maka konselor mencari informasi dengan melakukan wawancara dan observasi dengan beberapa pihak terkait yang hadir dalam kehidupan sehari-hari klien. Pertama kali konselor melakukan wawancara dengan anaknya yang pertama, karena disini tidak memungkinkan apabila peneliti melakukan wawancara dengan klien langsung. Dari hasil wawancara didapatkan kesimpulan tentang klien antara lain:

a. Identifikasi Masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal gejala-gejala yang tampak. Dalam langkah ini, konselor mencatat konseli yang mendapat bimbingan dan memilih klien yang perlu mendapat bimbingan lebih dahulu.[45] Apabila hubungan konseling telah terjalin baik, maka konselor memulai mencari sasaran-sasaran spesifik dan tingkah laku seperti apa yang menjadi ukuran keberhasilan konseling. Konselor perlu memperjelas tujuan yang ingin dicapai oleh mereka berdua. Hal penting dalam langkah ini adalah bagaimana keterampilan konselor dapat mengangkat isu dan masalah yang dihadapi klien.

Kemudian diidentifikasi dan didiagnosis secara cermat. Sering kali klien tidak begitu jelas mengungkapkan masalahnya, atau ia hanya secara samar menjelaskannya. Apabila hal ini terjadi, konselor harus membantu klien mendefiniskan masalah-masalahnya secara tepat agar tidak terjadi kekeliruan dalam diagnosis. Hal

[45] Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Pustaka Setia, 2010), hal. 95

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

penting lainnya dalam langkah ini adalah membicarakan struktur konseling. Ini dilakukan untuk menunjukkan konselor dalam proses konseling agar tidak kehilngan arah yang ingin dicapai.[46]

Setelah melalui proses pengamatan dan wawancara terhadap salah satu anaknya yaitu YL. Menurut YL anak pertama dari SK, memang ibunya selalu mengatur dari bangun tidur sampai tidur lagi, dari kecil, masa sekolah, masa sekolah diniyah selalu diaturnya karena orang tuanya memang menginginkan anak – anaknya menjadi orang yang disiplin dan cerdas. Tidak YL saja, akan tetapi adiknya pun SN juga diperlakukan seperti itu.

Setelah mereka berhasil dan beranjak remaja mereka sering mendapatkan juara di kelasnya, sering mengikuti lomba – lomba dan memenangkannya. Anak – anaknya berkelakuan biasa saja ketika memperoleh itu semua, akan tetapi sangking bahagianya ibu SK ini menceritakan semua keberhasilan yang diraih oleh anaknya kepada tetangga tetangga disekitar, dari tetangga satu ke tetangga yang lain, dengan kata lain setiap bertatap muka dengan tetangga, pasti dikasih tau tentang keberhasilan ini.[47]

Sampai pada akhirnya YL melanjutkan ke jenjang Perguruan Tinggi Sekolah Kebidanan di Nganjuk, perlu diketahui bahwasannya lingkungan sekitar konseli mayoritas memakan bangku sekolah maksimal sampai tingkat SMP, sedangkan SK ini melulu

[46] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Prkatek* (Jakarta: Prenada Media Group, 2011), hal. 84
[47] Hasil Observasi Pada Tanggal 27 Oktober 2017

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

menceritakan dengan membangga – banggakan anak – anaknya di depan tetangga – tetangga sekitar.

Tidak keberhasilan juga, akan tetapi masalah biaya yang dikeluarkan untuk menguliahkan anak – anaknyapun juga diceritakan kepada lingkungan sekitar. Hal tersebut diceritakan SK tanpa ada pertanyaan dari tetangga – tetangga sekitar, karena memang tetangga juga tidak mengetahui bagaimana dunia perkuliahan.[48]

Suatu ketika YL pernah memberanikan diri untuk bertanya kepada ibunya, "Mengapa ibu menceritakan semua yang saya peroleh dari sekolah?" ibunya pun menjawab "ibu hanya ingin berbagi pengalaman dengan tetangga, walaupun mereka tidak sekolah, setidaknya mereka mengetahui apa yang ada di dunia pendidikan, agar tidak ketinggalan zaman". Mendengar jawaban seperti itu, YL pun tidak berani membantah walaupun sebenarnya YL tidak setuju dan ingin memberontak dengan jawaban yang kelihatannya enteng di lontarkan oleh ibunya itu.[49]

Dari situlah ibu SK ini selalu menceritakan, membangga – banggakan anaknya didepan umum tanpa melihat bagaimana kondisi orang yang diberi cerita.

