BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini sering kita menyaksikan tayangan yang disuguhkan oleh infotaiment tentang selebriti yang mengalami perceraian. Perceraian berarti putusnya hubungan perkawinan secara hukum, lazimnya disertai oleh penyesuaian kembali kehidupan biologis, psikologis, sosial dan finansial.[1] Kasus kawin cerai begitu marak dikalanga selebriti tanah air, dahulu perceraian merupakan hal yang sangat tabu bahkan ironis sekali jika terdapat seorang wanita yang menggugat cerai suaminya. Jika budaya kawin cerai itu dilakukan oleh orang-orang barat itu merupakan hal yang biasa, namun jika hal semacam itu terjadi dilakukak di Negara tercinta ini bukanlah hal yang biasa mengingat Negara kita termasuk Negara yang sopan dalam menjadi tradisi budaya termasuk dalam hal pernikahan.

Pernikahan dalam islam adalah suatu ikatan yang kuat dengan perjanjian yang teguh yang ditetapkan diatas landasan niat untuk bergaul dengan suami isteri dengan abadi. Kebahagiaan pernikahan dapat diukur dari sejauhmana upaya pasangan suami isteri dapat mewujudkan aspek-aspek yang terkandung didalamnya, yaitu memiliki pengetahuan tentang pasangannya, memelihara rasa suka dan duka pada pasangannya, mampu

[1] Andi Mappiare AT, *Kamus Istilah Konseling dan Psikoterapi,* (Jakarta : PT Raja Grafindo, 2006), Hal 20

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

memecahkan masalah, dan menciptakan makna bersama didalam pernikahannya. Ntara suami istri dituntut adanya sikap saling pengertian satu dengan yang lain.suami harus mengerti keadaan istrinya begitu juga istri harus mengerti keadaan suaminya.[2]

Siapapun yang pernah bercerai, ia menyimpan sesuatu dalam lubuk hatinya, yaitu luka-luka penderitaan emosional yang mungkin tidak tersembuhkan dengan pengobatan batin biasa. Luka-luka itu demikian membekasnya akibatnya sering di alami oleh anak-anak mereka. Orang tua kerapkali terlalu tenggelam dalam persoalan sendiri, sehingga mereka lupa pada penderitaan anak-anaknya. Sering terjadinya pergolakan dari keributan yang dapat menimbulkan perceraian.[3]

Perceraian dapat menimbulkan guncangan psikologis pada anak-anak dan menghalangi mereka dalam perlindungan, kasih sayang, dan perhatian dari seorang bapak atau seorang ibu. Sudah jelas, bahwa sebuah keluarga yang bercerai, baik perceraian itu dilakukan atas dasar kemauan sendiri atau paksaan, niscaya didalamnya melahirkan penyimpangan dan pelanggaran dalam bentuk yang jelas. Semua hasil penelitian menunjukan bahwa 70% dari remaja yang melakukan penyimpangan dan kenakalan adalah mereka yang tumbuh dilingkungan kelurga yang bercerai.[4]

---

[2] Undang-Undang Pernikahan Indonesia, WIPRES, 2007, hal 1-2

[3] Singggih D. Gunars, *Psikologi Perkembangan Anak-anak Remaja*, (Jakarta: Bpk Gunung Mulia),

[4] Butsainah, As-Sayyid Al-Iraqi, *Menyingkap tabir perceraian*, (Jakarta : Pustaka Al-Sofwa, 2005), Hal 13

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 penyebab perceraian adalah banyak dan bermacam-macam, perceraian terkadang terjadi secara tiba-tiba karena sebab yang sepele yang muncul ketika kebencian, kecurigaan dan perselisihan mencapai klimaks.

