# TERAPI REALITAS UNTUK MEMBANTU PROSES PENYESUAIAN DIRI SEORANG SANTRI DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-YASINI WONOREJO PASURUAN

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial**

**(S.Sos)**


**Oleh:**

**Dewi Lailatul M**

**(B93214100)**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**JURUSAN DAKWAH FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**


**2018**

**PERNYATAAN**

**OTENTISITAS SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

| | |
|---|---|
| Nama | : Dewi Lailatul Maghfiroh |
| Nim | : B93214100 |
| Prodi | : Bimbingan dan Konseling Islam |
| Jurusan | : Dakwah dan Komunikasi |
| Alamat | : Dusun Jrebeng RT 01 RW 11 Sumberdawesari Grati Pasuruan |

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik manapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagian hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 09 Juli 2018

Yang Menyatakan,

METERAI TEMPEL
AA187AFF078609975
6000
ENAM RIBU RUPIAH

**Dewi Lailatul M**

B93214100

**PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI**

| | |
|---|---|
| Nama | : Dewi Lailatul Maghfiroh |
| NIM | : B93214100 |
| Prodi | : Bimbingan dan Konseling Islam |
| Judul | : Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan |

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 27 Mei 2018

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,

**Dra. Faizah Noer Laela, M.Si**
**NIP. 196012111992032001**

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Skripsi oleh Dewi Lailatul Maghfiroh ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 25 Juli 2018
Mengesahkan,
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

**Dr. H. Abd. Halim, M.Ag**
**NIP. 196307251991031003**

Penguji I,

**Dra. Faizah Noer Laela, M.Si**
**NIP. 196012111992032001**

Penguji II,

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

Penguji III,

**Dra. Ragwan Albaar, M.Fil.I**
**NIP. 196303031992032002**

Penguji IV,

**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 | : Dewi Lailatul Maghfiroh |
| NIM | : B93214100 |
| Fakultas/Jurusan | : Dakwah Dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam |
| E-mail address | : dewilailatul020@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 REALITAS UNTUK MEMBANTU PROSES PENYESUAIAN DIRI SEORANG SANTRI DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-YASINI WONOREJO PASURUAN

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, 06 Agustus 2018

Penulis

( Dewi Lailatul M )

## ABSTRAK

Dewi Lailatul Maghfiroh (B93214100), *Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan*

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses Terapi Realitas Untuk Membantu penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan? (2) Bagaimana hasil terapi Realitas untuk membantu Proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus yang kemudian dianalisis menggunakan deskriptif komparatif, yakni membandingkan data teori dan data di lapangan. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi.

Pada terapi realitas untuk membantu proses penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Al-Yasini Wonorejo Pasuruan dilaksanakan dengan melalui beberapa tahapan yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* dan evaluasi/*follow up*. Adapun teknik yang digunakan pada proses *treatment* adalah menggunakan teknik WDEP (*Want*, *Doing*, *Evaluation* dan *Plans*) . Kemudian konselor juga memberikan motivasi sebagai penguatan dengan rencana-rencana yang sudah dibuat oleh konseli. Hasil terapi realitas untuk membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan dapat ditunjukkan dengan hasil prosentase 81,1%. Hasil tersebut bisa dilihat dari adanya perubahan dari sikap perilaku konseli seperti Konseli sudah tidak memperdulikan ketika ada teman yang tidak menyukainya, konseli sudah mulai bersemangat serta tidak memikirkan kedua orang tuanya, Sudah memanfaatkan waktu luang digunakan untuk belajar, Sudah mulai bersedia minta bantuan kepada teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya dan mengingatkan belajar serta kesediaan konseli untuk terus melakukan rencana-rencana yang telah dibuatnya.



**Kata Kunci : Terapi Realitas , Penyesuaian Diri dan Santri**





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

HALAMAN JUDUL ..... i
HALAMAN PERSETUJUAN ..... ii
LEMBAR PENGESAHAN ..... iii
MOTTO ..... iv
LEMBAR PERSEMBAHAN ..... v
PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN SKRIPSI ..... vii
ABSTRAK ..... viii
KATA PENGANTAR ..... ix
DAFTAR ISI ..... xi
DAFTAR TABEL ..... xiii

**BAB I : PENDAHULUAN** ..... 1
A. Latar Belakang Masalah ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 7
C. Tujuan Penelitian ..... 8
D. Manfaat Penelitian ..... 8
E. Definisi Konsep ..... 9
F. Metode Penelitian ..... 13
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian ..... 13
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian ..... 15
3. Jenis dan Sumber Data ..... 16
4. Tahap-Tahap Penelitian ..... 17
5. Teknik Pengumpulan Data ..... 17
6. Teknik Analisis Data ..... 19
7. Teknik Keabsahan Data ..... 20
G. Sistematika Pembahasan ..... 21

**BAB II: KAJIAN TEORITIK** ..... 23
A. Terapi Realitas ..... 23
1. Konsep Dasar Terapi Realitas ..... 23
2. Pandangan Tentang Manusia ..... 26
3. Ciri – Ciri Terapi Realitas ..... 30
4. Teknik –Teknik Terapi Realitas ..... 32
B. Penyesuaian Diri ..... 38
1. Pengertian Penyesuaian Diri ..... 38
2. Bentuk – Bentuk Penyesuaian Diri ..... 41
3. Proses Penyesuaian Diri ..... 43
C. Santri ..... 46
1. Pengertian Santri ..... 46
2. Fase Remaja ..... 48
3. Ciri – Ciri Masa Remaja ..... 49
D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan ..... 50



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** ..... 52
A. Gambaran Hasil Penelitian ..... 52
1. Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini ..... 52
a. Sejarah Pondok Pesantren ..... 52
b. Visi dan Misi Pesantren ..... 54
c. Struktur Pengurus Pesantren ..... 55
2. Deskripsi Konseli ..... 56
3. Latar Belakang Konseli ..... 57
a. Kondisi Fisik Konseli ..... 57
b. Kondisi Keagamaan Konseli ..... 57
c. Kondisi Lingkungan Konseli ..... 58
d. Kondisi Sosial Konseli ..... 58
4. Aktifitas Konseli di Pesantren ..... 59
5. Masalah Penyesuaian Diri Konseli ..... 59
6. Deskripsi Konselor ..... 60
B. Deskripsi Hasil Penelitian ..... 61
1. Pelaksanaan Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ..... 61
a. Identifikasi Masalah ..... 61
b. Diagnosis ..... 62
c. Prognosis ..... 63
d. Treatment ..... 66
e. Evaluasi/Follow Up ..... 75
2. Deskripsi Hasil Akhir Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian diri Seorang Santri Di Yayasan Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ..... 77

**BAB IV : ANALISIS DATA** ..... 80
A. Analisis Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ..... 80
B. Analisis Hasil Akhir Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ..... 85

**BAB V : PENUTUP** ..... 89
A. Kesimpulan ..... 89
B. Saran ..... 90

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN



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 Masalah

Sejak dilahirkan manusia mengalami perubahan, perubahan yang terjadi pada diri manusia memerlukan proses penyesuaian baik dengan dirinya maupun dengan lingkungannya agar bisa menjalankan kehidupan secara normal dan seimbang. Setiap individu yang hidup akan mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara dinamis ataupun berubah-ubah dengan tujuan menyesuaikan diri dengan lingkungannya dimana ia hidup. Manusia diciptakan sebagai makhluk yang lebih sempurna dari makhluk hidup yang lain dan cenderung mengalami perubahan dan perkembangannya dari segi fisik maupun psikisnya.[1] Sejak itu pula manusia akan berhadapan dengan keadaan dan kondisi yang memungkinkan untuk bisa sama ataupun sesuai dengan kepuasan yang bisa didapatkan. Namun sejalan dengan pertumbuhan dan perkembangan waktu tidak semua manusia bisa melakukan proses penyesuian yang baik sesuai dengan potensi dirinya maupun kebutuhan lingkungannya.

Manusia akan terus berusaha dengan beragam cara untuk bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya, jika dalam prosesnya manusia mengalami hambatan maka ia akan mencari dan berusaha mencapai kepuasan dengan cara yang tidak diinginkan namun bisa diterima oleh

[1] Abu Ahmadi, *psikologi umum* ( Jakarta:Rineka cipta, 2009), hal. 189.



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

masyarakat umum. Manusia diharapkan memiliki sikap yang sesuai dengan perkembangan yang dialami.[2] Oleh sebab itu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia sebagai individu dituntut untuk memahami tugas-tugas dan perkembangannya.

Pertumbuhan dan perkembangan manusia dimulai sejak bayi hingga lansia. Dan setiap fase yang dilalui akan mengalami proses penyesuaian yang berbeda-beda. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang saling berkaitan dan keduanya merupakan perubahan yang berasal dari diri anak. [3]Setiap indivudu selalu dihadapkan dengan keadaan baru yang belum pernah dialami pada setiap perkembangan dan pertumbuhannya. Masa remaja yang berada pada masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, dengan banyaknya perubahan baik fisik, emosi dan sikap yang lebih memerlukan perhatian khusus yang ada disekitarmya.[4]

Remaja sebenarnya belum mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tidak juga dikatakan golongan dewasa. Remaja mengalami perkembangan pesat dalam aspek intelektualnya, dari cara berfikir remaja ini memungkinkan mereka hanya mampu mengintegrasikan dirinya kedalam tempat di mana ia tinggal, tapi juga merupakan karakteristik yang paling menonjol dari semua periode perkembangan.[5]

---

[2] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia ,2003), hal.528.
[3] Mohammad Ali, *Psikologi Remaja* ,(Jakarta: PT Bumi Askara ,2004), hal.11.
[4] Mohammad Ali, *Psikologi Remaja*, hal. 10.
[5] Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta:Erlangga, 1980), hal.207.

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

Salah satu problem pada remaja adalah potensi untuk menyesuaikan diri, dimana tidak semua remaja memiliki potensi yang sama untuk menyesuaikan diri. Kegagalan dalam proses penyesuian diri oleh remaja akan menimbulkan perilaku yang bisa merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.

Pemerintah Kabupaten Pasuruan memiliki Visi dan Misi yang sangat mulia yaitu dengan visi "Menuju Kabupaten Pasuruan Yang Sejahtera Dan Maslahat" dan salah satu Misinya adalah " mewujudkan sumber daya manusia (SDM) yang cerdas dan berdaya saing melalui pemerataan dan peningkatan kualitas pendidikan yang berbasis sekolah formal dan pondok pesantren" . dari situ terlihat pemerintah pasuruan mengharapkan Pondok pesantren bukan hanya sebagai penyeimbang pendidikan formal saja namun sebagai wadah khusus mencetak generasi yang memiliki pribadi berakhlakul karimah.[6]

Dalam Visi Misi tersebut ada beberapa sisi lain menimbulkan berbagai respon di kalangan masyarakat Pasuruan yang belum mengerti dan mengenal Pondok Pesantren sebelumnya. Mayoritas proses pembelajaran yang dimulai dari pagi sampai malam membuat anak-anak atau remaja harus siap dengan kegiatan di lingkungan baru dan pandai membagi waktu, tenaga dan pikiran. Pondok Pesantren diharapkan bisa menjadi wadah untuk membekali remaja dengan ilmu agama yang kokoh sebagai pegangan hidupnya di masa yang akan datang.

[6] Pemerintah Kabupaten Pasuruan, Visi dan Misi (http://pasuruankab.go.id/pages-4-visi-dan-misi.html diakses16 Februari 2018)

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

Hakikatnya pendidikan agama merupakan salah satu pendidikan yang wajib diberikan oleh orang tua kepada anaknya, karena lingkungan keluarga adalah sekolah pertama bagi anak-anak. Ajaran agama yang telah dilihat oleh anak dan dilakukan sejak dini akan berkembang baik jika apa yang telah dilakukan tidak mendapat kritik dan menjadi pedoman yang kuat dalam menjalankan kehidupannya. Namun jika pendidikan agama diterima oleh anak tidak memberikan kesempatan untuk berfikir logis dan lingkungan keluarga yang kurang tat maka akan muncul kebimbangan pada diri anak remaja. [7]

Kondisi remaja dalam kondisi bimbang dalam memecahkan masalah atau menghindari masalah memerlukan proses penyesuaian diri yang baik terutama peraturan baru yang harus dikerjakannya. Peran orang tua yang demokratis dalam membimbing kehidupan remaja sangat diperlukan untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi, terutama masalah penyesuaian dirinya dengan lingkungan baru dimana ia melakukan proses belajar.

Perkembangan emosi pada masa remaja yang masih dalam keadaan tidak stabil disebabkan adanya tekanan social dan harus menghadapi kondisi baru yang belum pernah ditemui sebelumnya, namun seiring berjalannya waktu perilaku emosi akan mengalami perbaikan. Remaja juga cenderung memiliki beberapa kemauan tersendiri untuk memenuhi apa yang diinginkannya. Akan tetapi jika orang tua tidak mengerti kemauan

[7] Zakiyah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 2005), hal 85-87.

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 anaknya maka disini akan terjadi sulitnya remaja untuk bisa menyesuaikan dengan keadaan barunya.

Penyesuaian diri remaja terhadap bakat minatnya seringkali menimbulkan kendala dalam proses kegiatan belajarnya. Pada dasarnya remaja sudah sadar akan kewajibannya bahwa untuk menjadi orang yang sukses harus mendengarkan saran dari orang tua dan sering rajin belajar, namun dengan adanya upaya pencarian identitas diri menyebabkan mereka lebih senang dengan kegiatan selain belajar. Selain itu remaja akan terus mencari jati dirinya dan memperoleh identitas diri yang bisa diterima oleh lingkungannya baik lingkungan keluarga, sekolah ataupun masyarakat.

Sikap remaja yang kurang berminat terhadap kondisi yang dialami sekarang akan mengakibatkan hal-hal yang tidak diharapkan oleh para orang tua, untuk itu perlu bimbingan orang-orang disekitarnya untuk lebih menyadari kebutuhan remaja dalam menyesuaikan dirinya dengan kepribadiannya maupun dengan kondisi lingkungan yang belum pernah dialami remaja. Orang tua memiliki peran penting dalam proses tumbuh kembang remaja karena kedekatan dengan orang tua sudah mulai terkikis oleh perkembangan zaman. Untuk itu remaja dituntut dan fokus dalam upaya peningkatan sikap dan perilaku serta berusaha untuk mencapai kemampuan sikap dan berperilaku secara dewasa.[8]

Pendidikan agama yang berlingkup pondok pesantren yang dijalani oleh remaja dengan latar belakang keluarga bukan santri memerlukan

[8] Mohammad Ali, *Psikologi Remaja* ,(Jakarta: PT Bumi Askara ,2004), hal.10.

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

proses penyesuaian diri, baik dalam waktu, pelajaran, guru dan lingkungannya agar bisa menerima apapun yang diperoleh dari lingkungan barunya secara baik sebagai kebutuhan bagi mereka dan akan menjadi manfaat untuk mereka sendiri bukan hanya untuk mendapatkan ilmu umum saja melainkan mendapatkan ilmu agama.

Remaja memiliki keinginan-keinginan yang berbeda dengan satu sama lain begitu pun dengan cara remaja untuk mewujudkan keinginannya, oleh karena itu tidak semua remaja mampu menerima kondisi baru yang dihadapi dalam proses memenuhi semua yang diinginkannya.