b. Diagnosis

Setelah melakukan wawancara dengan klien, Konselor menyimpulkan masalah yang tengah dihadapi oleh klien. Setelah

[48] Hasil Wawancara dengan Ibu Sutini selaku salah satu tetangga pada tanggal 2 Nov 2017
[49] Hasil wawancara dengan YL pada tanggal 10 Desember 2017

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

melakukan identifikasi masalah, maka langkah selanjutnya dalah mendiagnosa masalah klien, tahap diagnosa yaitu tahap untuk menetapkan masalah yang dihadapai klien beserta latar belakangnya. Dalam hal ini, kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan studi terhadap klien, menggunakan berbagai studi terhadap klien, menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Setelah data terkumpul, ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

Dari hasil wawancara dengan klien dan beberapa orang terdekat dengan klien, maka konselor menyimpulkan beberapa gejala-gejala yang dialami klien, antara lain:

1) Belum Bisa Memikirkan Posisi Orang Lain

Klien beranggapan hal yang dilakukan oleh klien itu sangat bermanfaat bagi pendengar, yang mana posisi tetangga sekitar/ audiens itu bukan orang yang sama – sama sedang membiayai seorang anak yang berpendidikan tinggi. Padahal tetangga – tetangga sekitar justru belum begitu suka dengan hal tersebut, akan tetapi tetangga sekitar ada perasaan *sungkan* ketika akan menegur ibu SK.

2) Kurangnya Intropeksi Diri

Karena pada dasarnya hal baik yang kita lakukan belum tentu hal tersebut baik juga dimata orang lain. Klien beranggapan hal – hal seperti keberhasilan yang diraih anaknnya, juara juara yang diperoleh anaknya merupakan sesuatu yang *wah*. Hingga

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 akhirnya klien lupa akan pengendalian dirinya. Sesuatu yang menurutnya benar, tanpa berfikir panjang langsung diungkapkan bagaimanapun caranya.

c. Prognosis

Setelah konselor melakukan diagnosis terhadap klien, maka tahap selanjutnya adalah prognosis, tahap ini adalah tahap untuk menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membimbing klien. Langkah prognosis ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis, yaitu setelah ditetapkan masalahnya dan latar belakangnya. Langkah prognosis ini, ditetapkan bersama setelah mempertimbangkan berbagai kemungkinan dan berbagai faktor. Membuat penaksiran dan penjajakan. Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan. Caranya dengan mengubah persepsi negatif klien menjadi persepsi positif sekaligus memberikan gambaran baru pada klien diluar pemahamannya selama ini.

Setelah melihat permasalahan klien dan faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya masalah pada klien, maka konselor akan melakukan terapi muhasabah dengan menggunakan tehnik membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan yang dilakukan secara langsung dan bertahap dengan tiga tahapan yaitu: 1) evaluasi perilaku, dimana klien diajak mengevaluasi bagaimana perilaku klien dengan keluarga selama 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

bagaimana perilaku klien dengan tetangga selama ini, apakah sudah menghasilkan keharmonisan baik dengan keluarga maupu dengan lingkungan sekitar, karena walau bagaimanapun jika terjadi apa – apa tetanggalah yang paling dekat dengan kita. 2) menyusun perencanaan perubahan perilaku, dimana klien diajak untuk menyusun rencana atau sikap yang tepat ketika ia menghadapi sesuatu. Hal ini dirasa ampuh untuk membantu klien karena masalah klien saat ini berkaitan erat dengan adaptasi dengan lingkungan yang sudah jelas tidak sama dalam segi apapun termasuk segi pendidikan dan pengalaman.

d. *Treatment*/ Terapi

Teknik yang sudah diterapkan oleh Konselor untuk menyelesaikan masalah klien diterapkan oleh Konselor dengan berdasarkan langkah-langkah terapi muhasabah yaitu dengan siklus PDCA sebagai berikut :

1) *Plan* (Perencanaan)

Senin, 11 Desember 2017 konselor mulai melakukan tahapan konseling. Tahapan ini berawal dari perjanjian kontrak dan menjelaskan tujuan mengadakan proses konseling ini. Akan tetapi dalam proses konseling ini, konselor disengaja untuk tidak berterus terang kepada klien, dikarenakan klien adalah orang yang tidak suka dijadikan bahan penelitian, hal ini dibuktikan dengan konselor pernah meminta untuk bahan penelitian waktu mata kuliah konseling perkawinan.