Kebahagiaan pernikahan dapat diukur sejauhmana upaya pasangan suami istri dapat mewujudkan aspek-aspek yang ada didalamnya, yaitu memiliki pengetahuan tentang pasanganya, memelihara rasa suka dan kagum kepada pasanganya, saling mendekati, menerima pengaruh dari pasanganya, mampu memecahkan masalah, dan menciptakan makna bersama didalam pernikahanya. Antara suami istri dituntut adanya sikap saling pengertian satu dengan yang lain, suami harus mengerti tentang keadaan istri, demikian juga sebaliknya

Perceraian adalah berpisahnya dua orang insan (antara laki-laki dan perempuan) yang sebelumnya sudah ada perjanjian atau akad nikah.[5] Adapun dalam hukum islam, perceraian adalah melepaskan ikatan nikah dari pihak suami dengan mengucapkan lafadz tertentu, misalnya suami berkata pada isterinya "engkau telah ku talak" dengan ucapan ini ikatan nikah menjadi lepas, artinya suami isteri telah bercerai.[6]

Perceraian adalah berpisahnya dua orang insan (antara laki-laki dan perempuan) yang sebelumnya sudah ada perjanjian atau nikah.[7] Perceraian

[5] Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam*, (Bandung: Sinar Baru Agesindo, 1996), hal 401
[6] H. Rifa'I, Mata Pelajaran Fiqih Jilid 1, (Semarang: CV. Wicaksana, 1994), hal 188
[7] Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 1996), hal 401

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

merupakan pengakhiran ikatan perkawinan. Perceraian sedikit banyak akan mempengaruhi lingkungan masyarakat.[8]

Perceraian merupakan akumulasi dari kegagalan pasangan dalam dalam menyatukan perbedaan diantara keduanya. Gagalnya menyatukan perbedaan ini biasanya akan menbentuk pribadi berbeda diantar pasangan yang semakin memicu konflik, pada tingkat akut, maka perceraianlah jalan terakhir yang harus diambil oleh pasangan.

Dalam setiap percerain pastinya akan menimbulkan dampak yang tidak baik bagi keduanya, bahkan anak-anaknya. Kaum wanita biasanya selalu di cap sebagai kaum yang paling dirugikan dalam setiap perceraian seperti halnya seorang istri akan mengalami depresi pasca perceraian karena setelah bercerai istri akan merasa sedih dan berhenti melakukan interaksi dengan orang lain, dan butuh waktu yang lama bagi seorang istri untuk bisa menerima laki-laki lain untuk menjadikanya sebagai pendamping hidupnya lagi.

Bagi pasangan suami istri, perceraian merupakan goncangan-goncangan yang menggoreskan luka batin yang dalam. Tidak sedikit dari pasangan suami istri yang mengalami anxiety (kecemasan) ketika sedang mengalami perceraian.

Karakteristik utama pada gangguan kecemasan umum adalah perasaan cemas dan takut yang berlangsungan secara terus menerus serta tidak dapat dikendalikan, perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

---

[8] G. Kartasapoetra dan L.J.B Kreimers, *psikologi Umum* (Jakarta : BINA AKSARA JAYA, 19987), hal. 96

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-individu yang tergolong normal kadang mengalami kecemasan yang Nampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental.

Gejala gangguan tersebut meliputi kesulitan untuk beristirahat, kesulitan untuk berkonsentrasi, perasaan tegang yang berlebihan, gangguan tidur, dan kecemasan yang tidak diinginkan. Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya : jari-jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak. Gejala yang bersifat mental : ketakutan, merasa aka nada timpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tentram, ingin lari dari kenyataan.

Kecemasan tersebut timbul akibat rasa sakitnya perceraian, perceraian merupakan akumulasi dari kekecewaan yang berkepanjangan yang disimpan dalam alam bawah sadar individu. Adanya batas toleransi pada akhirnya menjadikan kekecewaan tersebut muncul ke permukaan dan kemudian keinginan untuk bercerai begitu mudah ketika diantara pasangan suami istri guncangan emosi, maka mereka membutuhkan orang-orang yang bisa memberikan dukungan baginya, orang-orang yang biasanya memberikan dukungan adalah keluarga, teman, tetangga dan teman sejawat. Mereka adalah orang-orang yang dapat memberikan kekuatan untuk mengatasi dan keberanian untuk melanjutkan hidup.

Dan kecemasan ini pula yang dirasakan oleh setiap orang istri yang mengalami perceraian karena itu peneliti memutuskan untuk meneliti tentang kecemasan seorang istri pasca bercerai di Desa Bolo Ujungpngkah Gresik.