Sebagaimana yang dialami oleh santri di Pondok Pesantren terpadu Al-Yasini. Adapun salah satu remaja Pondok pesantren terpadu Al-Yasini ini sudah satu tahun menetap di pondok pesantren. Ia merupakan siswi kelas VIII Madrasah Tsanawiyah. Menurutnya dulu sempat merasa terpaksa dan malu untuk sekolah di dalam lingkungan pesantren karena akan terpaut dengan aturan-aturan dan mendapatkan pelajaran dan tempat yang tidak pernah diharapkan. Rita juga memiliki sikap atau perilaku yang kurang bisa menyesuaikan diri, dari kesehariannya terlihat beberapa perilaku yang menjauh dari lingkungannya, senang menyendiri dan cenderung pasrah dengan keadaan meskipun rita sudah satu tahun menetap di pondok pesantren tersebut. Ia juga anak yang tertutup, ia pun dulu ketika lulus dari Madrasah Ibtida'iyah orang tuanya meminta rita untuk melanjutkan sekolah yang berlingkup pondok pesantren, karena rita

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

adalah anak yang berkepribadian nurut sama orang tuanya ia menyetujui apa yang disarankan oleh kedua orang tuanya tersebut.

Permasalahannya yang timbul pada Rita karena sikap rita ketika mempunyai masalah tidak dibicarakan langsung kepada orang tuanya. Rita selalu menampakkan wajah biasa seperti tidak ada masalah, ia takut kepada orang tuanya ketika bercerita tentang kesehariannya di dalam pondok pesantren dan ia belum bisa menyesuaikan diri yang menjadi keinginan kedua orang tuanya.

Dalam hal ini, setelah melakukan beberapa pendekatan penulis menindak lanjuti permasalahan yang telah tertera diatas dengan penelitian tentang " Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ".

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah ;

1. Bagaimana proses terapi realitas untuk membantu proes penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan?
2. Bagaimana hasil terapi Realitas untuk membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan ?

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. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah di atas, maka tujuan penelitian sebagai berikut ;

1. Untuk mengetahui proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan
2. Untuk mengetahui hasil terapi realitas santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan

## D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

   Penelitian ini diharapkan mampu memberikan wawasan baru dalam pengembangan teori dan kontribusi dalam ilmu bimbingan dan konseling islam.

2. Manfaat praktis

   Penelitian ini diharapkan :

   a. Mampu membantu remaja dalam proses penyesuaian diri di lingkungan baru dan mencegah timbulnya stres yang berkepanjangan.

   b. Mampu menambah wawasan masyarakat khususnya remaja yang baru mengenal dunia Pondok Pesantren.

   c. Mampu menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya terkait dengan terapi yang sama.

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. Definisi Konsep

Untuk memudahkan pembaca dalam memahami judul yang telah dipaparkan maka penulis perlu untuk menjelaskan penegasan dalam judul tersebut. Adapun penelitian ini adalah *Terapi Realitas* Untuk Membantu Proses *Penyesuaian Diri* seorang *Santri* Di *Pondok Pesantren* Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan. Adapun rincian definisinya adalah sebagai berikut :

1. Terapi realitas

   Terapi realitas adalah suatu system yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya atau orang lain.[9]

   Terapi realitas merupakan bentuk terapi yang bertitik tolak pada paham dasar bahwa manusia manusia memilih perilakunya sendiri dan mengharuskan untuk bersikap tanggung jawab dengan apa yang dilakukan dan apa yang dipikirkan agar individu mampu mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang.

   Tujuan terapi realitas adalah mengembangkan tingkah laku normal yaitu bertanggung jawab, berorientasi pada realita dan bisa mengindentifikasi diri sebagai individu yang berhasil dan sukses dalam

[9] Gerald corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Spikoterapi* (Bandung;Refika Aditama, 1999). Hal.26

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

memberikan kesadaran tentang kenyataan hidup yang harus dihadapi sehingga individu mampu memahami dan menerima realitas. Selain itu juga memberikan kesempatan kepada individu untuk mengembangkan kekuatan psikis yang dimiliki dan mampu menilainya sendiri, apabila perilakunya tidak bisa menjadikannya memperoleh kebutuhan yang diperlukan maka individu perlu mendapatkan perilaku baru yang lebih efektif.[10]

Pelaksanaan dan metode terapi realitas dilihat sebagai dua strategi utama yang pertama membangun reaksi atau lingkungan konseling yang saling percaya, kedua prosedur-prosedur yang menuntun menuju perubahan yang bisa dirangkum oleh Dr. Robert Wubbolding sebagai system WDEP. Pada system ini memberikan kerangka pertanyaan yang diajukan kepada konseli secara luwes dan tidak dimaksudkan sebagai rangkaian langkah sederhana. Tapi huruf WDEP melambangkan sekelompok gagasan.[11]

2. Penyesuian diri

Penyesuaian diri dalam bahasa inggris adalah adjust atau personal adjustmet. Penyesuaian diri bermakna suatu proses untuk yang berkaitan dengan kondisi psikologis dan tingkah laku untuk mengatasi berbagai macam halbaru yang akan dihadapi individu serta menyeimbangkan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan yang

[10] Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2012), Hal. 241

[11] Stephen Palmer, *Konseling Dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), Hal. 533.

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

datang dari lingkungan tempat individu tumbuh dan berkembang.[12] Sebagian individu tidak mampu mencapai kebahagiaan karena tidak mampu menyesuaikan diri dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan maupun masyarakat pada umumnya, hal ini menyebabkan individu mengalami stress dan depresi .

Remaja yang sedang menyesuaikan dirinya akan dihadapkan pada berbagai perubahan yang cepat, kemampuan kognitif yang baru serta berbagai tuntutan dan harapan dari keluarga, teman-teman serta masyarakat. Selain itu, lingkungan menuntut serta mengharapkan yang berbeda pada remaja tersebut dan dapat menunjukkan identitas diri dan dapat membentuk identitas diri.[13]

Pada proses penyesuian diri kepribadian merupakan organisasi dinamis dari system psikofisik individu yang turut menentukan cara-cara dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Keterlibatan individu dalam lingkungan adalah keharusan, karena lingkungan merupakan tempat bagi individu bisa melangsungkan kehidupan dan berinteraksi dengan yang lainnya. Lingkungan yang berifat dinamis juga menuntut individu untuk menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan sehingga akan tercipta kepuasaan, kebahagiaan dan rasa aman dari hubungan yang terjalin di lingkungan tersebut.[14]

---

[12] Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Bumi Askara,2006). Hal. 175.

s[13] Iin Tri Rahayu, *Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer* (Yogyakarta: Sukses Offset ,2009). Hal.187.

[14] W . A Gerungan. *Psikologi Sosial* ( Bandung: Refika Aditama, 2010), hal. 61.

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 ini tujuan yang akan dicapai yaitu terbentuknya perilaku konseli yang mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya sehingga mau menerima keadaan dan kondisi yang dihadapi. Adapun perilaku konseli yang dikatakan kurang menyesuaikan diri adalah merasa terpaksa dengan kondisinya terhadap aturan-aturan ataupun pelajaran yang ada di dalam Pondok Pesantren.

Konseli merupakan anak yang cenderung tertutup, ketika ia mengalami kesulitan ataupun mempunyai masalah ia memilih untuk memendamnya sendiri bahkan kepada orang tuanya sekalipun. Ia takut ketika bercerita kepada orang tuanya beliau akan kecewa dengan apa yang dirasakannya. Dengan sikap atau perilaku konseli yang seperti itu mengakibatkan konseli menjauh dari lingkungannya seperti tidak masuk sekolah dan sering melanggar tata tertib Pondok Pesantren.

3. Santri

Kata santri yang umumnya disematkan pada murid yang belajar di pesantren dengan mendalami ilmu agama. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Santri adalah orang yang belajar agama dengan sunggug – sungguh (orang yang sholeh), orang yang mendalami agama Islam dan orang yang mendalami pengajiannya dalam agama Islam dengan berguru ketempat yang lebih jauh seperti pesantren dan lainnya.[15]

[15] Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia ed. 3* (Jakarta; Balai Pustaka, 2005), hal. 997.

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 ini maksud Santri adalah salah satu murid remaja Pondok Pesantren Terpadu Al-yasini Wonorejo Pasuruan yang sedang duduk dibangku kelas VIII Madrasah Tsanawiyah dan sedang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan pondok Pesantren tersebut.

## F. Metode Penelitian

Metode adalah cara yang tepat untuk melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama dalam mencapai suatu tujuan, sedangkan penelitian adalah suatu kegiatan untuk mencari, mecatat, merumuskan dan menganalisa suatu yang diteliti sampai menyusun laporan.[16] Dan metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.[17]

Jadi metode penelitian merupakan suatu strategi yang umum dilakukan untuk mencoba pengumpulan data serta menganalisanya. Adapun langkah-langkah dalam metode penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian.

   Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kualitatif. Memilih pendekatan kualitatif ini karena data yang diperoleh berupa tulisan bukan berupa angka dengan tujuan untuk mengetahui dan memahami fenomena secara mendalam dan menyeluruh.

---

[16] Cholid Narbuko dan Ahmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1997) hal. 7

[17] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 2.

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

Metode kualitatif dugunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah.[18] Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang di alami oleh subyek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, emosi, secara *holistic* dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.[19]

Jadi data-data yang didapatkan adalah data kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari klien, maupun informan serta perilaku klien yang dapat diamati, sehingga dapat diketahui serta dipahami secara rinci, mendalam dan menyeluruh tentang permasalahan yang dialami oleh klien.[20] Yaitu dengan konselor berwawancara dan menghasilkan suatu informasi yang mendalam.

Dalam penelitian ini, studi kasus yang digunakan dalam penanganan kasus. "Dalam penanganan suatu kasus, langkah-langkah yang perlu dilakukan secara garis besar adalah (1) identifikasi kasus, (2) analisis dan diagnosis, (3) prognosis, (4) pemberian treatment, dan *follow up* atau tindak lanjut".[21]

---

[18] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*, hal. 9

[19] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif (edisi revisi)*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), hal. 6.

[20] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* , hal. 4

[21] Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan Konseling* (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2008), 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

Penulis ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara rinci dan mendalam selama kurun waktu tertentu untuk membantunya mengatasi masalah yang dialaminya.

2. Sasaran dan lokasi penelitian

a. Konseli

Konseli dalam penelitian ini adalah Santri Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini yang duduk di kelas VIII Madrasah Tsanawiyah. Konseli adalah remaja yang sudah 1 tahun menetap di Pondok Pesantren dan masih sulit untuk menyesuaikan dirinya pada lingkungan Pondok Pesantren tersebut.

b. Konselor

Konselornya adalah Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yaitu Dewi Lailaatul Maghfiroh.

c. Informan

penelitian ini juga melibatkan beberapa informan yaitu pengurus kamar konseli, guru konseli dan teman konseli di Madrasah Tsanawiyah ataupun teman asramanya. Lokasi penelitian akan dilaksanakan di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan.

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. Jenis dan Sumber Data

Yang dimaksud sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh.[22] Sumber data ialah unsur utama yang dijadikan sasaran dalam penelitian untuk memperoleh data-data yang kongkrit dan yang dapat memberikan informasi untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian.[23] Dalam penelitian ini penulis menggunakan dua sumber data, yaitu:

a. Data primer

Data primer adalah data-data yang diperoleh langsung dari klien dan yang paling utama.[24] Dalam data primer dapat diperoleh keterangan kegiatan keseharian, perilaku, latar belakang masalah klien dan pandangan klien tentang keadaan yang telah dialami. Dalam hal ini peneliti banyak mengikuti kegiatan yang ada di pondok pesantren, dengan begitu peneliti dengan mudah mengetahui keseharian konseli Rita ( nama samara)

b. Data sekunder

Data sekunder berupa proses bantuan dari teman, guru maupun pihak Pondok Pesantren yang selama proses belajar dan menyesuaikan dirinya dengan konseli. Data ini digunakan untuk

[22] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* ( Jakarta: Rineka Cipta, 1998), hal. 76.

[23] E. Kristi Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi* (Jakarta: LPSP3 UI, 1983), hal. 29.

[24] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian* ( Jakarta : Rineka Cipta, 1998 ), hal.140.

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

melengkapi data primer. [25] Data diperoleh yakni mengenai gambaran lokasi penelitian, kondisi keluarga klien, lingkungan klien, kondisi ekonomi klien, dan perilaku keseharian klien. Sumber data sekunder adalah sember data yang diperoleh dari orang lain guna melengkapi data yang diperoleh dari sumber data primer. Sumber ini penulis peroleh dari data informan seperti keluarga, kerabat, tetangga, dan teman dekat.

4. Tahap-tahap penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui tahapan-tahapan, sebagai berikut:

a. Menentukan permasalahan.
b. Melakukan studi literatur.
c. Penetapan lokasi.
d. Studi pendahuluan.
e. Penetapan metode pengumpulan data, antara lain dengan cara: observasi, wawancara, dokumen dan diskusi terarah.
f. Analisa data selama penelitian.
g. Analisa data setelah validasi dan reliabilitas.
h. Hasil; cerita, personal, deskripsi tebal, naratif, dapat bantuan table frekuensi.[26]

5. Teknik pengumpulan data

[25] Joko subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2004), hal. 88.

[26] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, hal. 140

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 suatu penelitian, membutuhkan data-data yang relevan dengan tujuan penelitian. Sedangkan untuk mendapatkan data-data tersebut perlu menggunakan metode yang cocok. Dalam penulisan ini, penulis menggunakan beberapa metode untuk memperoleh data, diantaranya yaitu:

a. Metode observasi

Menurut Huzaini Usman, observasi adalah pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejalah-gejalah yang diteliti.[27] Metode observasi digunakan untuk mencatat gelaja dan fenomena yang tampak saat kejadian berlangsung.

Observasi dalam penelitian ini termasuk observasi langsung karena pengamatan yang dilakukan terhadap gejalah atau proses yang terjadi dalam situasi yang sebanarnya dan langsung diamati oleh observer.[28] Adapun obsevasi yang dilakukan peneliti yakni dengan cara mengamati kegiatan sehari-hari santri tersebut. Kegiatan sehari-harinya tidak jauh adalah di area Pondok Pesantren saja.

b. Metode Interview atau wawancara

Interview disebut juga wawancara adalah pengumpulan data melalui tanya jawab sepihak yang dikerjakan secara sistematis dan berlandaskan pada tujuan pendidikan. [29] Metode ini peneliti

[27] Huzaini Usman dan Purnomo Setiadi Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial*, hal. 54.

[28] Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan* (Bandung: Sinar Baru, 1986), hal. 112.

[29] Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Jakarta: Andi Offset, 1986), hal. 193.

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

gunakan untuk memperoleh informasi dari wawancara teman dekat dan anggota kamarnya guna mengetahui apa yang dilakukan si klien ini setiap hari.

Adapun pernyataan-pernyataan yang ditanyakan adalah mengenai kegiatan sehari-hari, apakah klien sering berkomunikasi, bagaimana kondisi emosional si klien ketika bersama teman-temannya dan apa yang menyebabkan klien tersebut sulit untuk menyesuaikan dirinya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang telah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monument dari seseorang. dokumen yang berbentuk tulisan misalnya: catatan harian, sejarah kehidupan, cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya: foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain[30]

6. Teknik Analisis Data

Analisa data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi wawancara dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai tujuan bagi orang lain.[31] Selain itu teknis analisis data proses pengumpulan data baik dengan wawancara, observasi maupun dokumentasi akan menghsilkan data yang kemudian

[30] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D,* hal. 240.
[31] Noeng Muhajir, *Metodologi Kualitatif* (Yogyakarta: Rakesarasin, 1989), hal. 186.

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

diproses dan disusun secara sitematis yang dilakukan sebelum memsuki lapangan ataupun setelah di lapangan.

Setelah data terkumpul akan dianalisis dengan data non-statistik. Dengan penerapan terapi realitas yang dilakukan oleh konselor akan disajikan dalam bentuk *''desktiptif komparatif''* yaitu membandingkan teori yang digunakan dengan terapi yang sudah dilakukan pada konseli serta perilaku konseli sebelum dan sesudah menerima terapi. Yaitu Konselor meminta konseli utuk menuliskan semua keinginannya dan keinginan apa saja yang sudah terpenuhi.