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

Jadi bentuk real dari perencanaan disini adalah dengan bantuan anaknya yang pertama yaitu YL, dan dia berkata kepada ibunya bahwasanya saya (sebagai konselor) akan melaksanakan tugas kuliah dan meminta bantuan kepada SK untuk membantu menemukan hal – hal apa saja yang saya butuhkan, karena ini berkaitan dengan dunia pendidikan, sedangkan dilingkungan klien dan saya, hanya saya dan beliau lah yang mengerti akan dunia perkuliahan. Dengan alasan seperti itulah,klien menyanggupi rencana ini.

Disesi ini seakan – akan konselor meneliti orang lain dengan meminta pendapat SK, padahal yang menjadi target penelitian adalah SK sendiri. Akhirnya konselor menyampaikan akan melakukan konseling dengan terapi muhasabah, konselor juga menyampaikan tujuan melakukan konseling ini. Dan pada akhirnya konselor juga membuat konsekuensi akan melakukan proses ini untuk beberapa pertemuan yang akan datang untuk dibuat sesi konseling.

2) *Do* (Pelaksanaan)

Minggu, 17 Desember 2017, konselor melakukan tatap muka yang kedua kalinya dengan klien, kali ini bertempat di depan rumah konselor, kebetulan konselor sedang bersantai di depan rumah, klien pun menghampiri, karena memang dilingkungan konselor dan klien, ketika semua pekerjaan

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

rumah sudah selesai, biasa kumpul – kumpul supaya tidak jenuh, berbagi pengalaman dll.

Dalam pelaksaan ini, konselor menggunakan 2 tahapan, yakni:

(a) Mengenalkan tentang terapi muhasabah. Mengenalkan disini meliputi keutamaan bermuhasabah dan akibat apabila seseorang sama sekali tidak pernah melakukan muhasabah. Antara lain :

(1) Mengetahui aib sendiri

(2) Dengan bermuhâsabah, seseorang akan kritis pada dirinya dalam menunaikan hak Allah.

(3) Dengan Muhasabah akan membantu seseorang untuk muraqabah.

(4) Dengan muhasabah seseorang mampu memperbaiki hubungan diantara sesama manusia

(5) Terbebas dari sifat nifak sering mengevaluasi diri untuk kemudian mengoreksi amalan yang telah dilakukan merupakan salah satu sebab yang dapat menjauhkan diri dari sifat munafik.

(6) Dengan muhasabah akan terbuka bagi seseorang pintu kehinaan dan ketundukan di hadapan Allah.

(7) Manfaat paling besar yang akan diperoleh adalah keberuntungan masuk dan menempati Surga Firdaus

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

serta memandang Wajah Rabb Yang Mulia lagi Maha Suci.

Jadi dalam sesi ini yang aktif adalah konselor, konselor membuat sesi ini tidak dengan serius seperti halnya orang kajian, akan tetapi dengan santai sambil diselingi bahasan lain, sesekali klien juga menanggapi dan bertanya tentang apa yang tidak difahami dari kata – kata yang saya katakan, misalnya ketika saya mengatakan "melakukan muhasabah bisa sewaktu menjelang tidur, kita ingat – ingat apa saja yang dilakukan kita hari ini,apakah sudah baik, apakah sudah bermanfaat bagi orang lain,dll". Pada waktu itu konselor keceplosan mengatakan muhasabah, seharusnya konselor mengatakan intropeksi diri atau evaluasi diri. SK pun juga menanyakan dengan ekspresi wajah menunjukkan rasa penasaran, "muhasabah itu apa? Saya ini belum mengerti dengan kata – kata seperti itu", contohnya seperti itu.[50] Pertemuan pada sesi ini berakhir dan akan dilanjutkan dengan sesi berikutnya. Sebnarnya akan diteruskan akan tetapi klien terburu – buru menjemput anaknya yang kedua di sekolahnya yang berjarak 10 km dari rumahnya. Akhirnya klien pun segera pamit,

(b) Mengajak klien untuk menambah keimanan kepada Allah SWT.

[50] Hasil observasi pada tanggal 17 Desember 2017 di depan rumah konselor

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

Hari ini Jum'at, 22 Desember 2017, di desa Doko ini selalu mengadakan acara rutinan yang biasa disebut *yasinan* yang bertempat di rumah tetangga – tetangga dan akan digilir setiap seminggu sekali. Hari ini giliran di rumah SK, konselor selaku tetangga dari pagi juga membantu di rumah klien, disela – sela itulah konselor melanjutkan proses konseling yaitu membicarakn tentang kehidupan sosial yang berkaitan dengan bagaimana kita dapat mempertebal iman dan meningkatkanya.