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 data-data yang ditemukan oleh peneliti tentang banyaknya pasangan yang bercerai sekitar kurang lebih 35 orang yang bercerai maka dari itu penelti sangatlah tertarik untuk mengambil Judul penelitian yaitu "Pengaruh Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan pada Istri Pasca Bercerai di Desa Bolo Kecamatan Ujungpangkah Kabupaten Gresik" karena itu peneliti menemukan banyaknya pasangan suami istri yang telah bercerai dan itupun sangatlah berbeda-beda penyebabnya dan peneliti menggunakan konseling realitas untuk menangani kecemasan pada istri yang mengalami kecemasan pasca bercerai tersebut, dengan menggunakan konseling realitas peneliti berharap klien tersebut agar tidak merasa cemas lagi karena harus bercerai dengan suaminya dan bisa menghidupi dirinya dan keluarganya sendiri meskipun tanpa adanya seorang suami disisinya lagi. Adapun populasi dari peneliti ini adalah sebagian orang istri yang mengalami perceraian di Desa Bolo Kecamatan Ujungpangkah Kabupaten Gresik yang berjumlah kurang lebih 35 orang dikarenakan 35 orang perempun yang mengalami perceraian tersebut adalah termasuk seorang perempuan atau seorang istri yang mengalami kecemasan setelah bercerai dengan suaminya.

Berdasarkan fenomena tersebut dan perlunya motivasi untuk mengubah masalah ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang ***Pengaruh Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Istri Pasca Bercerai Di Desa Bolo Ujungpangkah Gresik*** dengan tujuan untuk memberikan motivasi dan juga bisa mengukur seberapa besar kecemasan yang diderita atau dialami oleh istri-istri yang mengalami kegagalan dalam

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

rumahtangganya dan juga mengalai kecemasan pasca bercerai dengan suaminya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diambil suatu perumusan masalah adalah sebagai berikut :

1. Adakah Pengaruh Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Istri Pasca Bercerai di Desa Bolo Ujungpangkah Kabupaten Gresik ?

C. Tujuan Masalah

Dalam uraian rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan istri pasca bercerai di desa bolo ujungpangkah gresik.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis bagi para pembaca, antara lain sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan pemikiran pembaca pada umumnya dan khususnya bagi mahasiswa yang berkecimpung dalam bidang konseling Islam tentang permasalahan pada keluarga

   Memberikan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti lain dalam bidang bimbingan dan konseling Islam tentang pengembangan terapi realitas dalam mengurangi kecemasan pada istri pasca bercerai.

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

Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca dan jurusan bimbingan konseling islam mengenai bimbingan konseling Islam terhadap kecemasan.

2. Secara Praktis

a. Bagi konselor

Dengan memahami pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan kepada seorang istri pasca bercerai, maka konselor diharapkan dapat memberikan motivasi-motivasi untuk para istri yang mengalai kecemasan setelah bercerai agar para istri-istri tersebut tidak merasa cemas lagi meskipun harus menghidupi keluarganya dengan sendirian.

b. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian tentang pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan istri pasca bercerai, maka bisa melanjutkan penelitian tetapi harus yang lebih baik lagi dari ini dan bisa sangat memuaskan. Dan juga diharapkan membantu memecahkan masalah yang berkaitan dengan kecemasan pada seorang istri pasca bercerai. Dan juga bisa menjadi bahan pertimbangan bagi penelitian yang akan datang dalam melaksanakan tugas penelitian.

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

E. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitan ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena data yang peneliti ambil dalam bentuk angka akan diproses secara statistik. Dan dideskripsikan secara deduksi yang berangkat dari teori-teori umum, lalu dengan observasi untuk menguji validitas keberlakuan teori tersebut ditariklah kesimpulan. Kemudian di jabarkan secara deskriptif, karena hasilnya akan kami arahkan untuk mendiskripsikan data yang diperoleh dan untuk menjawab rumusan masalah.

Sedangkan jenis penelitiannya berdasarkan tempat adalah penelitian lapangan (*field research*) dan studi pustaka. Studi pustaka digunakan untuk melakukan pengumpulan data dari berbagai literatur yang berkaitan dengan masalah yang dibahas dalam skripsi ini. Penelitian lapangan (*field research*) digunakan pengumpulan data dari objek penelitian, baik berupa data kuantitatif maupun data kualitatif yang diperlukan, dan jenis penelitian berdasarkan tekniknya adalah *Survey Research* (Penelitian Survei), karena tidak melakukan perubahan (tidak ada perlakuan khusus) terhadap variabel yang diteliti.