Dari hasil peneliti tentang terapi realitas yang digunakan untuk proses penyesuaian diri konseli akan diketahui dengan terlaksana atau tidaknya yang sudah dilakukan oleh konseli serta menerima realitas dan perubahan perilaku konseli, selanjutnya peneliti akan membandingkan usaha yang telah dilakukan oleh konseli untuk bisa menyesuaiakan diri dengan lingkungannya.

7. Keabsahan Data

Keabsahan data peneliti menggunakan teknik triangulasi, yaitu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut, dan teknik triangulasi yang paling banyak digunakan adalah pemeriksaan melalui sumber yang lainnya.[32]

[32] Lexy J. Moleong, *Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 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

Menurut Moloeng, triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain.

Denzin membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memafaatkan penggunaan sumber, metode, penyidik, dan teori. Triangulasi dilakukan melalui wawancara, observasi langsung dan observasi tidak langsung, observasi tidak langsung ini dimaksudkan dalam bentuk pengamatan atas beberapa kelakuan dan kejadian yang kemudian dari hasil pengamatan tersebut diambil benang merah yang menghubungkan di antara keduanya. Teknik pengumpulan data yang digunakan akan melengkapi dalam memperoleh data primer dan sekunder, observasi dan interview digunakan untuk menjaring data primer yang berkaitan pengambilan keputusan.[33]

## G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari lima bab pokok bahasan yang meliputi:

BAB I : Pendahuluan yang meliputi : Latar Belakang Konseli; Rumusan Masalah; Tujuan penelitian; Manfaat Penelitian; Definisi Konsep; Metode Penelitian yang meliputi Pendekatan dan Jenis Penelitian; Sasaran dan Lokasi Penelitian; Jenis dan Sumber Data; Tahap-Tahap Penelitian; Teknik Pengeumpulan Data; Teknik Analisis Data dan Teknik Keabsahan Data, pada bab ini juga berisi Sistematika Pembahasan.

[33] Lexy J. Moleong, *Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 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

Bab II : Kerangka Teoritik yang meliputi; Terapi Realitas, Penyesuaian Diri, Santri dan Pondok Pesantren, yang meliputi Konsep Dasar Terapi Realitas; Pandangan Tentang Manusia; Ciri-Ciri Terapi Realitas; Teknik-Teknik Terapi Realitas; Pengertian Penyesuaian Diri; Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri dan Proses Penyesuaian Diri

Dalam bab ini juga membahas tentang santri yang berkaitan masa pertumbuhan dan perkembangan masa Remaja. Selain itu juga membahas tentang Pondok Pesantren.

Bab III : Analisis Terapi Realitas untuk membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren yang terdiri dari Penyesuaian diri seorang santri di Pondok pesantren Terpadu Pasuruan; Deskripsi Hasil Penelitian yang meliputi Deskripsi Hasil Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan.

Bab IV : Analisis Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan yang terdiri dari analisis proses Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan dan Analisis hasil terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan.

Bab V : Penutup yang di dalamnya terdapat dua poin, yaitu Kesimpulan dan 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

# BAB II

# TERAPI REALITAS, PENYESUAIAN DIRI DAN SANTRI

## A. Terapi Realitas

1. Konsep Dasar Terapi Realitas

Terapi realitas dikembangkan pada tahun 1960-an oleh seorang psikiater sekaligus insinyur kimia terkemuka, William Glasser. Ia mengembangkan terapi realitas untuk membuktikan bahwa psikiater konvensional yang selama ini ada, sebagian telah berlandaskan asumsi-asumsi yang keliru. Bahkan Glasser juga menolak pandangan Sigmun Freud mengenai aliran psikoanalisisnya yang berdasarkan alam bawah sadar manusia, karena teorinya dianggap kurang jelas.[34]

Sejak kemunculannya, terapi realitas telah mengalami berbagai perkembangan yang sangat pesat dan telah digunakan oleh banyak konselor. Ini semua tak lepas dari konsep yang ditawarkan oleh Wlliam Glasser yang sangat sederhana dan mudah dipraktikkan.

Ciri khas dari pendekatan ini adalah tidak terpaku pada kejadian-kejadian di masa lalu, tetapi lebih mendorong konseli untuk menghadapi realitas atau kenyataan yang ada. Pendekatan ini juga tidak memberi perhatian-perhatian pada motif-motif bawah sadar

[34] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta : Kencana Prenada Media Grup, 2011), Hal. 183.



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

seperti psikoanalisis. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi dipersamakan dengan kesehatan mental. [35]

Dalam pendekatan realitas, seorang konselor harus bertindak aktif, direktif dan didaktif. Konselor juga berperan sebagai guru dan model bagi konseli. Konsep kerja konseling rasional seperti terapi realitas yakni penggunaan terapi yang bersifat eklektif, aktif dan menekankan pada diagnosis oleh konselor yang bertindak sebagai guru kepada konseli.[36]

Terapi realitas bertitik tolak pada paham dasar bahwa manusia memiliki kemampuan untuk menentukan dan memilih perilakunya sendiri yang berarti dituntut untuk memiliki sikap tanggung jawab dengan perilaku yang dilakukan dan menerima konsekuensinya serta bertanggung jawab apa yang sedang difikirkan oleh individu tersebut.

Tujuan terapi realitas adalah mengembangkan tingkah laku normal yaitu bertanggung jawab, berorientasi pada realita dan bisa mengindentifikasi diri sebagai individu yang berhasil dan sukses dalam memberikan kesadaran tentang kenyataan hidup yang harus dihadapi sehingga individu mampu memahami dan menerima realitas. Selain itu juga memberikan kesempatan kepada individu untuk mengembangkan kekuatan psikis yang dimiliki dan mampu menilainya sendiri, apabila perilakunya tidak bisa menjadikannya memperoleh kebutuhan yang

[35] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi,* Hal. 263
[36] Makmun Khairani, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: Aswaja Preesindo,2014), hal. 65.

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

diperlukan maka individu perlu mendapatkan perilaku baru yang lebih efektif.[37]

Individu harus bertanggung jawab dan menjalin hubungan baik dengan sesama juga lingkungannya supaya bisa mencapai identitas keberhasilan. Namun tidak semua individu bisa melakukannya oleh sebab itu individu ada dalam kondisi tidak nyaman yaitu individu akan mengalami gangguan emosional atau penyakit mental karena penolakannya terhadap realita yang dihadapi.

Pendekatan realitas berpusat pada ide sentral bahwa para individu bertanggung jawab atas tingkah laku mereka masing-masing. Ide inilah yang mendasari teori konseling yang ditemukan oleh William Glasser yang dikenal dengan istilah 3-R, adalah :

a. Responsibility ( tanggung jawab )

   Tanggung jawab diartikan sebagai kemampuan untuk dapat memenuhi dua kebutuhan psikologis yang mendasar yaitu kebutuhan untuk dicintai dan mencintai serta kebutuhan menghayati dirinya sebagai orang yang berharga, tetapi tidak dengan merampas hak orang lain untuk memenuhi kebutuhan mereka. Individu mampu memilih perilaku yang akan dilakukan dan mampu bertanggung jawab serta menerima konsekuensi dari perilaku yang dipilih dengan tidak merugikan orang lain.

b. Reality (kenyataan)

[37] Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2012), Hal. 241

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

Kenyataan dimana individu tersebut bertingkah laku.[38] Sesuatu yang tersusun dari kenyataan yang ada adalah realita. Individu dihadapkan pada kondisi dan situasi yang nyata dan akan dihadapinya untuk mempersiapkan kebutuhan-kebutuhan yang akan dipenuhi.

c. Right (kebenaran)

Kebenaran yang dimaksud yaitu ukuran atau norma-norma atau aturan yang diterima secara umum sehingga tingkah laku dapat diperbandingkan, hal ini bertujuan agar individu mampu menilai perilakunya dan merasakan kenyamanan sesuai dengan norma yang berlaku.

2. Pandangan Tentang Manusia

Dalam terapi realitas, manusia dipandang sebagai individu yang mampu menentukan dan memilih tingkah lakunya sendiri. Yang berarti individu harus bertanggung jawab dan bersedia menerima konsekuensi dari tingkah lakuny. Bertanggung jawab disini maksudnya adalah bukan hanya pada apa yang dilakukannya melainkan juga pada apa yang dipikirkannya.[39]

Dinamika kepribadian manusia dalam terapi realitas ditentukan oleh dua kebutuhan dasar, yaitu kebutuhan fisiologis dan psikologis. Kebutuhan fisiologis berupa makan,minum, seks dan lainnya.

[38] Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011), Hal. 159.

[39] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, hal. 185.

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

Sedangkan kebutuhan psikologis berupa kebutuhan psikis seperti dicintai, mencintai, mendapat rasa aman, penghargaan dan lainnya. Kebutuhan dasar ini sudah terbentuk sejak masih anak-anak.[40]

Saat seseorang berhasil memenuhi kebutuhan psikologisnya, maka ia akan mengembangkan identitas keberhasilan *(success identity)* dalam dirinya, sebaliknya jika ia gagal dalam memenuhi kebutuhannya psikologisnya, maka ia akan mengembangkan identitas gagal *(failure identity)* dalam dirinya.

Glasser percaya bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang terus menerus hadir sepanjang rentan kehidupan individu dan harus dipenuhi. Jadi ketika seseorang mengalami masalah, hal tersebut diyakini Glasser disebabkan oleh salah satu factor yaitu terhambatnya seseorang dalam memenuhu kebutuhan psikologisnya.

Pada dasarnya manusia memiliki keinginan untuk merasa puas, menikmati identitas keberhasilan dan mampu bertanggung jawab dengan perilaku yang dilakukan serta memiliki hubungan interpersonal yang bermakna. Terapi realitas memandang bahwa manusia adalah individu yang mampu merubah cara hidup, perasaan dan tingkah laku. Oleh karena itu manusia juga mampu merubah identitasnya, pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa manusia mampu

[40] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, hal. 185.

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

menentukan pilihan perilakunya sendiri dan terdorong untuk beranggung jawab atas konsekuensi-konsekuensi yang diterima. [41]

Rasa puas dalam memenuhi kebutuhan individu merupakan factor yang menentukan individu menentukan cara pandang individu terhadap dirinya sendiri. Jika kebutuhan-kebutuhannya bisa terpenuhi dengan tepat maka akan berkembang citra diri yang baik dan begitu sebaliknya dan akan menimbulkan citra diri yang negative.[42]

Allah berfirman dalam surat Al Imran ayat 14

زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا

*Dijadikan terasa indah dalam pandangan manusia cinta terhadap apa yang diinginkan, berupa perempuan-perempuan, anak-anak, harta benda bertumpuk dalam bentuk emas dan perak, kuda pilihan, hewan ternak dan sawah lading. Itulah kesenangan hidup di dunia dan di sisi Allah lah tempat kembali yang baik"*[43]

Makna yang terkandung dalam ayat tersebut adalah Allah sudah menetapkan kodrat manusia yang menyukai kepada hal yang membuatnya merasa senang dan cenderung untuk memenuhi kebutuhannya yaitu kebutuhan dunia. Akan tetapi pada ayat yang lain Allah menjelaskan bahwa semua yang ada di dunia ini adalah ujian keimanan untuk hamba-Nya. Oleh karena itu manusia mempunyai tabiat merasa kurang puas dengan yang dimiliki dan akan berusaha

[41] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: Rafika Aditama. 2013), Hal. 264.

[42] Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, hal 81.

[43] Departemen Agama Republic Indonesia, *Al-Qur'an Dan Tafsirnya Jilid 1* (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), Hal. 457.

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 memenuhinya dengan usaha yang terkadang tidak sesuai dengan norma yang ada di masyarakat.

Dalam proses pemenuhan kebutuhan, manusia akan mengalami hambatan-hambatan kondisi dan situasi yang tidak diharapkan. Terkadang manusia akan bertemu dengan situasi yang berlainan dengan keinginannya dan menghambat proses pemenuhan kebutuhan psikologisnya, hal ini disebabkan oleh penolakan diri individu dengan menghindari realita kehidupan yang dihadapi.

Corey menyebutkan bahwa manusia tidaklah terlahir dengan kertas kosong yang selalu menunggu adanya motivasi dari luar, tetapi kita terlahir dengan lima kebutuhan dasar dalam terapi realitas yaitu :

a. Cinta (*Belonging/Love*)

   Sebagai manusia, kita perlu cinta dan mencintai. Manusia perlu rasa memiliki dan dimiliki. Kita harus percaya bahwa kita diterima oleh orang lain dengan apa adanya dan menerima tanpa syarat. Kebutuhan ini oleh Glasser dibagi menjadi tiga yaitu: *social belonging, work belonging* dan *family belonging.*

b. Kesenangan (*Fun*)

   Kebutuhan ini muncul sejak dini kemudian terus berkembang hingga dewasa.kebutuhan yang diinginkan pada setiap level usia. Seperti bertamasya bersama keluarga sekedar menghilangkan kepenatan hidup, bersantai dan sebagainya.

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. Kebebasan (*freedom*)

Kebutuhan untuk merasakan kebebasan atau kemerdekaan dan tidak bergantung pada orang lain. Seperti dalam membuat pilihan atau keputusan.

d. Kekuasaan (*power*)

Merupakan kebutuhan khusus manusia. Kebutuhan akan kekuasaan meliputi keinginan untuk berprestasi, merasa berharga, kesuksesan dan mendapatkan pengakuan.

e. Kelangsungan hidup

Kebutuhan untuk bertahan hidup dan bereproduksi. Pada hakekatnya semua individu senantiasa memandang kedepan dan berusaha untuk selalu menjaga hidupnya dengan cara yang menyebabkan kelanggengan (missal exercise dan makan makanan yang sehat).[44]

3. Ciri-ciri terapi realitas

Corey menyebutkan bahwa ada 7 ciri dari terapi realitas, yaitu sebagai berikut :

a. Menolak konsep tentang penyakit mental

b. Berfokus pada saat sekarang, bukan pada masa lampau

Masa lalu seseorang merupakan takdir yang tidak bia diubah, maka yang bisa dilakukan hanyalah mengubah saat sekarang dan masa yang akan datang. Sehingga hal yang paling

[44] Benardus Widodo, *Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Mengatasi Persoalan Perilaku Disiplin Siswa Di Sekolah*, Jurnal Widya Warta No. 02, (Juli 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

dipentingkan adalah bagaimana konseli dapat memperoleh kesuksesan pada masa yang akan datang.

c. Menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai

Terapi realitas menempatkan pokok kepentingannya pada peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membuat gagal.

d. Tidak menekankan transferensi

Terapi realitas tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting. Ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai pribadi. Terapi ini juga mengimbau agar para terapis menempuh dengan beda cara yang sejati, yakni bahwa mereka menjadi diri sendiri, tidak memainkan peran sebagai ayah maupun ibu klien.

e. Menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan ketidaksadaran

Terapi ini menekankan kekeliruan yang dilakukan oleh klien, bagaimana tingkah laku klien sekarang hingga dia tidak mendapatkan apa yang diinginkannya. Terapi ini memeriksa kehidupan klien sekarang secara rinci dan berpegang pada asumsi bahwa klien akan menemukan tingkah laku sadar.

f. Menghapus konsep pemberian hukuman

Glasser menganggap bahwa pemberian hukuman untuk kepentingan mengubah tingkah laku yang tidak efektif dalam diri

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

klien yang akan mengakibatkan menguatnya identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapeutik.

g. Menekankan tanggung jawab

Menurut Glasser orang yang bertanggung jawab yaitu orang yang memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara tidak mengurangi atau menghalangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.[45]

4. Teknik-Teknik terapi Realitas

Pada dasarnya teknik terapi realitas bertujuan untuk mengoptimalkan perkembangan konseli dan pemahaman terhadap diri dan lingkungan. Proses terapi realitas berfokus pada kondisi sekarang yang kurang memuaskan dan membantu konseli memiliki sikap sadar untuk bersikap tanggung jawab dengan perilaku yang dipikirkan dan pilihannya.

Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan dan potensi klien yang berhubungan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan, terapi dapat menggunakan beberapa teknik :

a. Melibatkan diri

b. Menggunakan humor

[45] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, hal. 265-269

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. Mengkonfrontasikan klien dan menolak dalil apapun
d. Membantu klien dalam merumuskan rencana yang spesifik bagi tindakan
e. Bertindak sebagai model dan guru
f. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi
g. Menggunakan terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengkonfrontasikan klien dengan tingkah laku yang tidak realistis.[46]

Proses konseling dalam pendekatan realitas berpedoman pada dua unsur utama, yaitu penciptaan kondisi lingkungan yang kondusif dan beberapa prosedur yang menjadi pedoman untuk mendorong terjadinya perubahan pada konseli. Secara praktis, Thompson mengemukakan tujuh tahap dalam konseling realitas, yaitu :

1) Konselor menunjukkan keterlibatan dengan konseli

   Pada tahap ini konselor mengawali pertemuan dengan bersikap otentik, hangat dan menaruh perhatian pada hubungan yang sedang dibangun. Konselor harus dapat melibatkan diri kepada konseli dengan memperlihatkan sikap hangat dan ramah, meskipun konseli menunjukkan ketidaksenangan atau bersikap yang tidak berkenan. Konselor harus tetap menunjukkan sikap ramah dan sopan, tetap tenang dan tidak mengintimidasi konseli.

[46] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi* hal. 277

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) Fokus pada perilaku sekarang

Tahap kedua merupakan eksploitasi diri bagi konseli. Konseli mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya. Lalu konselor meminta konseli mendiskripsikan hal-hal apa saja yang telah dilakukan dalam menghadapi kondisi yang dialaminya. Tahap ini meliputi :

a) Eksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi
b) Menanyakan keinginan-keinginan konseli
c) Menanyakan apa yang benar-benar diinginkan konseli
d) Menanyakan apa yang terpikir oleh konseli tentang yang diinginkan orang lain dari dirinya dan menanyakan bagaimana konseli melihat hal tersebut.

3) Mengeksplorasi total behavior konseli

Menanyakan apa yang dilakukan konseli *(doing)*, yaitu konselor menanyakan secara spesifik tentang apa saja yang dilakukan konseli selama di Pondok Pesantren.

4) Konseli menilai diri sendiri atau melakukan evaluasi

Konselor menanyakan kepada konseli akan efektifitas perilaku konseli, apakah hal itu baik baginya dan meminta konseli untuk menilai perilakunya, apakah baik untuk dirinya dan orang lain atau sebaliknya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat 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

5) Merencanakan tindakan yang bertanggung jawab

Konselor membantu konseli untuk menyusun rencana tindakan bertanggung jawab secara lebih rinci dan jelas. Rencana tindakan sebaiknya dipilih yang realistis dan mudah untuk dilakukan dan tidak kaku. Sehingga konseli bisa menyesuaikan dengan potensi yang dimiliki.

6) Membuat komitmen

Konselor mendorong konseli untu merealisasikan rencana yang telah disusunnya sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan. Konseling bisa berakhir dengan kesediaan konseli melakukan hal-hal yang telah disepakati bersama konselor sebagai tugas rumah dan sepakat untuk kembali sebagai tahap evaluasi.

7) Tindak lanjut

Merupakan tahap terakhir dalam konseling. Konselor dan konseli mengevaluasi perkembangan yang dicapai.[47]

Pelaksanaan dan metode terapi realitas dilihat sebagai dua strategi utama yang pertama membangun reaksi atau lingkungan konseling yang saling percaya, kedua prosedur-prosedur yang menuntun menuju perubahan yang bisa dirangkum oleh Dr. Robert Wubbolding sebagai system WDEP. Pada system ini memberikan kerangka pertanyaan yang diajukan kepada konseli secara luwes dan

[47] Gantiana Komalasari, Dkk, *Teori Dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Ptindeks, 2011), Hal. 244-252.

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 dimaksudkan sebagai rangkaian langkah sederhana. Tapi huruf WDEP melambangkan sekelompok gagasan.[48]

Pada teknik WDEP yang merupakan akronim dari W = *wants or needs*; D = *doing and direction*; E = *evaluation or self-evaluation;* P = *planning.*[49] Setiap huruf memiliki makna kata yang mewakili metode terapi :

1. Wants / keinginan

   Konselor akan menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Menolong konseli untuk merumuskan dan menemukan apa yang diinginkan dan yang diharapkan konseli, termasuk yang diinginkan dari bidang khusus yang relevan seperti teman, pasangan, anak, pekerjaan, karir, kehidupan spiritual dan lain-lain.[50]

2. Doing / direction

   Konselor akan menanyakan tentang usaha-usaha yang telah dipilih dan dilakukan untuk mengatasi ketidaknyamanan yang dirasakan terhadap realitas. Konselor lebih memfokuskan pada perilaku total karena kemungkinan besar untuk bisa dirubah. Ada beberapa pertanyaan yang bisa memberikan konseli kesadaran akan

---

[48] Stephen Palmer, *Konseling Dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), Hal. 533.

[49] Nuul Rizka Fauziah, "*Penerapan Konseling Kelompok Realitas Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII-H SMP Negeri 2 Mojosari*"(Skripsi, BK Unesa,2013), Hal. 404.

[50] Sofwan adiputra,"*Teknik WDEP System Dalam Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa Underachiever*". Jurnal fokus konseling STKIP muhamadiyah pringsewu lampung, 1 (januari. 2016),hal. 36

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

pilihannya sekarang yang membantu sehingga konseli siap untuk menilai diri dan siapuntuk melakukan perubahan.

3. Evaluation / penilaian

Kegiatan membantu konseli untuk mengevaluasi diri. Konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya didasari oleh keyakinan bahwa hal tersebut baik baginya.

Evaluasi diri oleh konseli bertujuan agar mempercepat proses perubahan yang diinginkan dengan mengigatkan keinginan dan kebutuhannya. Pertanyaan evaluasi akan mendorong konseli untuk mengakui bahwa pilihannya tidak memberikan control yang efektif terhadap kehidupannya. Terapis bisa menggunakan pertanyaan-pertanyaan seperti berikut :

a. Apakah yang anda inginkan benar-benar baik bagi anda?
b. Apakah perilaku seperti itu melanggar aturan?
c. Apakah yang anda inginkan realistis atau dapat dicapai?
d. Apa lagi yang bisa anda lakukan?
e. Apakah yang anda lakukan membuat anda semakin dekat dengan orang-orang yang anda butuhkan?
f. Apakah tindakan anda efektif untuk mendapatkan apa yang diinginkan?

4. Planning / perencanaan

Kegiatan menolong konseli untuk menbuat rencana tindakan. Rencana menekankan tindakan yang akan diambil bukan

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

tingkah laku yang akan dihapuskan. Konselor membantu konseli untuk membuat rencana dalam mengubah tingkah laku yang melibatkan komponen-komponen sebagai berikut: mencari perilaku alternative, negoisasi rencana, berkomitmen dengan rencana yang dibuat, mengembangkan perilaku yang relevan, dan mengevaluasi kemajuan dan melaksanakan rencana yang sudah disepakati.[51]

**B. Penyesuaian Diri**

1. Pengertian penyesuaian diri

Penyesuaian menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah proses, cara, perbuatan menyesuaikan.[52] Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Menurut Schneiders penyesuaian diri sebagai adaptasi, penyesuaian diri sebagai bentuk kooformitas dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan.[53] Dengan rincian sebagai berikut:

a. Penyesuaian berarti adaptasi dapat mempertahankan eksistensinya, memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan social.

b. Penyesuaian dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memilki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam

[51] Richard Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), Hal. 299.

[52] Tim Penyususun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Ed. 3 (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), Hal. 1093

[53] Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Bumi Askara, 2006), Hal. 173.

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

konflik, kesulitan dan frustasi-frustasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang memenuhi syarat.

c. Penyesuaian dapat diartikan penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi. Didalam ilmu jiwa penyesuaian diartikan sebagai proses dinamis terus menerus yang bertujuan untuk mengubah perilaku guna mendapatkan hubungan yang lebih serasi antara diri dan lingkungannya.[54]

Tokoh A.A Schneder mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses mental dan tingalah laku yang mendorong sseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri, yang dapat diartikan oleh lingkungannya. Jadi penyesuaian diri adalah reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungannya. [55]

Seorang ahli lainnya E. Hurlock memberikan perumusan tentang penyesuaian diri secara lebih umum. Ia mengatakan bahwa ketika seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan ia memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan, berarti ia diterima oleh

[54] Mustofa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga Sekolah Dan Masyarakat,* (Jakarta: Bulan Bintang, 1977), Hal. 24.

[55] Sarwono, S W, *Psikologi Remaja* (Jakarta: PT Raja Grafindo), 2008), hal. 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

kelompok atau lingkungannya. Dengan kata lain, orang itu mampu menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkangannya.[56]

Sedangkan menurut Kartini Kartono, penyesuaian diri adalah kemampuan untuk mempertahan diri, memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani, juga dapat mengadakan reaksi yang memuaskan dengan tuntutan-tuntutan social.[57]

Menurut Sarlito Wirawan Sarwono dalam bukunya teori Psikologi Social menyebutkan bahwa " penyesuaian (adjustment) jika koformitas kesesuaian antara perilaku seeorang dengan harapan orang lain tentang perilakunya didasari oleh kesamaan antara perilaku dengan perilaku atau perilaku dengan norma.[58]

Kesimpulan dari beberapa pengertian penyesuian diri diatas adalah penyesuaian adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan untuk mengubah diri dan memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan terhadap lingkungan karena adanya perbedaan-perbedaan serta norma sikap dan perilaku agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri dengan lingkungannya, serta memperoleh kesejahteraan jasmani dan rohani sesuai dengan keadaan lingkungan yang ada.

Seperti yang dikemukakan oleh Mustofa Fahmi bahwa: " tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-

---

[56] Sarwono, S W, *Psikologi Remaja*., hal 93

[57] Kartini , Kartono Dan Jenny Andari , *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung:Mandar Maju, 1989), hal. 260.

[58] Sarwono, S W, *Psikologi Remaja* (Jakarta: PT Raja Grafindo), 2008), hal. 233.

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

kebutuhan dirinya dari keadaan di luar atau dalam lingkungan dimana dia hidup, akan tetapi dia juga dituntut menyesuaiakan diri dengan adanya orang lain dan berbagai macam kegiatan mereka”. [59]

Dalam Al-Qur’an juga menjelaskan pentingnya penyesuaian diri yang dijelaskan dalam surat Al Isra’ ayat 15

مَنِ اهْتَدَى فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَلا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّى نَبْعَثَ رَسُولا

*‘’Barang siapa yang berbuat sesuai dengan petunjuk (Allah), maka sesungguhnya itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri, dan barang siapa tersesat maka sesungguhnya (kerugian) bagi dirinya sendiri. Dan seseorang yang berdosa tidak dapat memikat dosa orang lain, tetapi kami akan menyiksa sebelum Kami mengutus seorang rasu’’l.*[60]

Dari ayat tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa manusia yang berbuat sesuai jalan Allah dan Rosulnya, berarti ia telah berbuat untuk menyelamatkan dirinya sendiri. manusia tersebut akan mendapatkan rasa untuk menyelamatkan dirinya sendiri. manusia tersebut akan mendapatkan rasa bahagia pada dirinya karena mampu memenuhi beberapa kebutuhan dan keinginan, serta mampu manjalankan hidupnya dengan puas dan bisa bertanggung jawab dengan menjelaskan norma-norma agama dan masyarakat secara baik.

2. Bentuk-bentuk penyesuaian diri

Menurut Singgih D. Gunarsa dalam bukunya Sobur, ada dua kelompok bentuk-bentuk penyesuaian diri antara lain :

a. Adaptive

[59] Mustofa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga*, hal 41.

[60] Departemen Agama Republic Indonesia, *Al-Qur’an Dan Tafsirnya Jilid, 5* (Jakarta: Widya Cahaya, 2011), hal. 450

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

Bentuk penyesuaian diri yang adaptive sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian tersebut bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan.[61]

Pada dasarnya, penelitian luas proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya. Yang dituntut oleh individu tidak hanya mengubah sikapnya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan diluar, serta dalam lingkungan tempat ia hidup dan tinggal. Tetapi ia juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan macam-macam kegiatan. Maka individu yang ingin menjadi anggota kelompok, ia berada dalam posisi dituntut untuk menyesuaiakan diri dengan kelompok itu.[62]

b. Adjustive

Bentuk penyesuaian diri yang lain bersifat psikis, artinya penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma.

Kehidupan psikis dalam penyesuaian adjustive ini,. Sebagaimana yang sudah kita ketahui, tingkah laku manusia sebagian besar dilatar belakangi oleh hal-hal psikis kecuali tingkah

[61] Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), hal. 529.
[62]Alex Sobur, *Psikologi Umum*, hal. 529.

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

laku tertentu dalam bentuk gerakan-gerakan yang sudah menjadi kebiasaan atau gerakan-gerakan reflex. [63]

3. Proses penyesuaian diri

Proses peyesuaian diri adalah sesuatu yang merupakan hal mutlak dalam hidup ini. Kebutuhan merupakan alasan yang mendorong seseorang berperilaku. Kepribadian merupakan organisasi dinamis dari system psikofisik individu yang turut menentukan cara-cara dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya. Keikutsertaan individu dalam lingkungan adalah keharusan, karena lingkungan merupakan tempat bagi indivudu melangsungkan kehidupan dan berinteraksi dengan orang lain. Lingkungan yang bersifat dinamis juga menuntut individu untuk menyesuaiakan diri dengan lingkungannya, sehingga akan menciptakan kepuasan, kenyamanan, kebahagiaan dan rasa dari hubungan yang sudah terjalin.[64]

Proses penyesuaian diri menurut Schneiders melibatkan tiga unsur, yaitu :

a. Motivasi

Factor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi sama halnya dengan kebutuhan, perasaan dan emosi,merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidakseimbangan dalam

[63] Alex Sobur, *Psikologi Umum* ,hal. 531.
[64] W. A Gerungan, *Psikologi Social* (Bandung: Refika Aditama, 2010), hal. 61.

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

organisme. Motivasi merupakan potensi yang ada dalam diri manusia untuk melakukan sesuatu yang bisa mendatangkan kesenangan kepada dirinya atau memuaskan kebutuhan primernya atau menghindari sesuatu yang menimbulkan rasa sedih dan tidak aman yang berfungsi menjaga kelangsungan fungsi fisiologis secara signifikan bagi kelangsungan hidup.[65]

b. Sikap terhadap realitas

Berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. Secara umum, dapat dikatakan bahwa sikap yang sehat terhadap realitas dan kontak yang baik dengan realitas itu sangat diperlukan bagi proses penyesuaian diri yang sehat. Beberapa perilaku seperti sikap antisosial, kurang berminat, sikap bermusuhan, kenakalan dan sindiran, semuanya itu sangat mengganggu hubungan antara penyesuaian diri dengan realitas.

c. Pola dasar penyesuaian diri

Setiap manusia pasti mengalami kegagalan, ketika kegagalan itu mengalami ketidakpuasan dalam menghadapi kondisi tertentu, dia akan beralih pada kegiatan untuk mengurangi ketegangan yang dirasakannya. Sesuai dengan konsep dan prinsip-prinsip penyesuaian diri yang ditujukan kepada diri sendiri,orang lain,

[65] M. Sayyid Muhammad Az Za ‘Balawi, *Pendidikan Remaja Antara Islam Dan Jiwa* (Depok: Gema Insani, 2007),hal. 191.