Awalnya membicarakan masalah kesenjangan sosial, sebari konselor mengelap piring, konselor pun menyakan tentang kesenjangan yang mungkin pernah dirasakan oleh klien. Disini klien mengatakan bahwa pernah berseteru dengan salah satu tetangga yang disebabkan karena perbedaan pendapat, klien pun beberapa hari tidak melakukan komunikasi dengan tetangga itu. Setelah klien cerita panjang lebar, konselorpun mulai mengajak untuk berfikir positif dalam persepsi yang positif, konselor mengajak untuk mengembalikan semua masalah yang kita hadapi kepada yang membuat masalah dan yang menjadi gudangnya solusi yaitu Allah SWT. Makhluk Allah yang diberi cobaan dan ujian berarti makhluk tersebut akan diangkat derajatya. Klien pun setuju dan mengiyakan hal

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

tersebut. Waktu menunjukkan pukul 14.00 waktunya acara *yasinan* pun dimulai.

3) *Check* (Pemeriksaan)

Dalam sesi ini konselor mengajak berdiskusi mengenai hal apa saja atau perilaku apa saja yang terkandung dalam kata intropeksi diri untuk meningkatkan rasa empati, sebagai contoh, menjenguk tetangga yang sedang sakit, mematikan kompor gas ketika tetangga lupa mematikannya. Konselorpun sesekali meminta pendapat kepada klien guna melibatkan klien dalam proses ini, wlaupun klien tidak mengerti bahwasannya yang diteliti adalah ibu SK sendiri. Sesi ini dilakukan pada Minggu, 24 Desember 2017.

4) *Action* (Tindakan Perbaikan)

Pada tahap ini konselor melakukan sama halnya dengan sesi sebelumnya hanya saja pada tahap ini konselor meminta agar klien menuliskan atau mengungkapkan hal – hal yang dilakukan agar kesenjangan sosial dapat diminimalisir, konselor meminta hal tersebut karena kesenjangan yang dialami oleh klien sangatlah berkesinambungan dengan perilaku intropeksi diri untuk meningkatkan rasa empati.

Klien berpendapat bahwasannya "kemungkinan saya kurang dalam hal komunikasi dengan tetangga sekitar, karena memang tuntutan pekerjaan, saya harus berdomisili di kecamatan sebelah untuk mengikuti anak saya sekolah agar anak saya

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 jauh – jauh pulang ke rumah, ketika kegiatan malam hari pun bisa mudah pulang ke rumah saya yang di Wlingi (kontrakan)", selain komunikasi klien juga menyadari bahwasnnya karakter orang pasti berbeda satu dengan yang lainnya, memahami karakter rang tidak mudah dan perlu waktu dalam berproses. Konselor pun memberi tugas kepada klien dan diberi waktu satu minggu untuk merealisasikan apa yang telah diungkapkannya tadi. Walaupun tidak sempurna setidaknya ada niat dan ada perubahan sedikit mengenai hal tersebut. Dan konselor sangat bersyukur apabila dilakukan dengan sempurna setiap hari.

e. *Follow up*/

Follow up atau evaluasi disebut juga tindak lanjut untuk melihat sejauh mana program-program dan tindakan yang sudah dilaksanakan dan disepakati oleh konseli.

Dalam *Follow up* selain konselor melakukan observasi kembali setelah *treatment* dilakukan. Setelah melakukan *Treatment* kepada konseli, lalu konselor menanyakan kepada anaknya yang pertama terlebih dahulu, apakah ada perubahan lebih baik setelah dilakukan *Treatment* oleh konselor. Karena memang dari keluarga SK yang paling bisa diajak kompromi adalah anaknya yang pertama yang sekarang sedang duduk di bangku sekolah kebidanan di Nganjuk.

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

Sikap SK terhadap tetangga untuk masalah komunikasi sudah mulai dibiasakan, menyapa, saling menolong dll. Akan tetapi ketika anak – anaknya memperoleh keberhasilan, masih saja segera dibangga – banggakan dihadapan tetangga. Tidak satu kali dua kali, akan tetapi berkali – kali sangking bangga dengan anaknya.

Konselor tetap memantau SK meskipun tahap konseling sudah usai. Dengan menanyakan perkembangannya melalui tetangga terdekat yang sering diajak curhat ataupun cerita lain oleh SK.

B. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling dengan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar.