2. Populasi, Sample, dan Teknik Sampling

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas, obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu 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

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya.[9]

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah istri yang mengalami perceraian di Desa Bolo Kecamatan Ujungpangkah Kabupaten Gresik yang berjumlah 35 orang istri yang mengalami kecemasan pasca bercerai, yang tersebar di 6 RW yaitu : 6 orang di RW I, 6 orang di RW II, 5 orang di RW III, 5 orang di RW IV, 6 orang di RW V, dan 7 orang di RW VI.

b. Sample

Sebelum penulis menentukan sampel, maka perlu adanya pemahaman tentang sampel itu sendiri, untuk itu disini penulis akan memberikan pengertian tentang sampel itu sendiri menurut para pakar.

Menurut Marzuki, "Sampel adalah sebagian individu-individu yang diselidiki".[10]

Sedangkan menurut Djawanto PS. dan Pangstu Subagyo sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya hendak diselidiki, dan dianggap bisa mewakili keseluruhan populasi (jumlahnya lebih sedikit dari pada jumlah keseluruhannya).[11]

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, bila populasi besar, maka peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga, dan waktu. Maka peneliti dapat

[9]Sugiono, *Metode Penelitian Administrasi*, Bandung: CV. Alfa Beta, 1998, 57
[10] Marzuki, *Metodologi Riset*, Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UI, 1995, 41
[11] Djawanto PS dan Pangestu Subagyo, *Statistik Induktif* ,Yogyakarta: BPFE, 1990, 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

menggunakan sample yang diambil dari populasi itu. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul mewakili.

Sample dalam penelitian ini adalah penduduk desa Bolo Ujungpangkah Gresik yang mengalami kecemasan pasca bercerai yang sebanyak 35 responden, jadi sampel untuk penelitian ini adalah 35 istri yang mengalami kecemasan setelah bercerai dengan suaminya

c. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sample dalam penelitian ini menggunakan *sampling jenuh*, yaitu teknik pengambilan sampling dengan cara mengambil sample pada semua populasi. Hal ini digunakan oleh peneliti karena populasi yang akan diteliti berjumlah sedikit kurang dari 100.[12]

3. Variable dan Indicator Penelitian

Variabel diartikan sebagai obyek penelitian, atau yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.[13] Menurut Sumadi Suryabrata, variabel diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi obyek pengamatan penelitian. Sering pula dinyatakan variabelpenelitian itu sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau segala yang akan diteliti.[14]

Variabel adalah gejala bervariasi, sedangkan gejala merupakan objek penelitian, berarti variabel adalah obyek penelitian yang bervariasi. Adapun pengertian variable adalah objek penelitian, atau apa yang

[12] Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2013), hal 80-85

[13] Suharsimi Arkunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hal. 99.

[14] Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*(Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), hal. 25.

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

menjadi titik perhatian suatu penelitian. Dalam penelitian ini ada dua variable yaitu :

a. Variable Bebas *(Independent Variable)*

Variabel bebas adalah variabel tunggal yang berdiri sendiri yang tidak dipengaruhi variabel yang lain. Dalam penelitian ini, peneliti menjadikan.

Variable X adalah Konseling Realitas, maka indikoator Variable X yaitu pelaksanaan Konseling Realitas, diantaranya yakni :

1) Menerima kenyataan sekarang
2) Tanggung Jawab

b. Variable Terikat *(Dependent Variable)*

Variabel terikat yaitu variable yang dipengaruhi oleh variabel lain. Variable ini ditandai dengan symbol Y yang akan dipengaruhi Variable X.