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

mapun lingkungannya maka proses penyesuaian diri menurut Sunarto dapat ditujukan sebagai berikut :

1) Individu dalam proses pemenuhan kebutuhan dipengaruhi oleh dua sisi yakni dorongan untuk memperoleh makna dan eksistensi kehidupan dan mendapatkan peluang dari luar dirinya.
2) Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan.
3) Individu akan bertindak sesuai kemampuan dirinya dan kenyataan objektif di luar dirinya secara dinamis dan luwes untuk menimbulkan rasa nyaman.
4) Individu bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif agar bisa menerima dan diterima lingkungan.
5) Rasa hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain meskipun sebenarnya kurang serius dengan kedaan dirinya.
6) Kesanggupan merespon frustasi, konflik dan stress secara wajar, sehat, dan profesional, dapat mengontrol dan mengendalikan sehingga dapat memperoleh manfaat tanpa harus menerima kesedihan yang mendalam.

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

7) Individu akan merasa percaya diri, pecaya dengan orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya sehingga terhindar dari rasa kesepian dan terabaikan.[66]

C. Santri

1. Pengertian Santri

Menurut kamus besar bahasa Indonesia santri adalah orang yang mendalami agama islam, orang yang beribadat dengan sungguh-sungguh dan orang yang mendalami pengajiannya dalam agama islam dengan berguru ketempat yang jauh seperti pesantren.[67]

Sebagian orang Indonesia berpendapat bahwa kata santri berasal dari bahasa Sansakerta yakni : sastri yang memilki arti "melek huruf". Jadi santri adalah seseorang yang bermukim di pondok pesantren yang menimba ilmu agama disuatu pondok pesantren. Di dalam pondok pesantren, para santri akan mengikuti jadwal belajar dan ibadah yang telah disusun sedemikian rupa dan menjadi hal yang wajib untuk dilaksanakan para santri. Adapun beberapa kegiatan yang biasanya dilakukan di dalam pondok pesantren sebagai berikut:

a. Mengikuti shalat berjam'ah sesuai dengan yang sudah ditentukan.
b. Mengikuti kegiatan belajar mengajar (KBM) sesuai dengan jadwal
c. Sarapan dan makan bersama sesuai dengan jadwal dan aturan yang berlaku

[66] Mohammad Ali Dan Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakata: Bumi Aksara,2006), hal. 178.

[67] Tim Penyusun Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Ed. 3* (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hal. 997.

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

d. Melaksanakan atau mengikuti acara-acara yang diadakan pondok pesantren.

e. Melaksanakan bersih-bersih bersama.

Pesantren adalah sebuah pendidikan tradisional yang para siswanya tinggal bersama dan belajar dibawah bimbingan guru yang lebih dikenal dengan sebutan kiai dan mempunyai asrama untuk tempat menginap santri. Santri tersebut berada dalam kompleks yang didalamnya menyediakan tempat untuk belajar, masjid untuk beribadah dan kegiatan yang lainnya. Kompleks tersebut biasanya dikelilingi oleh dinding untuk bisa mengawasi keluar masuknya para santri sesuai dengan peraturan yang berlaku. [68]

Ciri khas santri merupakan bagian dari pondok pesantren. Pondok pesantren merupakan dua istilah yang menunjukkan satu pengertian. Pesantren menurut pengertian dasarnya adalah tempat belajar para santri, sedangkan pondok berarti rumah atau tempat tinggal sederhana terbuat dari bambu. Selain itu, kata pondok mungkin berasal dari kata bahasa Arab ( *Funduk* ) yang berarti asrama atau hotel. Di Jawa termasuk Sunda dan Madura umumnya menggunakan istilah pondok dan pesantren, di Aceh dikenal dengan istilah dayah atau rangkau sedangkan Minagkabau disebut Surau.[69]

---

[68] Zamakhsyari Dhofier, *Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai*, (Jakarta: LP3S, 1983), hal. 18.

[69] Nurcholis Madjid, *Balik-Balik Pesantren Sebuah Potret Perjalanan*, (Jakarta: Paramadina, 1997), 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

2. Fase remaja

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan social. Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti sudah diatur, mudah terangsang perasaan dan sebagainya.[70]

Dalam bukunya Kartini Kartono, "masa remaja disebut pula sebagai penghubung antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa". Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah. [71]

Piaget mengungkapkan bahwa masa remaja adalah masa integrasi individu dengan orang dewasa, memiliki sikap yang tidak lagi anak-anak dan sejajar dengan orang dewasa. [72]

Berdasarkan beberapa pengertian, banyak para ahli mendefinisikan bahwa usia remaja dimulai pada usia 13 tahun dan berakhir pada usia 20 tahun dengan ciri-ciri adanya banyak perubahan secara fisik maupun psikologis , munculnya berbagai masalah yang dihadapi oleh remaja untuk mencari jati diri dan sering memandang

[70] Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 2006), hal. 206.
[71] Kartini Kartono, *Psikologi Anak (Psikologi Pendidikan)*, (Bandung: Mandar Maju, 1995). hal. 148.
[72] Muhammad Al Mighwar, *Psikologi Remaja* (Bandung: Pustaka Setia,2011), hal. 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

diri sendiri dan orang lain berdasarkan keinginannya bukan atas dasar keinginannya.

3. Ciri- ciri masa remaja

Menurut Havighurst dalam bukunya Hurlock, masa remaja memiliki ciri-ciri yang terdiri atas :

a. Masa remaja sebagai periode penting. Remaja mengalami perubahan penting dalam hidupnya baik dari segi fisik maupun mentalnya menuju kedewasaan diri.
b. Masa remaja sebagai masa yang bermasalah. Masalah pada masa remaja sering menjadi masalah yang sulit untuk diatasi. Ketidak mampuan mereka untuk mengatasi masalah membuat remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.
c. Remaja sebagai periode peralihan. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan perannya yang harus dilakukan. Pada masa ini , remaja bukan lagi seorang individu dan bukan juga orang dewasa.
d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas. Pada periode ini, remaja melakukan identifikasi dengan tokoh atau orang yang dikagumi.
e. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Adanya stereotip budaya bahwa remaja adalah individu-individu yang berperilaku merusak, mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja

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 dirinya sendiri dan akhirnya membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.

f. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status kedewasaan, yaitu merokok, meminum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan seks bebas.[73]

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Wiewiek Ardy Wijayanti pada tahun 2015 dengan judul "Penerapan Konseling Realitas Melalui Prosedur WEDP Untuk Mengatasi Rendahnya Penerimaan Diri Fisik Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Mejobo Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015". Letak persamaan yang ada dalam penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan konseling realitas dan menggunakan teknik WDEP. Perbedaan yang terdapat adalah dalam penelitian ini meneliti tentang cara mengatasi rendahnya penerimaan diri fisik siswa, bukan proses penyesuaian diri seseorang dan jenis penelitiannya menggunakan metode penelitian kuantitatif.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Emma Juwita sari pada tahun 2011 dengan judul "Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Dalam Mengatasi Perasaan Bersalah (Studi kasus seorang remaja yang membunuh bayinya di Banjarsugihan Tandes Surabaya)" letak persamaan yang ada pada penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan

[73] Hurlock. E. B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2006), Hal. 207-209

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

terapi realitas dan menggunakan jenis penelitian dengan metode penelitian kualitatif. Sedangkan perbedaannya adalah dalam penelitian ini meneliti masalah perasaan bukan proses penyesuaian diri.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Elis Sulistiya pada tahun 2014 dengan judul "Pengaruh Konseling Realitas Terhadap Pembentukan Kemandirian Pada Siwa SMPN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2013/2014" letakpersamaan yang ditemukan pada penelitian ini adalah sama-sama menggunakan terapi realitas dalam menangani siswa yang belum bisa mandiri dan perbedaannya terletak pada jenis penelitian yakni menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif.

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

# PELAKSANAAN TERAPI REALITAS UNTUK MEMBANTU PROSES PENYESUAIAN DIRI SEORANG SANTRI DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-YASINI

## A. Gambaran Hasil Penelitian

1. Pondok pesantren terapadu Al-Yasini

   a. Sejarah pondok pesantren Terpadu Al-Yasini

Pesantren Terpadu Al-Yasini memiliki nama lengkap Pondok Pesantren Miftahul Ulum Al-Yasini yang berdiri pada tahun 1940. Nama pesantren Al-Yasini diambil dari perintis dan pendiri pesantren yaitu KH. Yasin Abdul Ghoni. Pada mulanya kegiatan pesantren bertempat di Musholla diikuti santri yang bermukim maupun masyarakat disekitar pesantren. Pada tahun 1951 KH Yasin Abdul Ghono Wafat sehingga kepemimpinan pesantren dikendalikan oleh Ibu Nyai Chusna. Dengan penuh keteladanan dan kesabaran yang tinggi, pesantren terus menunjukkan eksistensinya sehingga para santri dengan istiqomah dapat belajar dan mengembangkan diri melalui pemahaman agama dan kecakapan serta keterampilan hidup.

Dua tahun berikutnya yakni pada tahun 1953 pesantren dipimpin oleh putera bungsu beliau bernama KH. Imron Fatchullah, dibawah kepemimpinan beliau pesantren mulai



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

mengembangkan pendidikan formal melalui jalur pendidikan Madrasah Diniyah kurikulum pesantren. Di bawah kepemimpinan KH. Imron Fatchullah (wafat 30 Agustus 2003), pesantren ini mulai menunjukkan gairah pendidikan menatap masa depan. Para santri mulai berdatangan dari berbagai daerah. Pada tahun 1963 didirikan pondok pesantren putri, menyusul pada tahun 1980 berdiri pondok pesantren putra. Untuk memenuhi kebutuhan pendidikan dan keberlangsungan kaderisasi kepemimpinan pesantren, maka pada 1984 pesantren mendirikan Madrasah Muallimat. Pada masa kepemimpinan KH Imron Fatchullah beliau banyak memberikan pendidikan tentang leadership dan kemandirian kepada para santri serta pola pengembangan pesantren kepada generasi calon penerus majlis keluarga untuk mengembangkan pesantren dengan menanamkan disiplin, bekerja keras dan ikhlas termasuk kepada KH A Mujib Imron, SH. MH yang saat itu secara istiqomah bersama Alm. KH M Ali Ridlo mendampingi kepemimpinan KH Imron Fatchullah.

Seiring dengan usia Ayahanda yang makin tua maka pada tahun 1990 estafet kepemimpinan pondok pesantren diamanatkan kepada KH.A. Mujib Imron, SH ( saat itu menjabat ketua PCNU Kab. Pasuruan) dibawah kepemimpinan Gus Mujib beserta keempat saudaranya (Dr.Ir.H. Achmad Fuadi, Msi, Hj. Masluchah, Kh. Chanifah dan Hj. Ilvi Nurdiana, M.Si ), pesantren Al-Yasini

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

terus berkembang pesat. Pada tahun 2005 jumlah siswa dan santri mencapai 2.178 anak, mereka datang dari berbagai daerah di pulai Jawa dan luar Pulau Jawa sehingga kiprah pesantren semakin dikenal secara meluas. Kemudian pondok pesantren memantapkan diri dan semakin tegak secara kelembagaan ketika dinaungi oleh Yayasan Miftahul Ulum Al-Yasini Akta Notaris Nomor : 10/1992 tanggal 30 April 1992 a.n. Ny. Sri Budu Utami. Kemudian pondok pesantren dilengkapi dengan mendirikan lembaga pendidkan formal dibawah kendali mutu DEPAG dan DEPDIKNAS yang terdiri dari TK, SD Islam, SMP , MTs, MA, MAK dan SMK.

Langkah pondok pesantren di bawah pimpinan Gus Mujib makin kokoh tatkala menteri Agama RI H.Maftuh Basyuni berkenan meresmikan pondok pesantren sebagai Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini pada 4 Juli 2004. Sejak diproklamirkan sebagai pesantren terpadu, tingkat kepercayaan masyarakat semakin kuat sehingga penyelenggara pesantren dan pendidikan formal terus berupaya memenuhi kebutuhan peserta didik dan santri. Baik kebutuhan fisik dan sarana gedung maupun infrastruktur yang lain.

b. Visi dan misi pesantren

Visi

Mencetak insan religious yang cerdas, bermoral, mandiri, dan kopetitif

Misi

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) Mendidik santri agar memiliki kemantapan akidah,kedalaman spiritual, keluasan ilmu dan keterampilan serta keluhuran budi pekerti
2) Mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta kesenian yang bernafaskan islami.
3) Memberikan pelayanan terbaik dan keteladanan atas nilai-nilai islam yang inklusif dan humanis.
4) Mengembangkan menejemen pesantren terpadu di level nasional maupun internasional

c. Struktur Pengurus pondok pesantren

| | |
|---|---|
| **Majelis Pengasuh** | : Ibu Nyai Hj. Zakiyah |
| | : Ibu Nyai Hj. Hanifah |
| | : KH. A. Mujib Imron, SH |
| **Pengawas** | : Drs. H Muhsin |
| | : A. Musyaffa' Arwani |
| **Pengurus Harian** | |
| Ketua | : Hj Ilfi Nurdiana, MSi |
| Sekretaris | : Zainudin, S.Pd |
| Wakil sekretaris | : M Thahir, S.Ag |
| Bendahara | : M Ghazali, SE |
| Wakil bendahara | : H. abd. Kholiq |
| **Kepala Bidang Kepesantrenan** | : Yazid Busthomi |
| Kepala pondok putra | : Ustadz Nuhari |

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

| | |
|---|---|
| Kepala pondok putri | : Marhumah S.Pd |
| **Kepala Bidang Pendidikan** | : M Sholeh Anam. S.Pd.I |
| Kepala TK | : Daimatus Sholihah |
| Kepala SDI | : Sri Windari Wahyuni, S.Pd |
| Kepala SMPN 1Kraton | : Drs. Agung Arief Wijayanto |
| Kepala SMP Unggulan | : Suhaemi S.Pd.I |
| Kepala MTs Al-Yasini | : H. Muhammad Sapuan, S.Pd.i |
| Kepala SMA Al-Yasini | : Ahmad Munif S.Ag |
| Kepala SMKN 1 Wonorejo | : Drs. Solikhan |
| Kepala MAN | : Firmansyah S.Pd, M.Pd |
| Madrasah Salafiyah | : M. Thoha rifai |
| Madrasah Diniyah | : M Khudlori Nahrowi |
| Coordinator Perguruan Tinggi | : H. A. Nur Solikhin, M.Hum |
| Kepala Bagian LPQ | : M Ustman Ali |
| Kepala Bagian LPBA | : Muzammil Aziz |

2. Deskripsi Konseli

Adapun Konseli dalam penelitian ini adalah :

| | |
|---|---|
| Nama | : Rita (nama samaran) |
| Tempat Tanggal Lahir | : Pasuruan, 16 Desember 2002 |
| Jenis Kelamin | : Perempuan |
| Anak ke | : 1 dari 2 bersaudara |
| Agama | : Islam |

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 | : TK Kartini Nongkojajar |
| | MI Miftahul Ulum Kayukebek Nongkojajar |
| | MTs Al-Yasini |
| Nama Ibu | : Ibu Mujayani |
| Tempat Tanggal Lahir | : Pasuruan, 19 November 1984 |
| Usia | : 33 tahun |
| Pekerjaan | : Ibu Rumah Tangga |
| Pendidikan terakhir | : SD |

| | |
|---|---|
| Nama Ayah | : Sutrisno |
| Tempat Tanggal Lahir | : Pasuruan, 19 Juli 1975 |
| Usia | : 42 tahun |
| Pekerjaan | : Petani |
| Pendidkan terakhir | : SD |

3. Latar Belakang Konseli

a. Kondisi fisik konseli

Rita merupakan anak yang baru memasuki tahap perkembangan masa remaja dengan perubahan fisik yang baik. Rita adalah tipe anak yang tidak suka suasana yang ramai, lebih suka sendirian dan tidak banyak bicara ataupun bercerita.[74]

b. Kondisi Keagamaan Konseli

[74] Hasil wawancara dengan teman kamar konseli pada 12 Maret 2018

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

Setelah lulus dari Madrasah Ibtidaiyah di desanya, Rita juga mendapatkan dorongan dari kedua orang tua untuk melanjutkan ke pondok pesantren agar mendapatkan pendidikan agama yang lebih baik.