Dalam proses konseling yang telah dilakukan kepada keluarga SK dengan terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati yang digunakan untuk melakukan kontrak dalam memantau perkembangan SK. Maka dapat dikategorikan bahwa penelitian yang dilakukan konselor belum berhasil keseluruhan. Dari hasil wawancara, observasi, dan juga dari beberapa informasi baik saudara, maupun tetangga yang berdekatan dan yang sudah sangat akrab kebanyakan mereka mengatakan kalau keluarga ada perubahan dalam hal menyapa dan komunikasi akan dalam hal membangga – banggakan anaknya dan membicarakan biaya kuliah tetap dilakukannya. Berikut ini hasil penelitian yang dilakukan selama dua minggu terakhir yang dilakukan kepada SK.

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 3.2

Kontrak Perubahan Perilaku SK

No	Perilaku	Sebelum			Sesudah		
		T	K	S	T	K	S
1.	Menyapa tetangga ketika berpapasan	✓	-	-	-	✓	-
2.	Mengucapkan maaf jika merasa bersalah	✓	-	-	✓	-	-
3.	Datang ke acara hajatan tetangga	-	✓	-	-	-	✓
4.	Menjenguk tetangga yang sakit	✓	-	-	-	-	✓
5.	Tidak membangga banggakan anaknya di depan tetangga	-	✓	-	-	-	✓

Note: T= Tidak Pernah, K=Kadang, S=Selalu

Perubahan ibu tersebut mengarah pada cara tingkah laku antara klien terhadap tetangganya. Kontrak diatas salah satu cara untuk meningkatkan rasa empati dalam bertetangga.

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwasannya dalam bersosialiasi meningkat, akan tetapi dalam sikap membangga – banggakan anaknya masih dilakukan.

Dari hasil observasi dan wawancara dari tetangga sekitar, hal ini terjadi karena terdapat penyebab klien bersikap seperti itu, diantaranya:

a. Terlalu sibuk dengan dunianya sendiri.

b. Memiliki rasa bangga yang berlebihan

c. Merasa dapat melakukan semua pekerjaannya sendiri.

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

BAB IV

ANALISIS DATA

Menganalisis data diartikan sebagai upaya mengolah data menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data tersebut dapat dengan mudah dipahami. Sedangkan menurut Lexy J. Moleong, analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.[51]

A. Analisis Proses Pelaksanaan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Bertetangga di Desa Doko Kec. Doko Kab. Blitar

Berdasarkan penyajian data yang dilakukan oleh konselor selama proses konseling dan terapi. Konselor telah memenuhi dan melakukan langkah-langkah yang dimulai dari Identifikasi Masalah, Diagnosis, Prognosis, *Traetment* dan *Follow up* atau evaluasi, sebagaimana metode yang dilakukan yaitu metode Penelitian Kualitatif.

Pada langkah pertama yakni mengumpulkan data dengan cara mencari informasi melalui tetanga, saudara, dan dari pihak keluarga sendiri. Setelah konselor mengumpulkan data maka konselor mengetahui gejala-gejala yang muncul pada diri konseli, dan faktor-faktor yang menyebabkan gejala tersebut timbul.

[51] Iqbal Hasan, Analisis Data Penelitian dengan Statistik, (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2004), hal. 29.

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

Langkah kedua yakni konselor memberikan penilaian terhadap gejala – gejala yang SK alami dan menetapkan jenis masalah tersebut. Jadi, konselor melakukan diagnosis melalui idetifikasi masalah. Diketahui bahwa klien kurang bisa memikirkan bagaimana posisi orang lain dengan cara menceritakan semua yang terjadi didalam kehidupan klien, dari segi kehebatan anak sampai biaya menguliahkan anak. Dengan posisi lingkungan klien mayoritas pendidikan sampai tingkat Sekolah Menengah Pertama.

Langkah keempat yaknik proses pelaksanaan *Treatment* oleh konselor. Treatment ini untuk meningkatkan rasa empati ibu SK dalam bertetangga. Konselor menginginkan ibu SK ini mengurangi sikap membangga – banggakan anak dalam keberhasilannya, memamerkan kampus anaknya, dll.

Langkah terakhir yakni mengevaluasi Proses Konseling dan Treatment yang diberikan kepada Ibu SK. Setelah melakukan evaluasi, Konselor telah menjalankan tahap-tahap konseling dan terapi sesuai dengan apa yang ada didalam prognosis dan teori yang ada.