Variable Y adalah Kecemasan, maka indicator variable Y yaitu Kecemasan, diantaranya yakni :

1) Perasaan cemas
2) Gangguan tidur
3) Tegang

4. Definisi Operasional

Dalam penelitian yang berjudul " *Pengaruh Konseling Realitas Untuk Menurunkan Kecemasan Istri Pasca Bercerai Di Desa Bolo*

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

Ujungpangkah Gresik " peneliti merasa perlu memperjalas beberapa istilah yang terkait dengan judul diatas diantaranya adalah :

1. Terapi Realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Tujuan terapi ini ialah membantu seseorang untuk mencapai otonomi.

Terapi Realitas adalah suatu bentuk modifikasi tingkah laku karena dalam penerapan-penerapan institusionalnya, merupakan tipe pengkondisian operan yang tidak ketat. Glasser mengembangkan terapi realitas dan meraih popularitasnya karena berhasil menerjemahkan sejumlah konsep modifikasi tingkah laku ke dalam model praktek yang relatif sederhana dan tidak berbelit-belit.

Menurut Glasser basis dari terapi realitas adalah membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencangkup "kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kkebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik bagi diri kita sendiri maupun bagi oaring lain".

Pandangan tentang sifat manusia mencakup pernyataan bahwa suatu "kekuatan pertumbuhan" mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Penderitaan pribadi bisa diubah

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

hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubaha cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya, maka merekapun bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas tergantung pada perubahan tingkah laku.

Maka jelaslah bahwa terapi realitas yidak berpijak pada filsafat deterministik tentang manusia, tetapi dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Perinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing orang memilkiki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Tampaknya, orang menjadi apa yang ditetapkannya.

2. Kecemasan

Kecemasan merupakan sinyal yang menyadarkan seseorang, akan adanya bahaya yang akan mengancam dan kemungkinan seseorang mengambil tindakan guna mengatasi ancaman tersebut. Secara subyektif, kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak nyaman, sehingga perasaan tersebut inginnya secepatnya secepat-cepatnya dihalau. Secara obyektif, kecemasan merupakan suatu pola psikobiologik yang mempunyai fungsi pemberitahuan (alarm) akan adanya bahaya, sehingga membutuhkan perencanaan tindakan yang efektif dalam bentuk usaha penyesuaian diri terhadap trauma psikik, psikis dan juga konflik.

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 gejala kecemasan yang tampak pada istri yang telah bercerai dengan suaminya yaitu: dia sering merasa bingung, merasa was-was tidak ada yang memberikan nafkah lagi bagi dia dan juga anaknya, mudah tersinggung dengan perkataan orang, dan jantung berdebar-debar ketika dia bercerita dan membahas tentang anak-anaknya.[15]

Jadi yang dengan menggunakan konseling realitas dalam menangani kecemasan adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok agar mencapai apa yang diinginkan serta kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat, maka konselor menggunakan konseling realitas yang mana difokuskan pada tingkah laku sekarang dalam mengenali kebutuhan-kebutuhan dasar psikologis agar mampu bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari tingkah lakunya dalam hal kecemasan yang menunjukkan keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

3. Perceraian

Perceraian adalah berpisahnya dua orang insan (antara laki-laki dan perempuan) yang sebelumnya sudah ada perjanjian atau akad nikah.[16] Adapun dalam hukum islam, perceraian adalah melepaskan ikatan nikah dari pihak suami dengan mengucapkan lafadz tertentu, misalnya suami berkata pada isterinya “engkau telah ku talak” dengan

[15] Mif Baihaqi Dkk, *Psikiatri* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2005), hal. 113-114.

[16] Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam,* (Bandung: Sinar Baru Agesindo, 1996), hal 401

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

ucapan ini ikatan nikah menjadi lepas, artinya suami isteri telah bercerai.[17]

Perceraian adalah berpisahnya dua orang insan (antara laki-laki dan perempuan) yang sebelumnya sudah ada perjanjian atau nikah.[18] Perceraian merupakan pengakhiran ikatan perkawinan. Perceraian sedikit banyak akan mempengaruhi lingkungan masyarakat.[19]

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai *sumber* dan berbagai *cara*. Bila dilihat dari *setting*-nya, data dapat dikumpulkan pada setting alamiah (natural setting), pada laboratorium dengan metode eksperimen, di rumah dengan berbagai responden, pada suatu seminar, diskusi, di jalan dan lain-lain. Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan *sumber primer*, dan *sumber sekunder*.

Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, dan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data. Misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen. Selanjutnya bila dilihat dari segi cara atau teknik pengumpul data, maka teknik pengumpul data dapat dilakukan dengan *interview* (wawancara), *kuesioner* (angket), *observasi* (pengamatan), dan gabungan ketiganya.

---

[17] H. Rifa'I, Mata Pelajaran Fiqih Jilid 1, (Semarang: CV. Wicaksana, 1994), hal 188
[18] Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 1996), hal 401
[19] G. Kartasapoetra dan L.J.B Kreimers, *psikologi Umum* (Jakarta : BINA AKSARA JAYA, 19987), hal. 96

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 pengumpulan data adalah bagian instrument pengumpulan data yang menentukan berhasil atau tidaknya suatu penelitian. Kesalahan penggunaaan teknik pengumpulan data atau teknik penggunaan data yang tidak digunakan semestinya berakibat fatal terhadap hasil-hasil penelitian yang dilakukan.[20]

Untuk memperoleh data di atas, maka teknik pengumpulan data yang dipakai adalah:

a. Interview

Interview atau wawancara adalah suatu bentuk komunikasi verbal semacam percakapan yang bertujuan mencari informasi.[21]

Dalam hal ini Sutrisno Hadi memberi batasan bahwa interview dapat dipandang sebagai metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak atau lebih yang dikerjakan dengan sistematis dan berlangsung berdasarkan pada tujuan penelitian.[22]

Metode ini digunakan untuk memperoleh informasi tentang kecemasan terhadap seorang istri yang pasca bercerai di desa bolo kecamatan ujungpangkah gresik

b. Angket

Angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui formulir-formulir berisi pertanyaan yang diajukan secara

[20] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Kencana, 2009), hal. 123.
[21] S.Nasution MA, *Metodologi Research*, Bumi Aksara: Jakarta, 1996,133
[22] Sutrisno Hadi, MA, *Metodologi Research II*, 93

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

tertulis pada seseorang atau sekumpulan orang untuk mendapatkan jawaban atau anggapan dan informasi yang diperlukan oleh peneliti.[23]

Angket adalah daftar pertanyaan yang didistribusikan melalui pos untuk dikembalikan atau dapat juga secara langsung dijawab di bawah pengawasan peneliti.[24]

Adapun pemberian angket kepada seorang istri yang mengalami kecemasan di desa bolo ujungpangkah gresik dilakukan sebanyak 2 kali yaitu di awal penelitian dan di akhir penelitian. Pemberian angket di awal penelitian adalah bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kecemasan yang dialami oleh seorang istri pasca bercerai sebelum terapi dilakukan, sedangkan pemberian angket di akhir penelitian adalah bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hasil yang diperoleh setelah terapi dilakukan terhadap para istri yang mengalami kecemasan pasca bercerai.

Dalam penelitian ini metode angket digunakan untuk meneliti data tentang kecemasan terhadap seorang istri yang pasca bercerai di desa bolo kecamatan ujungpangkah gresik, item yang ditulis dalam angket tersebut terdapat 10 item pertanyaan tentang kecemasan dan 10 item tentang realitas (sekarang).

---

[23] Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*(Jakarta: Bumi Aksara, 1995), hal. 69.

[24] S.Nasution MA, *Metodologi Research*, 128

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

c. Observasi

Observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematik gejala-gejala yang diselidiki.Hasil pengamatan secara langsung dapat dicatat, sehingga dapat dihindari apabila ada kesalahan yang disebabkan keterbatasan kemampuan dalam mengamati.[25]

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematik fenomena-fenomena yang diselidiki.[26]

Dalam arti luas observasi sebenarnya tidak hanya terbatas pada pengamatan yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Misalnya: Melalui questionare dan checklist.

Teknik observasi dilakukan dengan mengadakan pengamatan secara langsung terhadap obyek yang telah ditentukan, guna memperoleh data yang langsung dapat diambil oleh peneliti yaitu mengenai pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan seorang istri pasca bercerai di desa bolo ujungpangkah gresik.

d. Dokumentasi

Dokumentasi adalah salah satu metode pengumpulan data yang digunakan untuk menelusuri data secara sistematis. Sebagian

[25] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*(Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 127-128.