Ketika rita sudah memasuki dunia pesantren ia menginginkan untuk belajar menghafal Al-Qur'an, dengan demikian Rita bisa istiqomah dalam hal melaksanakan ibadah.

c. Kondisi Lingkungan Konseli

Santri pondok pesantren Al-Yasini mayoritas adalah santri mukim dari berbagai daerah di Jawa Timur. Semua santri bercampur menjadi satu tidak membedakan ras suku atau yang lainya. Oleh karena itu semua santri harus bisa menyesuaikan dirinya sendiri dan bisa memanfaatkan waktunya sesuai dengan kegiatan yang ada di dalam pondok pesantren. Rita bertempat di Asrama J tepatnya di kamar J 06 satu kamar beranggota kurang lebih 18 anak.

d. Kondisi Sosial Konseli

Rita merupakan tipe individu yang baik, suka membantu teman-temannya. Pendiam dan tidak suka dengan suasana yang ramai. Oleh karena itu ia senang menyendiri.[75]

[75] Hasil wawancara dengan teman kamar konseli pada 12 Maret 2018

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. Aktifitas Konseli di Pondok Pesantren

Kegiatan di dalam Pondok pesantren yang terlalu padat dan rita belum bisa memanfaatkan waktu dengan baik membuat ia kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Pagi sekolah formal setelah itu sore hari sekolah diniyah yang pembagian kelasnya dilihat dari kemampuan masing-masing individu. Mengikuti jama'ah shalat magrib dengan dzikir kemudian dilanjutkan dengan LPQ (lembaga Pendidikan Al-Qur'an), berjama'ah shalat Isya setelah itu jam belajar.[76]

Awalnya rita merasa terbebani berada di dalam pondok pesantren, dari kegiatan sehari-hari mulai dari pagi sampai malam terlalu padat. Misalnya hafalan nadzom atau hafalan Al-Qur'an dan banyaknya ujian yang membuat rita masih enggan untuk menyesuaikan dirinya dengan baik.

5. Masalah Penyesuaian Diri Konseli

Pada penelitian ini masalah yang sedang dihadapi konseli adalah kurang mampu dalam menyesuakan dirinya dengan kegiatan yang ada di pondok pesantren, akibatnya konseli kurang bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Dari masalah yang sedang dihadapi konseli ada beberapa sebab antara lain kurang bisa menyesuaikan diri dan padatnya kegiatan yang

[76] Hasil wawancara dengan pengurus Pondok Pesantren 06 Februari 2018

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

ada di pondok pesantren. Setelah pulang sekolah, istirahat sebentar kemudian dilanjutkan dengan kegiatan berikutnya Madrasah Diniyah.

6. Deskripsi Konselor

Dalam penelitian ini konselor adalah seseorang yang membatu untuk proses terapi bagi konseli dalam menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi. Adapun biodata konselor adalah sebagai berikut :

| | |
|---|---|
| Nama | : Dewi Lailatul Maghfiroh |
| Tempat Tanggal Lahir | : Pasuruan, 23 Desember 1995 |
| Agama | : Islam |
| Pendidikan | : SDN Cukurgondang II<br>SMPN 2 Grati<br>MAN Kraton Al-Yasini<br>sedang menempuh pendidikan strata satu di UIN Sunan Ampel Surabaya |
| Pengalaman | : |

Konselor telah mengikuti beberapa mata kuliah yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam dan telah melakukan beberapa praktek konseling seperti BKI, *Family Therapy* dan Terapi Islam. Konselor juga telah melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di Yayasan Hotline Surabaya dibagian pendampingan pada bulan September-November. Konselor memberikan pendampingan

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

kepada beberapa siswa disalah satu MTs di Surabaya, dengan berbagai kasus, seperti masalah keluarga, pacaran, dan lain-lain.

## B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan

Pada proses penelitian awal, peneliti melakukan tahap utama dengan mewawancarai salah satu teman kamarnya di Pondok Pesantren untuk mengetahui perilaku konseli ketika berada di kamarnya dan ketika dia berada di sekolah.

Dari hasil wawancara tersebut peneliti menyimpulkan bahwa kebanyakan santri yang baru masuk kelas VIII tingkat SLTP banyak mengalami permasalahan dalam penyesuaian diri karena mereka belum terbiasa jauh dari orang tua dan masih belum bisa hidup mandiri. Konselor melakukan pendekatan terhadap beberapa santri yang masih sekolah tingkat SLTP untuk mengetahui aktifitas keseharian dari beberapa santri tersebut.[77]

Setelah melakukan proses pendekatan dan berhasil menjalin keakraban dan mendapat kepercayaan dari konseli selanjutnya dilakukan proses konseling, adapun tindakan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

a. Identifikasi Masalah

[77] Hasil wawancara dengan pengurus asrama pada 24 Februari 2018

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

Setelah peneliti mendapatkan informasi dari hasil wawancara dengan pengurus asrama dan teman kamarnya serta pernyataan konseli sendiri bahwa hambatan yang dihadapi oleh konseli adalah selalu memikirkan keadaan di rumah. Padahal kedua orang tuanya sudah menasehati konseli bahwa jangan terlalu memikirkan orang-orang rumah. Meskipun sudah dinasehati Rita masih tidak betah di Pondok Pesantren.

Hambatan lain yang sedang dihadapi oleh Konseli tidak terbiasa terbuka, ia selalu menyembunyikan masalah dari teman-temannya karena ia tidak ingin membebani masalahnya tersebut. Sehingga ia sering menyendiri dan menghindari dari lingkungannya. Konseli juga merasa selama hidup di pondok pesantren ia mengalami banyak masalah misalnya tidak disukai oleh salah satu teman kamarnya, terlalu banyak hafalan dan selalu ada ujian. Di samping itu ia tidak suka dengan suasana yang ramai, sehingga belajar pun ia kesulitan untuk fokus.

b. Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi konseli. Dan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah konseli sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Dari hasil wawancara, konselor mengumpulkan beberapa hambatan yang dialami konseli antara lain :

1) Selalu memikirkan keadaan orang rumah (orang tua)

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) Kesulitan untuk belajar karena suasana yang ramai
3) Tidak terbuka, selalu menyembunyikan masalahnya dengan alasan tidak mau membebani teman
4) Merasa banyak masalah (tidak disukai teman, terlalu banyak hafalan dan ujian)

c. Prognosis

Setelah konselor menetapkan masalah konseli, langkah selanjutnya adalah prognosis, yang merupakan langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilakukan dalam menyelesaikan masalah konseli. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan masalah klien agar proses konseling bisa membantu klien secara maksimal.

Setelah melihat permasalahan konseli, konselor memberikan konseli terapi realitas dengan teknik WDEP agar mampu menyesuaikan diri dengan baik. Dimana terapi realitas ini tidak memandang perilaku konseli di masa lalu, tetapi terapi realitas menfokuskan perilaku konseli saat ini. Jadi dalam memberikan treatment nanti, konselor tidak melihat apa saja kegagalan yang telah dilakukan oleh konseli, tetapi lebih fokus kepada bagaimana konseli untuk bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya.

Selain menggunakan teknik WDEP konselor juga menggunakan beberapa tahapan yaitu (1) Fokus pada perilaku

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

sekarang, merupakan eksploitasi diri bagi konseli. Konseli mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya. Lalu konselor meminta konseli mendiskripsikan hal-hal apa saja yang telah dilakukan dalam menghadapi kondisi yang dialaminya. Tahap ini meliputi; Eksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi; Menanyakan keinginan-keinginan konseli; Menanyakan apa yang benar-benar diinginkan konseli; Menanyakan apa yang terpikir oleh konseli tentang yang diinginkan orang lain dari dirinya dan menanyakan bagaimana konseli melihat hal tersebut. (2) Konseli menilai diri sendiri atau melakukan evaluasi yaitu dengan Konselor menanyakan kepada konseli akan efektifitas perilaku konseli, apakah hal itu baik baginya dan meminta konseli untuk menilai perilakunya, apakah baik untuk dirinya dan orang lain atau sebaliknya. Fungsi konselor tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini.

Konselor membimbing konseli agar konseli bisa melaksanakan rencana sesuai dengan yang akan diberikan konselor. Tahapan treatment dalam menggunakan teknik WDEP yang akan dilakukan oleh 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

Tabel 3.1

Rencana Pelaksanaan Proses Treatment

| No | Hari/Tanggal | Proses Terapi |
|---|---|---|
| 1. | Senin, 15 Februari 2018 | 1. Pertemuan pertama difokuskan pada tahapan teknik Wants dan Doing and Direction, mengingat konseli akan kembali beraktifitas mengaji. |
| | | 2. Untuk tahapan poin *Wants*, konselor meminta konseli untuk menuliskan apa saja yang konseli inginkan selama berada di dalam pondok pesantren<br>3. Setelah konseli menuliskan apa saja yang menjadi keinginannya, konselor kemudian menanyakan apakah keinginan-keinginan itu menjadi suatu harapan besarnya. |
| | | 4. Tahap selanjutnya adalah jika konseli memang menginginkan sesuatu yang telah ia tulis tadi,lalu konselor bertanya kepada konseli apa sajakah yang sudah konseli lakukan selama ini? Apakah perilaku yang ia lakukan selama ini mengarah kepada keinginan yang ingin ia capai. Ini adalah tahapan poin *Doing and Directoin.* |
| | | 5. Konselor menekankan kembali pertanyaan apakah perilakunya selama ini membawa konseli ke arah keinginan yang ingin ia capai? |
| | | 6. Pertemuan pertama diakhiri dengan pemberian waktu kepada konseli untuk merenungkan perilakunya yang selama ini ia lakukan. |
| | | 1. Mereview hasil terapi pada hari senin, dimana konselor mengingatkan kembali keinginan yang ditulis. |
| | | 2. Mengingatkan kembali hasil tulisan konseli tentang perilaku yang selama ini ia tampakkan. |

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. | Selasa, 16 Februari 2018 | 3. Selanjutnya ada tahapan poin *Evaluation*, pada tahap ini konseli diminta untuk menilai dan mengevaluasi perilakunya selama ini. Apakah sudah benar apa belum |
| | | 4. Saat konseli dapat menilai perilakunya, konselor meminta konseli untuk menuliskan rencana tindakan yang seharusnya ia lakukan agar dapat mendekatkan dengan keinginannya. Hal ini sesuai dengan tahapan pada teknik WDEP poin *Planning*. |
| | | 5. Pertemuan kedua diakhiri dengan membuat komitmen antara konselor dan konseli untuk mewujudkan rencana tindakan yang telah ditulis. |

d. Treatment

Setelah konselor menetapkan terapi yang sesuai dengan masalah konseli maka langkah selanjutnya adalah langkah pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosis. Hal ini sangatlah penting didalam proses konseling, karena langkah ini menentukan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu masalah konselinya.

Pada treatment ini konselor menggunakan terapi Realitas untuk membantu proses penyesuaia diri yang dihadapi oleh salah satu santri dengan alasan terapi realitas sangat cocok untuk membantu konseli menyadarkan apa yang sedang dilakukan oleh dirinya. Karena terapi Realitas merupakan terapi yang fokus dengan tingkah laku sekarang tidak bertitik tolah dengan tingkah laku masa lampau.

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

Treatment diawali dengan pertemuan antara konselor dan konseli. Dalam pertemuan ini dilakukan konselor dengan suasana yang santai dengan selingan canda tawa sambil bercerita tentang keseharian konseli dari pagi sampai menjelang tidur. Perbincangan kami membuat komunikasi menjadi lebih interaktif dan kondusif. Setelah itu konselor menggali informasi dari konseli tentang kesulitan-kesulitan yang dialami dan bagaimana dia mengatasinya untuk saat ini. Adapun tahapan pelaksanaan terapi realitas adalah sebagai berikut :

1) Apa yang diinginkan (*Want*)

Pada teknik yang pertama ini konselor meminta konseli mengungkap dan memperjelas keinginan-keinginan pada dirinya sendiri maupun sebagai santri di Pondok pesantren yang diharapkan oleh dirinya, orang tua maupun guru dan lingkungannya agar konselor bisa mengetahui keinginannya.

Konseli mengungkapkan bahwa ingin membahagiakan kedua orang tuanya dengan bisa menghafal Al-Qur'an dan menghafal semua Nadzom, meskipun itu masih sulit untuk ia lakukan. Selain itu ia juga menginginkan bisa belajar dengan serius meskipun itu dengan suasana yang ramai.

Konselor juga menanyakan pada konseli tentang perbedaan kondisi pada saat awal masuk pondok pesantren hingga sekarang. Konselor juga menjelaskan bahwa dengan dia

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 keinginan, yang seharusnya ia lakukan adalah bersemangat belajar mencari ilmu dan harus bisa menyesuaikan dirinya meskipun itu dengan berlahan.

Koseli mengungkapkan bahwa awal masuk pondok pesantren dia merasa tidak betah karena selalu memikirkan keadaan yang di rumah tetapi lama-kelamaan dia sadar bahwa dia lebih senang ketika berada di pondok pesantren. Konselor meminta konseli untuk menuliskan apa saja yang konseli inginkan. Dan berikut adalah keinginan konseli yang telah ia tulis :

a) Saya ingin melihat kedua orang tua saya bahagia dengan prestasi saya
b) Saya ingin mempunyai sifat peduli dengan orang lain
c) Saya ingin bisa menghafal Al-Qur'an
d) Dan saya ingin bisa hafal semua nadzom
e) Saya ingin tidak terlalu memikirkan orang rumah
f) Saya tidak ingin merepotkan mbak kamar
g) Saya ingin bisa belajar serius dan fokus

Setelah konselor mengetahui keinginan konseli , konselor menjelaskan kembali keinginannya yang kemudian meminta konseli untuk ikut ke tahap selanjutnya yaitu bagaimana dia bersikap atau berperilaku selama menjadi santri.

2) Apa yang dilakukan (*Doing*)

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 meminta konseli untuk menjelaskan tindakan yang saat ini dilakukan dengan situasi yang dihadapi dan usaha yang sudah dilakukan untuk meraih atau mendapatkan keinginan yang sudah disebutkan diatas. Tahap berikut adalah melihat perilaku yang ditunjukkan konseli. Berikut yang dituliskan konseli :

a) Saya masih belum serius ketika belajar
b) Saya lebih sering menyendiri
c) Saya jarang bergaul dengan teman-teman kamar
d) Saya masih sering merasa tidak betah di pondok pesantren
e) Saya sering bersikap cuek dengan teman kamar
f) Saya masih malas untuk belajar menghafal Al-Qur'an ataupun Nadzom

3) Menilai diri (*Evaluation*)

Langkah selanjutnya adalah membawa konseli untuk menilai pikiran yang ada dibenaknya dan perilaku yang selama ini dilakukannya secara cermat dengan memberikan penjelasan tentang perbandingan keinginannya dan perilakunya yang dilakukan sekarang. Kemudian konseli diberikan beberapa pertanyaan sebagai berikut :

a) Apakah yang konseli inginkan benar-benar baik bagi dirinya ?

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

b) Apakah tindakan sekarang itu efektif untuk mendapatkan apa yang diinginkan?

c) Apakah perilaku semacam itu sesuai dengan aturan umum yang ada di pesantren?

d) Apakah cara yang telah konseli pilih bisa membantu dia dalam mnyesuaikan diri?

Dari pertanyaan-pertanyaan tersebut dapat membantu konseli untuk mulai menyadari sikap ataupun perilakunya yang akan merugikan dirinya dan menjauhkan dari keinginan-keinginan yang belum terlaksana. Dan dia mulai berfikir tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayai dia selama di pondok pesantren.