Tabel 4.1

Perbandngan teori dengan proses pelaksanaan di lapangan secara langsung

No	Data Teori	Data Empiris
1.	Identifikasi Masalah Langkah dimana mengumpulkan data dari	Konselor mengumpulkan data, info-informasi dari tetangga, dan anak dari ibu SK. Informasi yang didapat bahwasannya

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

	berbagai informan	SK memang sangat terkenal disiplin dalam segala hal, YL anak pertama pernah mengakui merasakan keberatan jika harus diurus dari bangun tidur sampai tidur lagi, dituntut begini begitu. Giliran semuanya sudah dituruti, berhasil dan di bangga – banggakan di depan tetangga – tetangga. Menceritakan keberhasilan, memui anaknya dan juga menceritakan berbagai kegiatan yang diikuti oleh anak – anaknya di depan tetangga yang tidak sama dalam segi pendidikan.
2.	Diagnosa Gejala-gejala permasalahan	Dari hasil identifikasi tersebut bahwasanya SK kurang berempati terhadap tetangga, kurang memahami bagaimana posisi orang lain dalam bidang pendidikan. Pemahaman yang kurang benar terhadap sikapnya, SK mengira sikapnya bukan membangga – banggakan, akan tetapi sikap itu sebuah berbagi pengalaman.
3.	Menjelaskan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan	Jenis menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosis yaitu *Terapi Muhasabah.* Konselor memilih teknik ini, karena dari

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

	konseli.	hasil identifikasi tersebut terdapat rasa intropeksi dan kesadaran yang kurang dalam bersosial. Konselor mengambil terapi ini berdasarkan pendapat dari Muhammad Al – Ghazali bahwasannya terapi Muhasabah fokus kepada 3 hal, yakni : (1) mengenal diri sendiri, (2) menjaga akhlak baik, dan (3) menghilangkan akhlak buruk. Dikolaborasikan dengan Teori Eksistensial Humanistik yang berfokus kepada kesadaran diri.
4.	Terapi atau Treatment Proses pemberian bantuan terhadap klien berdasarkan prognosis.	Proses ini ada 4 Tahapan yang terkumpul dalam kata PDCA sebagai berikut: Tahap 1: *Planning* (Perencanaan) *Planning* (Perencanaan) ini bertujuan untuk membuat kontrak kesepakatan terapi konseling yang akan dilakukan dan menjelaskan tentang tujuan di adakanya konseling. Hal ini tidak dapat dilakukan secara terang – terangan kepada klien, karena klien adalah salah satu orang yang tidak mau dijadikan bahan penelitian seperti halnya pada pengalaman konselor didalam

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

		mata kuliah konseling perkawinan, jadi konseling ini dibuat seakan – akan konselor meminta bantuan klien untuk meneliti orang lain, setelah klien menyanggupi hal tersebut setelah itu membuat kontrak untuk melakukan konseling dalam beberapa hari dan menjelaskan niatan untuk melakukan kegiatan konseling. Tahap 2: *Do* (Pelaksanaan) Dalam sesi ini proses konseling yang aktif adalah konselor, di dalam tahap pelaksaan ini, konselor memecah kembali menjadi 2 tahap yakni mengenalkan kepada klien tentang terapi muhasabah dan yang kedua mengajak untuk menambah keimanan kepada Allah SWT. Tahap 3: *Check* (Pemeriksaan) Dalam tahap ini konselor menanyakan hal apa yang berkaitan dengan intropeksi diri seperti menjenguk tetangga yang sedang sakit, mematikan kompor gas ketika tetangga lupa mematikannya . Dalam sesi ini di lakukan dengan tujuan agar SK mempunyai greget untuk meningkatkan rasa

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

		empatinya terhadap tetangga – tetangga termasuk mengurangi kebiasaan dalam menceritakan kehebatan anak – anaknya. Tahap 4: *Action* (Tindakan Perbaikan) Dalam tahap ini konselor melibatkan klien yaitu dengan meminta tolong kepada klien untuk menuliskan hal apa saja yang haru dilakukan agar dapat meminimalisir kesenjangan dalam bertetangga.
5.	Evaluasi atau *Follow up*	Evaluasi/ *Follow up* yaitu melihat perubahan yang terjadi setelah melakukan proses konseling dengan *Terapi Muhasabah*. Tahapan ini tindak lanjut setelah proses konseling telah disepakati apakah ada perubahan atau tidak. Perubahan dalam terapi ini yakni: klien lebih ringan dalam menyapa tetangga, akan tetapi kebiasaan tidak menceritakan keberhasilan anak yang belum bisa dihilangkan, hal ini terbkti berdasarkan laporan dari tetangga – tetangga ketika berbincang – bincang di teras.