[26] Sutrisno Hadi, MA, *Metodologi Research II*

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

besar data yang tersedia adalah berbentuk surat-surat, catatan harian, dan laporan.[27]

6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dimaksudkan untuk menguji kaitanya dengan kepentingan pengujian hipotesis penelitian, tujuanya adalah untuk mencari kebenaran data tersebut dan untuk mendapatkan suatu kesimpulan dari hasil kesimpulan yang dilakukan. Untuk membuktikan ada tidaknya pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan seorang istri pasca bercerai di Desa Bolo ujungpangkah Gresik. Maka dalam penelitian ini diperlukan metode analisis data. Adapan metode analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Menurut Suharsimi Arikunto, koefisien korelasi adalah suatu alat statistik yang dapat dipergunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dua variabel yang berbeda agar dapat menentukan tingkat hubungan variabel-variabel.[28]

Product Moment Metode ini digunakan untuk mengetahui tentang pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan pada seorang istri pasca bercerai di Desa Bolo ujungpangkah Gresik, sebelum dan sesudah melakukan konseling realitas. Dengan rumus sebagai berikut :

[27] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*(Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 216-220.

[28] Suharsimi Arkunto, *Prosedur Penelitian*(Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hal. 245.

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

$$rxy = \frac{\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N(\sum X^2) - (\sum X)^2][N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Ket :

Rxy : Angka indeks korelasi "r" Product moment

N : Jumlah responden

X : jumlah Seluruh sekor X

Y : Jumlah seluruh skor Y

Adapun table standart untuk mengetahui nilai koefisien korelasi adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1
Standart Koefisien Korelasi

No	Koefisien Korelasi	Penjelasan
1	Antara 0.800 – 1.000	Sangat Tinggi
2	Antara 0.600 –0.800	Tinggi
3	Antara 0.400 – 0.600	Sedang
4	Antara 0.200 – 0.400	Rendah
5	Antara 0.000 – 0.200	Sangat Rendah

Dari perhitungan rumus diatas, kemudian dikonsultasikan dengan "r" table jika rxy lebih besar dari pada "r" table maka hipotesis kerja diterima dan hipotesis nihil ditolak. Dan sebaliknya jika rxy lebih kecil dari pada "r" table, maka hipotesis kerja ditolak dan hipotesis nihil diterima. Setelah itu rxy dikonsultasikan dan

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

diintepresentasikan untuk mencari sejauh mana pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan pada seorang istri pasca bercerai di desa bolo ujungpangkah Gresik menurut pedoman sebagai berikut.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini agar menjadi bahan kajian yang mudah maka peneliti menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut :

Pada Bab 1 adalah pendahuluan, yang menguraikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, metode penelitian yang terdiri dari a) pendekatan dan jenis penelitian, b) populasi, sample dan teknik sampling, c) variable dan indicator peneliti, d) definisi operasional, e) teknik pengumpulan data, f) teknik analisa data, kemudian pembahasan tentang sistematika pembahasan.

Pada bab II ini membahas tentang kajian teoritik yang membahas tentang konseling realitas untuk menurunkan kecemasan pasa seorang istri pasca bercerai yang meliputi pengertian terapi ralitas, kecemasan, perceraian, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan, dan hipotesis penelitian.

Pada bab III membahas tentang penyajian data disini penulis memasukkan tentang profil desa, letak geografis, keadaan seorang istri yang pasca bercerai. Setelah itu adapun deskripsi hasil penelitian, dan menguji hipotesis adakah pengaruh konseling realitas untuk menurunkan kecemasan

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 istri pasca bercerai di desa bolo ujungpangkah gresik sebelum dan sesudah melakukan konseling realitas.

Pada bab IV ini tentang analisis data yang mana analisis data yang penulis buat adalah analisis tentang konseling realitas untuk menurunkan istri pasca bercerai sebelum dan sesudah menerapkan konseling realitas.

Pada bab V yakni penutup yang meliputi kesimpulan dan saran, pada bab ini memberikan gambaran secara jelas tentang kesimpulan dari seluruh pembahasan skripsi ini dan sekaligus memberikan saran-saran.

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