Konseli juga mulai menyadari jika dia tidak merubah sikapnya akan merugikan dirinya, orang tua dan teman-teman di asramanya. Dia tidak di sukai oleh salah satu teman kamarnya karena sikap dia yang terlalu cuek dan sering menyendiri. Selain itu konseli masih mengakui kesulitan untuk bisa belajar serius dan ikut bergurau dengan teman-teman kamarnya. Kemudian konselor mengajaknya untuk bisa merubah perilakunya agar apa yang ingin dicapai bisa terlaksana, dengan mengajak berdiskusi menemukan cara-cara baru tentang rencana yang bisa konseli lakukan sesuai dengan kemampuannya.

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) Merencanakan tindakan tanggung jawab (*Plans*)

Setelah mengetahui semua keinginannya untuk berubah dan bisa menyadari bahwa apa yang dilakukannya tidak menguntungkan bagi dirinya, orang tua maupun lingkungannya, setelah itu konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk merencanakan tindakan yang akan membantu konseli untuk mencapai keinginannya dan menemukan jati dirinya sendiri.

Konselor menanyakan kepada konseli untuk kesediannya untuk merubah sikapnya. Dan konseli bersedia melakukan hal baru agar lebih bisa menghadapi hal-hal kedepannya nanti, konseli akan terus menumbuhkan sikap peduli dengan lingkungan sekitarnya baik itu di sekolah maupun di asrama dan konseli juga berusaha tidak selalu memikirkan orang-orang di rumah. Ia akan bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya. Dan membiasakan untuk selalu belajar.

Konselor mengajak konseli untuk tetap belajar meskipun suasana ramai, dengan memberikan penguatan bahwa kita sebagai pelajar atau santri belajar adalah sebuah kewajiban agar apa yang kita inginkan tercapai. Seharusnya kita bersyukur bisa sekolah bahkan bisa sekolah di dalam lingkup pondok pesantren yang tidak semua dirasakan oleh anak-anak yang 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

Konseli juga berusaha tidak cuek dengan teman-teman kamarnya, dia pun sudah ikut senda gurau dengan temanya meskipun belum setiap hari dia lakukan. Menurutnya ikut bercanda bersama temannya merupakan hal yang positif untuk membuat dia tidak selalu memikirkan orang-orang rumah. Konseli berencana akan selalu istiqomah dalam proses menghafalnya dan akan memanfaatkan waktu luang untuk belajar dan menghafal.[78]

Supaya konseli bisa melaksanakan rencananya dengan baik, konselor memberikan motivasi bahwa pilihan orang tua untuk menyekolahkan Rita di Pondok pesantren merupakan pilihan yang sangat mulia karena manfaat yang diperoleh lebih banyak dari teman-temanya yang tidak bermukim di pondok pesantren. Konselor meyakinkan bahwa manfaat yang diperoleh tidak hanya untuk diri kita sendiri melainkan untuk orang tua dan masa depan, selain itu ilmu yang didapatkan tidak hanya ilmu dunia saja akan tetapi ilmu akhirat juga didapatkan.

Konselor memberikan gambaran ketika kita tidak punya rasa peduli kepada orang yang ada disekitar, maka baigaimana ketika kita sakit dan membutuhkan orang lain. Dengan memberikan motivasi kepada konseli, konseli akan lebih

[78] Hasil pertemuan dengan klien pada 24 Februari 2018

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

tanggung jawab dengan apa yang seharusnya dia lakukan sesuai dengan apa yang diinginkan.

Konseli akan memutuskan sendiri untuk segera merealisasikan rencananya dan dia akan berusaha sebaik mungkin untuk merubah hal-hal yang tidak menguntungkan baginya. Konselor juga meyakinkan kembali dengan kalimat motivasi " *dan sebaik-baiknya manusia adalah orang yang paling bermanfaat bagi orang lain*". Dengan kita peduli maka akan bermanfaat bagi orang lain, mendengar kalimat itu konseli tersenyum dan membenarkannya. Dia juga akan meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk mengingatkan ketika dia lalai dan lupa akan tugasnya merubah sikapnya yang buruk.

Setelah konselor dan konseli sepakat untuk mengakhiri tahap perencanaan dan berkomitmen untuk melakukannya, selanjutnya disepakati untuk melakukan pertemuan berikutnya dengan kegiatan follow up. Berikut teknik WDEP yang diterapkan konselor kepada konseli secara rinci :

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

Aplikasi Teknik WDEP

| Teknik | Sikap /perilaku yang dilakukan |
|---|---|
| *Want* | • Saya ingin melihat kedua orang tua saya bahagia dengan prestasi saya<br>• Saya ingin mempunyai sifat peduli dengan orang lain<br>• Saya ingin bisa menghafal Al-Qur'an<br>• Dan saya ingin bisa hafal semua nadzom<br>• Saya ingin tidak terlalu memikirkan orang rumah<br>• Saya tidak ingin merepotkan mbak kamar<br>• Saya ingin bisa belajar serius dan fokus |
| *Doing* | • Saya masih belum serius ketika belajar<br>• Saya lebih sering menyendiri<br>• Saya jarang bergaul dengan teman-teman kamar<br>• Saya masih sering merasa tidak betah di pondok pesantren<br>• Saya sering bersikap cuek dengan teman kamar<br>• Saya masih malas untuk belajar menghafal Al-Qur'an ataupun Nadzom |
| *Evaluation* | • Konseli mulai menyadari jika sikapnya selama ini tidak menguntungkan bagi dirinya<br>• Sikap cuek dan tidak peduli kepada teman kamar membuat dia semakin tidak bisa menyesuaikan diri.<br>• Mulai berfikir tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayai dia selama di pondok pesantren.<br>• Menyadari penyebab tidak di sukai oleh salah satu teman kamarnya karena sikap dia yang terlalu cuek dan sering menyendiri<br>• Masih mengakui kesulitan untuk bisa belajar serius dan masih jarang ikut bergaul dengan teman-teman kamarnya<br>• Akan memanfaatkan waktu dengan baik |
| *Plans* | (Lebih rincinya pada tabel berikut) |

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. 3

Planning Konseli

| Problem | Perilaku yang dilakukan |
|---|---|
| Selalu memikirkan orang rumah | • Akan bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya, dan membiasakan untuk selalu belajar.<br>• Mengingat tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayai dia selama di pondok pesantren.<br>• Akan lebih tanggung jawab dengan apa yang seharusnya di lakukan |
| Suka menyendiri karena tidak suka suasana yang ramai | • Konseli berusaha tidak cuek dengan teman-teman kamarnya<br>• Sudah ikut senda gurau dengan temanya meskipun belum setiap hari dia lakukan<br>• Tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya ada yang tidak menyukainya |
| Tidak bisa belajar dengan serius | • Konseli tetap belajar meskipun suasana ramai<br>• Membiasakan untuk selalu belajar dalam keadaan apapun<br>• Akan memanfaatkan waktu luang untuk belajar<br>• Akan meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk selalu mengingatkan ketika dia lalai dan lupa akan tugasnya merubah sikapnya yang buruk dan harus belajar |
| Ingin menghafal Al-Qur'an | • Selalu Istiqomah untuk menghafal |

e. Evaluasi/ Follow Up

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang telah dilakukan oleh konseli

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

dalam langkah ini. Pada pertemuan selanjutnya konselor kembali menemui konseli ke pondok pesantren untuk menanyakan tentang pelaksanaan rencana-rencana yang sudah dibuatnya. Follow up pada konseli dilakukan dengan konselor meminta konseli mengisi form tentang rencana-rencana yang sudah dibuat pada pertemuan sebelumnya. Konseli diminta untuk memberikan centang pada form tersebut yang sudah disediakan, yaitu kolom belum dilakukan, sedang dilakukan dan sudah dilakukan.

Tujuan form rencana konseli adalah agar konseli bisa mudah memilah dan memahami rencana-rencananya. Adapun beberapa rencana yang dilakukan bisa dilihat dalam tabel dibawah ini :

Tabel 3. 4

Follow Up Rencana Konseli

| No | *Plans* | Belum | Sedang | Sudah |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Akan bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya, dan membiasakan untuk selalu belajar. | | | ✓ |
| 2. | Mengingat tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayai dia selama di pondok pesantren. | | | ✓ |
| 3. | Akan lebih tanggung jawab dengan apa yang seharusnya di lakukan | | | ✓ |
| 4. | Konseli berusaha tidak cuek dengan teman-teman kamarnya | | | ✓ |
| 5. | Ikut berbaur dengan temannya | | | ✓ |
| | Tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya 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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | tidak menyukainya | | | |
| 7. | Konseli tetap belajar meskipun suasana ramai | | ✓ | |
| 8. | Membiasakan untuk selalu belajar dalam keadaan apapun | | | ✓ |
| 9. | Akan memanfaatkan waktu luang dengan belajar | | ✓ | |
| 10. | Akan meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya dan mengingatkan belajar | | | ✓ |
| 11. | Selalu istiqomah untuk menghafal | | | ✓ |

2. Deskripsi Hasil Akhir Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian diri Seorang Santri Di Yayasan Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan

Setelah konseli mengikuti tahapan proses terapi , ada beberapa hal yang sudah dirubah dari konseli yaitu kesediannya untuk melakukan rencana yang sudah dibuat. Beberapa proses penyesuaian diri yang sedang dilakukan konseli adalah ikut berbaur dengan teman-teman kamarnya meskipun belum setiap waktu dilakukannya.

Konseli tetap belajar meskipun suasana ramai, dan sudah mengurangi sikap malasnya ketika kondisi disekitarnya tidak mendukung untuk belajar serius. Selain itu konseli terkadang masih bingung dengan bagaimana memanfaatkan waktu yang baik dengan melakukan hal yang positif. Disisi lain konseli kesulitan untuk

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

istiqomah menghafal karena waktu yang padat membuat dia kesulitan mencari waktu untuk menghafal.

Konseli juga mengatakan bahwa dirinya sekarang bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya, dan membiasakan untuk selalu belajar. Lalu ia juga bersedia meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya. Dia sangat giat untuk selalu belajar dalam keadaan apapun dan tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya yang tidak menyukainya, akan tetapi konseli sudah berubah dengan ikut berbaur bersama teman kamarnya.

Dengan apa yang sudah diberikan oleh konselor konseli mengungkapkan bahwa dia sekarang sudah jarang memikirkan orang-orang rumahnya dan sekarang ingin bersemangat belajar dan menghafal, selain itu dia sudah ada rasa kepedulian kepada lingkungannya. Konseli mengungkapkan juga bahhwa ia akan tetap melaksanakan rencana-rencana yang di buatnya demi bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada di dalam pondok pesantren.

Teman kamarnya juga mengatakan jika temannya ini sudah berubah dari kebiasaanya yang suka menyendiri sekarang sudah mulai berbaur dengan anak-anak kamar. Selain itu, konseli sudah terlihat menerima segala hal tentang perilakunya selama ini yang tidak menguntungkan baginya, karena penyesuaian diri bersifat dinamis

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

maka butuh proses untuk bisa sesuai dengan potensi dan kebutuhan pada lingkungannya.

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 TERAPI REALITAS UNTUK MEMBANTU PROSES PENYESUAIAN DIRI SEORANG SANTRI DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-YASINI WONOREJO PASURUAN

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan analisis deskriptif komparatif, yang melihat bagaimana perilaku konseli secara langsung yakni membandingkan data teori dengan data yang terjadi di lapangan ketika proses penelitian berlangsung , sehingga bisa diketahui perbandingan anatara konsep teori konseling dengan fakta empiris di lapangan. Oleh sebab itu perlu analisis perbandingan antara data dilapangan dengan teori yang ada serta perilaku konseli sebelum dan sesudah menerima terapi realitas.

## A. Analisis Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan

Pada tahap awal penelitian, peneliti melakukan wawancara terhadap pengurus pondok pesantren, pengurus asrama dan teman kamar konseli untuk mengetahui kondisi yang di alami oleh santri-santri pondok pesantren tersebut. Setelah mengetahui kondisi yang dialami oleh beberapa remaja di pondok pesantren , konselor mewawancarai salah satu santri yang tinggal di asrama J . Konselor mendapatkan informasi dari salah satu pengurus asrama bahwasannya ada santri yang suka menyendiri dan kurang bisa menyesuaikan



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 terhadap lingkungannya. Dan konselor meminta izin kesediannya kepada salah satu teman kamarnya untuk membantu jalannya proses penelitian.

Berdasarkan hasil pemaparan yang telah dijelaskan sebelumnya oleh penelti, maka akan membahas lebih lanjut mengenai penyesuaian diri santri berdasarkan hasil temuan di lapangan kemudian dihubungkan dengan teori-teiri yang terkait.

Tabel 4.1

Perbandingan Proses Pelaksanaan di Lapangan Dengan Terapi Realitas

| No | **Data Teori** | **Data Empiris** |
|---|---|---|
| 1. | Identifikasi masalah:<br>Langkah identifikasi masalah digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus serta mengetahui gejala-gejala yang nampak pada diri konseli | Konselor mengumpulkan data yang diperoleh dari berbagai sumber data, yang diperoleh dari konseli, informan yang terdiri dari teman dekat, pengurus asrama , dan pengurus pondok pesantren. Dari hasil yang diperoleh di lapangan melalui proses wawancara dan observasi menunjukkan bahwa konseli yang tidak bisa menyesuaikan diri pada lingkungannya di dalam pondok pesantren |
| 2. | Diagnosis :<br>Langkah ini merupakan langkah dalam menetapkan masalah yang dialami oleh konseli beserta latar belakang | Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwasannya koseli sering menyendiri, tidak terbiasa terbuka dengan teman-temannya, selalu memikirkan keadaan di rumah, dan pada proses belajar konseli tidak suka dengan suasana yang ramai karena tidak bisa belajar yang fokus |
| 3. | Prognosis :<br>Langkah untuk menetapkan jenis terapi yang tepat yang akan di gunakan sesuai dengan masalah yang dihadapi oleh konseli agar proses terapi membantu menyelesaikan masalah konseli berjalan dengan | Pada langkah ini konselor memberikan bantuan atau terapi pada konseli berupa teknik realitas : Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan, dengan terapi realitas teknik WDEP agar mampu menyesuaikan dii dengan baik. Dimana terapi realitas ini tidak memandang perilaku konseli di masa |

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

| | | |
|---|---|---|
| | maksimal | lalu, tetapi terapi realitas menfokuskan perilaku konseli saat ini. Jadi dalam memberikan treatment nanti, konselor tidak melihat apa saja kegagalan yang telah dilakukan oleh konseli, tetapi lebih fokus kepada bagaimana konseli untuk bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungannya .setelah itu Konselor membimbing konseli agar konseli bisa melaksanakan rencana sesuai dengan nanti apa yang akan diberikan oleh konselor. |
| 4. | Treatment | Glasser dan Wubbolding juga memilki metode khusus dalam proses terapi realitas yang dikenal dengan system WDEP. Setiap huruf memiliki makna kata yang mewakili metode terapi:<br>*a. Want (*apa yang diinginkan)<br>Konselor akan memberikan pertanyaan untuk memperjelas keinginan yang ingin dicapai konseli dan menjdapatkan objek yang akan menjadi fokus terapi.Pertanyaan mengenai keinginan dirinya, lingkungannya dan orang-orang sekitarnya akan membantu konseli mendiskripsikan apa yang didapatkan dan tidak didapatkannya. Konselor juga memberkan pemahaman dasar tentang kebutuhan individu serta mendiskusikan tentang fokus perubahan dirinya untuk masa yang akan datang serta kesadaran untuk tanggung jawab mencapai tujuannya.<br>*b. Doing* (apa yang dilakukan)<br>Konselor akan menanyakan tentang usaha-usaha yang telah dipilih dan dilakukan untuk mengatasi ketidaknyamanan yang dirasakan terhadap realitas. Konselor lebih menfokuskan pada perilaku karena kemungkinan besar untuk dirubah<br>c. *Evaluation* (menilai diri)<br>Konselor memerintahkan konseli untuk melaksanakan evaluasi diri |