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. Analisis Data Hasil Proses Konseling Menggunakan Terapi Muhasabah untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Bertetangga di Desa Doko Kec. Doko Kab. Blitar

Untuk lebih jelasnya. Analisis tentang hasil akhir proses pelaksanaan konseling yang dilakukan dari awal konseling hingga tahap – tahap akhir konseling, apakah ada perubahan yang terjadi dikehidupan keluarga ibu SK antara sebelum dan sesudah dilaksanakan proses konseling. Konselor sekaligus peneliti mencari informasi tersebut melalui tetangga samping rumah dan mencari informasi melalui keluarga konseli. Informasi tesebut digali dengan cara wawancara yaitu observasi terhadap konseli untuk menemukan perubahan pada konseli.

Adapun hasil observasi yang dilakukan konselor baik sebelum dan sesudah proses konseling sebagai berikut: kondisi awal sebelum dilakukannya proses konseling, klien yang berinisial SK jarang sekali menyapa tetangga, karena selalu sibuk dengan urusannya, dengan begitu otomatis membaur dengan tetanggapun jarang. Sebelum proses konseling dilakukan kondisi yang kedua klien adalah selalu membangga – banggakan anak – anaknya ketika mereka mendapatkan keberhasilan. Setelah melakukan proses konseling dengan 4 tahap yamg tertera dalam huruf PDCA *(Planning, Do, Check, Action)* ada perubahan dalam hal bersosialisasi. Akan tetapi dalam hal membicarakan masalah pendidikan dan keberhasilan anak masih belum bisa berubah.

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

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang diakukan, peneliti telah menjelaskan masalah beserta proses penyelesaian dalam beberapa bab sebelumnya. Untuk memberikan kemudahan bagi pembaca, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Proses Konseling terapi muhasabah untuk meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam hidup bertetangga, konselor melakukan langkah identifikasi, diagnosis, prognosis, treatment dan follow-up. Dalam memberikan bantuan terhadap konseli, konselor menggunakan *terapi muhasabah* juga menggunakan teknik yang ada dalam konseling tersebut. Ada 4 tahapan dalam proses ini: tahap yang pertama yakni Planning (Perencanaan), tahap kedua yakni Do (Pelaksanaan). Dalam pelaksanaan ini dipecah menjadi 2 tahap, yaitu tahap memperkenalkan diri kepada konseli mengenai pengertian terapi Muhasabah, keuntungan bermuhasabah. Selanjutnya tahap ketiga yakni Check (Pemeriksaan) dan tahap yang terakhir yaitu Action (Tindakan Perbaikan).
2. Setelah dilaksanakan proses konseling dengan menggunakan terapi muhasabah yang terletak di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar. Dalam proses konseling ini ada beberapa perubahan yang terjadi didalam diri SK. Perubahan tersebut yakni menyapa tetangga sekitar. Akan tetapi untuk meningkatkan rasa empati seperti halnya 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

membicarakan anak – anaknya dalam dunia pendidikan terhadap tetangga sekitar belum meningkat.

B. SARAN

Setelah melakukan penelitian dengan serangkaian bentuk kegiatan yang bermacam-macam, terdapat beberapa hal yang harus disampaikan oleh peneliti dalam bentuk saran agar penelitian ini menjadi lebih baik dan lebih kontributif bagi semua kalangan yang membutuhkan.

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis berharap kepada peneliti selanjutnya agar lebih menyempurnakan hasil penelitian, yang tentunya merujuk kepada hasil penelitian yang sudah ada dengan harapan supaya penelitian yang akan dihasilkan nantinya dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Bapak Kepala Dusun untuk sesekali melakukan sosialisasi di Dusunnya, guna menyalurkan ilmu. Sosialisasi bisa berupa materi yang berisi tentang kehidupan bermasyarakat, agar setidaknya ada gambaran untuk berkehidupan masyarakat secara baik, kalaupun ada masalah, dapat mengatasi dengan kepala dingin.
2. Bagi para ibu rumah tangga disarankan untuk selalu berfikir sebelum bertindak, apalagi perempuan, tingkat sensitifnya melebihi laki – laki. Sadar akan kehidupan sosial, semampu – mampunya kita hidup, kita tidak akan bisa berdiri sendiri. Kita pasti membutuhkan orang lain, oleh karena itu diharapkan agar belajar sedikit demi sedikit untuk saling menjaga perasaan orang lain.