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

| | | |
|---|---|---|
| | | dengan cermat. Tindakan evaluasi adalah tindakan inti pada terapi realitas yang meminta konseli untuk menilai beberapa hal dari dirinya. Evaluasi diri oleh konseli bertujuan agar mempercepat proses perubahan yang diinginkan dengan mengingatkan keinginan dan kebutuhannya.<br>d. *Plans* ( rencana tanggung jawab)<br>Setelah mengetahui semua keinginannya untuk berubah dan bisa menyadari bahwa apa yang dilakukannya tidak menguntungkan bagi dirinya, orang tua maupun lingkungannya, setelah itu konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk merencanakan tindakan yang akan membantu konseli untuk mencapai keinginannya dan menemukan jati dirinya sendiri.<br>Konselor menanyakan kepada konseli untuk kesediannya untuk merubah sikapnya. Dan konseli bersedia melakukan hal baru agar lebih bisa menghadapi hal-hal kedepannya nanti, konseli akan terus menumbuhkan sikap peduli dengan lingkungan sekitarnya baik itu di sekolah maupun di asrama dan konseli juga berusaha tidak selalu memikirkan orang-orang di rumah. |
| 5. | Evaluasi atau Follow Up:<br>Langkah ini dimaksud untuk menilai atau mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang telah dilakukan dalam langkah ini. Untuk mengetahuiperkembangan selanjutnya membutuhkan waktu yang lama sehingga dapat dievaluasikan apakah efektif atau tidaknya | Melihat perubahan pada konseli setelah dilakukan proses terapi realitas perilaku konseli menampakkan perubahan kea rah yang lebih baik dari yang kemaren sebelum mendapatkan proses terapi diantaranya, konseli kembali bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya, dan membiasakan untuk selalu belajar, konseli sudah mengingat tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayai dia selama di pondok pesantren, Konseli berusaha tidak cuek dengan teman- |

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

| | | |
|---|---|---|
| | penerapan terapi realitas tersebut | teman kamarnya, Tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya yang tidak menyukainya. Sudah membiasakan untuk selalu belajar dalam keadaan apapun, Akan meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya dan mengingatkan belajar |

Berdasarkan tabel diatas bahwa analisis prose terapi realitas. Dilakukan konselor dengan langkah-langkah konseling yang meliputi tahap identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi dan tindak lanjut. Dalam pemaparan teori pada langkah identifikasi masalah yakni langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada konseli. Melihat gejala-gejala yang ada di lapangan maka konselor disini menetapkan bahwa masalah yang dihadapi konseli adalah tidak bisanya menyesuaikan diri pada lingkungan. Setelah dilakukan identifikasi masalah selanjutnya langkah yang dilakukan dalam proses konseling adalah langkah diagnosis, yaitu menetapkan masalah. Selanjutnya setelah menetapkan masalah pada konseling , lalu dilakukan langkah prognosis. Pada langkah prognosis ini konselor memilih terapi yang sesuai untuk menangani masalah yang dialami oleh konseli. Sampai pada langkah terakhir, langkah treatment yaitu konselor menggunakan terapi realitas. Glasser dan Wubbolding memilki metode khusus dalam proses terapi realitas yang dikenal  dengan system WDEP. Setiap huruf memiliki makna kata yang mewakili metode terapi. Fakta yang ada di lapangan menunjukkan bahwa santri tersebut kurang bisa menyesuaikan diri, selalu berfikir denga

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

keadaan di rumah (tidak krasan), jarang ikut bergaul dengan teman-teman kamarnya karena konseli tidak menyukai suasana yang ramai, tidak bisa belajar dengan fokus dan masih kesulitan untuk menghafal Al-Qur'an. Dari perilaku ini memang membawa dampak negative bagi konseli, keluarga dan orang-orang disekitarnya. Untuk itulah konselor disini hanya bisa mengupayakan bantuan secara maksimal yaitu melakukan proses konseling upaya memperbaiki sikap yang yang kurang bisa menyesuaikan diri denga lingkungannya dengan teknik-teknik yang ada pada terapi Realitas.

Maka berdasarkan perbandingan antara data dari teori dan lapangan pada saat proses terapi diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses terapi realitas.

**B. Analisis Hasil Akhir Terapi Realitas Untuk Membantu Proses Penyesuaian Diri Seorang Santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan**

Adapun keberhasilan suatu terapi realitas terletak pada pelaksanaan rencana yang dipilih dan dilaksanakan oleh konseli dan hasil dari perubahan sikap atau perilaku setelah melaui tahapan terapi realitas. Oleh karena itu konselor kembali menanyakan rencananya dan seberapa jauh rencana itu dilakukan.

Disini konselor melihat keberhasilan pelaksanaan terapi realitas melalui hasil follow up dengan pengisian tabel perencanaan oleh konseli dan wawancara dengan konseli. Keberhasilan dilihat setelah empat hari dari pembuatan rencana tindakan konseli.

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

Tabel 4.2

Perbedaan Kondisi Konseli Sebelum Dan Sesudah Proses Terapi Realitas

| No | Perilaku sebelum proses terapi realitas | Sikap/perilaku sesudah proses terapi realitas |
|---|---|---|
| 1 | Selalu memikirkan orang rumah | Konseli sudah mulai bersemangat untuk kedua orang tuanya, dan mulai membiasakan untuk selalu belajar, sudah mengingat tentang sosok kedua orang tuanya yang telah susah payah untuk bisa membiayainya, dan dia juga mengungkapkan jika sekarang sudah mulai tidak memikirkan orang-orang rumah |
| 2 | Suka menyendiri karena tidak suka suasana yang ramai | • Konseli sudah mulai tidak cuek dengan teman-teman kamarnya<br>• Konseli masih berbaur dengan temannya<br>• Konseli sudah tidak memperdulikan ketika ada teman yang tidak menyukainya |
| 3 | Tidak bisa belajar dengan serius | • Konseli sudah berusaha tetap belajar meskipun dalam suasana ramai<br>• Sudah memanfaatkan waktu luang digunakan untuk belajar<br>• Sudah mulai bersedia minta bantuan kepada teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya dan mengingatkan belajar |
| 4 | Ingin menghafal al-Qur'an | • Sudah mulai berusaha dan selalu istiqomah untuk menghafal |

Setelah melakukan beberapa pertemuan dengan konseli untuk proses terapi, konseli sudah ikut berbaur dengan teman-teman kamarnya meskipun belum setiap waktu dilakukannya.

Konseli tetap belajar meskipun suasana ramai, dan sudah mengurangi sikap malasnya ketika kondisi disekitarnya tidak mendukung untuk belajar

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

serius. Selain itu konseli terkadang masih bingung dengan bagaimana memanfaatkan waktu yang baik dengan melakukan hal yang positif. Disisi lain konseli kesulitan untuk istiqomah menghafal karena waktu yang padat membuat dia kesulitan mencari waktu untuk menghafal.

Konseli juga mengatakan bahwa dirinya sekarang bersemangat belajar untuk kedua orang tuanya, dan membiasakan untuk selalu belajar. Lalu ia juga bersedia meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk mengingatkan jika lupa akan tugasnya dan mengingatkan belajar. Dia sangat giat untuk selalu belajar dalam keadaan apapun dan tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya yang tidak menyukainya, akan tetapi konseli sudah berubah dengan ikut berbaur bersama teman kamarnya.

Dari tabel diatas bisa diketahui jika rencana yang dibuat oleh konseli mampu dilaksanakan dengan baik meskipun ada salah satu rencana yang masih diusahakan untuk dilakukan oleh konseli. Berikut merupakan prosentase keberhasilan dimana peneliti berpedoman pada prosentase perubahan perilaku dengan standart uji coba sebagai :

1. >75% atau 75% sampai dengan 100% dikategorikan berhasil
2. 50% sampai dengan 75% dikategorikan cukup berhasil
3. <50% dikategorikan kurang berhasil[79]

Ada 11 tindakan atau perilaku yang dilakukan konseli untuk bisa lebih menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren , untuk itu dapat diketahui bahwa :

[79] Ismail Nawawi Uba, *Metode Penelitian Kualitatif Teori Dan Aplikasi Untuk Ilmi Social, Ekonomi/Ekonomi Islam, Agama Managemen Dan Ilmu Social Lainnya* (Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya, 2012), 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

1. Rencana yang sudah dilakukan = 9 point → $\frac{911}{}$ ×100% = 81,8%
2. Rencana yang sedang dilakukan = 2 point → $\frac{211}{}$ × 100% = 18,8%

Adapun rencana yang sudah dan sedang dilakukan merupakan indicator bahwa konseli sudah mengalami perubahan pada sikap/perilakunya untuk bisa menyesuaikan diri di pondok pesantren. Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam pemberian terapi realitas untuk membantu proses penyesuaian diri santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan adalah berhasil yakni dapat dilihat dari prosentasenya yaitu 81,8%.

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 kesimpulan dari hasil penelitian konseling dengan Terapi Realitas untuk membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan sebagai berikut :

1. Proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan telah dilakukan dengan menggunakan lima tahapan terapi yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment dan evaluasi/follow up. Diantara teknik yang dilakukan pada treatment adalah teknik WDEP (*Want*, *Doing*, *Evaluation* dan *Plans*) dengan langkah-langkah sebagai berikut, yaitu 1) konsep *Want* untuk menggali atau mengeksplor keinginan konseli, yaitu dengan meminta konseli menuliskan keinginan-keinginannya 2) Melihat perilaku konseli saat ini, apakah mendekatkan konseli dengan tujuannya atau tidak, sesuai dengan konsep *Doing* yaitu meminta konseli untuk menceritakan apa yang sudah dilakukannya. 3) lalu konselor meyakinkan konseli untuk menilai dan mengevaluasi perilakunya saat ini sesuai dengan konsep *Evaluation*. 4) Tahap terakhir yaitu *Planning*, tahap dimana konseli merencanakan tindakan untuk menggapai keinginannya, tindakan yang ditulis adalah rencana tindakan yang akan dilakukan konseli untuk mendekatkan dengan keinginannya agar



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

mencapai identitas keberhasilan sesuai harapan dan realitas yang ada dan bisa menyesuaikan diri dengan baik.

2. Hasil terapi realitas yang dilakukan untuk membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan adalah konseli mampu melaksanakan rencana-rencana yang disusun sesuai dengan apa yang diinginkannya, konseli juga berkomitmen untuk terus semangat untuk belajar dan meminta bantuan salah satu teman kamarnya untuk selalu mengingatkan ketika dia lalai dan lupa akan tugasnya merubah sikapnya yang kurang menyesuaikan diri dan harus belajar, sudah jarang memikirkan orang-orang rumahnya, tidak memperdulikan ketika ada salah satu temannya yang tidak menyukainya, dan sudah berubah dengan ikut berbaur bersama teman kamarnya. Perubahan menjadi pribadi yang diharapkan sesuai dengan keinginannya memang sangat membutuhkan proses yang lumayan panjang, namun dari tahapan beberapa proses terapi tersebut sudah terlihat bahwa dia melaksanakan rencananya dengan baik, oleh karena itu proses terapi realitas kepada konseli dikatakan berhasil.

## B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi 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

Pelaksanaan terapi dan konseling realitas dengan menggunakan teknik WDEP dalam membantu proses penyesuaian diri seorang santri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Yasini Wonorejo Pasuruan hendaknya tetap dipetahankan dengan banyak membaca buku dan mencari banyak pengalaman konseling sehingga dalam melakukan proses konseling mendapatkan hasil yang sangat memuaskan.

2. Bagi konseli

Konseli selalu mengingat perjuangan orang tua yang sudah membiayai untuk masuk dipondok pesantren dan semangat untuk belajar. Bisa istiqomah untuk selalu menghafal Al-Qur'an , istiqomah dengan rencana yang sudah dibuatnya. Bisa lebih membaur dengan teman-teman dan lebih terbuka.

3. Bagi keluarga

Keluarga adalah pilar yang sangat menentukan pribadi dan perkembangan anak terutama ayah dan ibu senantiasa terbuka dan memberikan perhatian yang lebih kepada konseli dan memberikan bimbingan yang berkaitan dengan penyesuaian dan senantiasa memberikan semangat belajar untuk mencapai keinginannya.

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 PUSTAKA


Adiputra, Sofwan. *Teknik WDEP System Dalam Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa Underachiever*". Jurnal fokus konseling STKIP Muhamadiyah Pringsewu lampung, 1 Januari. 2016

Ahmadi, Abu . *Psikologi Umum*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009

Al Mighwar, Muhammad. *Psikologi Remaja* (Bandung: Pustaka Setia, 2011

Ali, Mohammad . *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Bumi Askara, 2004

Ali, Mohammad, dkk . *Psikologi Remaja*. Jakarta. Jakarta : Bumi Askara , 2006

Arikunto, Suharsimi . *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta, 1998

Arikunto, Suharsimi . *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta, 1998

Corey, Gerald . *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.* Bandung : Refika Aditama, 1999

Darajat, Zakiyah . *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta : Bulan Bintang, 2005

Dhofier, Zamakhsyari. *Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai*, Jakarta: LP3S, 1983

Fahmi, Mustofa. *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga Sekolah Dan Masyarakat*, Jakarta: Bulan Bintang, 1977

Fauziah, Nuul Rizka. *Penerapan Konseling Kelompok Realitas Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII-H SMP Negeri 2 Mojosari*" Skripsi, BK Unesa,2013

Gerungan, W . A . *Psikologi Sosial. Bandung* : Refika Aditama, 2010

Gunarsa, Singgih D . *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : BPK Gunung Mulia, 2012

Hadi, Sutrisno. *Metodologi Research*. Jakarta: Andi Offset , 1986

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga, 1980

Jenny Andari, dan Kartini Kartono. *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, Bandung: Mandar Maju, 1989


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

Jones, Nelson Richard. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006

Khairani, Makmun. *Psikologi Konseling* . Yogyakarta: Aswaja Preesindo,2014

Komalasari, Gantiana, dkk. *Teori Dan Teknik Konseling*,. Jakarta: Ptindeks, 2011

Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teor i Dan Praktik*. Jakarta : Kencana Prenada Media Grup, 2011

Madjid, Nurcholis. *Balik-Balik Pesantren Sebuah Potret Perjalanan*, Jakarta: Paramadina, 1997

Mappiare AT, Andi. *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011

Moleong, Lexy J . *Metode Penelitian Kualitatif ( edisi refisi ).* Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2014

Moleong, Lexy J . *Penelitian Kualitatif.* Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002

Muhajir, Noeng . *Metodologi Kualitatif* . Yogyakarta: Rakesarasin, 1989

Narbuko, Chalid dan Ahmadi, dkk . *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Bumi Askara, 1997

Palmer, Stephen. *Konseling Dan Psikoterapi* . Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011

Poerwandari, E Kristi . *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi.* Jakarta : LPSP3 UI , 1983

Rahayu, Iin Tri . *Psikoterapi Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer.* Yogyakarta : Sukses Offset , 2009

Sobur, Alex . *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia , 2003

Subagyo, Joko . *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta , 2004

Sudarto . *Metodologi Penelitian Filsafat*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000

Sudjana, Nana . *Penelitian dan Penilaian Pendidikan.* Bandung: Sinar Baru, 1986

Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R & D.* Bandung : Alfabeta, 2011

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

Supriyo, *Study Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang : CV Nieuw Setapak ,2008

Usman, Huzaini, & Akbar, Purnomo Setiadi . *Metodologi Penelitian Sosial.* Bandung: Bumi Aksara,1996

Widodo, Benardus. *Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Mengatasi Persoalan Perilaku Disiplin Siswa Di Sekolah*, Jurnal Widya Warta No. 02, Juli 2010

http://pasuruankab.go.id/pages-4-visi-dan-misi.html (diakses 16 Februari 2018)

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

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