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

3. Bagi para orang tua disarankan untuk tidak memperlakukan anak dengan cara yang kasar, agresif dan dengan nada suara yang tinggi. Karena hal tersebut dapat dicontoh dan dilakukan oleh anak ketika berada di sekolah terhadap teman-teman atau orang disekitarnya. Bahkan bisa sampai di masyarakat.
4. Bagi para mahasiswa dan umum serta para peneliti selanjutnya agar mempelajari ilmu muhasabah (mengevaluasi diri), dengan cara mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari agar dapat menebarkan aura yang positif terhadap lingkungan di sekitarnya. Karena manfaat bermuhasabah tidak hanya untuk diri sendiri, akan tetapi bisa dirasakan masyarakat sekitar. Dan dapat membawa seseorang agar menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya, serta mengantarkan kita pada kesuksesan baik di dunia maupun di akhirat.

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

DAFTAR PUTAKA

Al-Ghazali Imam, 2003, *Ringkasan Ihya" Ulumudin*, Surabaya : Citamedia Press

Al-Ghozali Imam, 2008, Ringkasan Ihya' Ulumuddin, Jakarta Timur : Akbar Cet I

Ali Ahmadi, 1992, *Psikologi Umum*, Surabaya : Bina Ilmu

Al-'Ulyaw Shalih, 2007, Muhâsabah (Introspeksi diri), Terj. Abu Ziyad. (Maktab Dakwah Dan Bimbingan Jaliyat Rabwah

Arikunto Suharsimi, 2013, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta

Corey Gerald, 2013, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, Badung : Refika Aditama, 2013

D. Goleman, 2007, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Davi Bya Asfa, 2006, *Jejak Langkah Mengenal Allah*, Jakarta : Maghfirah Pustaka

Davis, M.H, *Measuring Individual Differences In Empaty* , Jornal Of Personality And Social Psychology. Vol 44 No 1

Faziah Nailul, 2014, *Empati, Persahabatan, dan Kecerdasan Adversitas pada Mahasiswa yang Sedang* Skripsi, Semarang : Jurnal Psikologi Undip Vol. 13No. 1

Gulen Fathullah, 2001, *Kunci – Kunci Rahasia Sufi*,Jakarta : Raja Grafindo Persada

Hadziq Abdullah, 2005, *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, Semarang: Rasail

Hans Wehr, 1966, A Dictionary of Modern Written Arabic, London: Allen dan Unwin, 1966

Hens. Wehr, 1971, *A.Dictionary of Modern Written Arabic*, London : Weisbaden Otto Harrassowitz

Hurlock E. B, 1978, *Perkembangan Anak Jilid 1*, Edisi Keenam, Jakarta : Erlangga

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

Ihrom, 2004, *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*, Jakarta : Yayasan Obor Indonesia

Iqbal Hasan, 2004, *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*, Jakarta : PT. Bumi Aksara,

Lumongga Lubis Namora, 2011, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Prkatek* Jakarta: Prenada Media Group

M. Al kali Asad, 1989, Kamus Indonesia-Arab, Jakarta: Bulan Bintang

Prasetyaningrum Silfiasari Susantri, 2007, *Empati dan Pemaafan dalam Hubungan Pertemanan Siswa Reguler kepada Siswa Berkebutuhuan Khusus (ABK) di Sekolah Inklusif*, (Malang , Jurnal Psikologi Vol. 05 No. 01

Puji Untari Puji, 2014, *Hubungan Antara Empati dengan Sikap Pemaaf pada Remaja Putri yang Mengalami Kekerasan dalam Berpacaran*, Samarinda, E journal Psikologi, Vol 2 No. 02

Putu Ayu Widya Ningsih Luh, 2014, *Penerapan Konseling Eksistensial Humanistik Dengan Teknik Meditasi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Kelas x TITL 3 SMK NEGERI 3 Singaraja*,E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan dan Konseling Volume :2 No. 1

Salahuddin Anas, 2010, *Bimbingan dan Konseling* Bandung: Pustaka Setia

Shahilatul Arasy Siti, 2014, "*Urgensi Muhasabah (Intropeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma"anil Hadist)"*, Skripsi : Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Shalic Reivich K, 2002, A, *The Reselience Faktor*, New York : Broadway Book

Siti Shahilatul Arasy Siti, 2014, "*Urgensi Muhasabah (Intropeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma"anil Hadist)"*, (Skripsi : Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Susanti Romia, 2001, *Keefektifan Penggunaan Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP*, Skripsi : Jurusan Bimbingan dan Konseling & Psikologi Unversitas Malang

Syukur Amin, 2006, Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan), Yogyakarta: LPK-2, Suara Merdeka

Taufik, 2012, *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*, Jakarta : Raja Grafindo Persada

Warson Munawir Ahmad, 1984, *Al- Munawir Kamus Arab-Indonesia*,Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawi

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