BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI MUHASABAH UNTUK MENGATASI PRASANGKA BURUK SEORANG ANAK TERHADAP IBU KANDUNGNYA DI KELURAHAN BULAK BANTENG WETAN KENJERAN SURABAYA

SKRIPSI

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

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Oleh :

Rahmadani Rizka Bahtiar Putri
NIM : B93215112

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2019

PERNYATAAN

PERTANGGUNG JAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrohmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Rahmadani Rizka Bahtiar Putri

NIM : B93215112

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jalan Hasanudin Gg.10 No.27 Kota Pasuruan

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

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

Surabaya, 28 Juni 2019

Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL

A4F3CAFF755286788

6000

ENAM RIBU RUPIAH

Rahmadani Rizka Bahtiar Putri

NIM. B93215112

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Rahmadani Rizka Bahtiar Putri

Nim : B93215112

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya.

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

Surabaya, 28 Juni 2019

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing,

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag

196607042003021001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Rahmadani Rizka Bahtiar Putri telah dipertahankan di depan Penguji pada tanggal 18 Juli 2019, di UIN Sunan Ampel Surabaya,

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

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

Penguji I,

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 196607042003021001

Penguji II,

Drs. H. Cholil, M.Pd.I
NIP. 196506151993031005

Penguji III,

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012002

Penguji IV,

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
NIP. 196307251991031003

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 : Rahmadani Rizka Bahtiar Putri
NIM : B93215112
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : rahmadanirizka1@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 :
Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasaban Untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya

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, 1 Agustus 2019

Penulis

(Rahmadani Rizka B.P)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Rahmadani Rizka Bahtiar Putri *(B93215112), Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah Untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya Di Kecamatan Kenjeran Surabaya.*

Fokus permasalahan dalam penelitian skripsi ini adalah 1) Bagaimana proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi muhasabah untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kecamatan kenjeran surabaya 2) Bagaimana hasil akhir dari pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan terapi muhasabah untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kecamatan kenjeran surabaya.

Dalam menjawab pertanyaan tersebut, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode kualitatif yakni mendeskripsikan dan menganalisa data-data yang telah diperoleh dalam penelitian. Peneliti menggali data konseli dengan melakukan wawancara dan observasi kepada beberapa sumber data. Setelah data diperoleh, selanjutnya dilakukan analisis data dengan meggunakan metode analisis deskriptif komparatif yakni dengan membandingkan kondisi konseli antara sebelum dan setelah dilakukan proses konseling.

Penelitian ini menghasilkan data bahwa proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi muhasabah ini diakukan untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kecamatan Kenjeran Surabaya. Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini yakni identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up.* kemudian tahapan treatment yang digunakan pada proses konseling ini adalah melalui 4 tahapan yakni : 1) tahap pengenalan terapi, 2) tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, 3) tahap pengaplikasian rencana perilaku, 4) tahap pemeriksaan. Terapi ini dilakukan dengan tujuan mengajak konseli untuk mengevaluasi dan mengintrospeksi perilakunya sehingga ia dapat mengetahui letak kesalahannya dan merubah kesalahannya tersebut ke arah yang lebih baik. Serta mengajak konseli untuk menyadari bahwa masalah yang ia alami saat ini sebenarnya disebabkan oleh perilakunya sendiri. Hasil akhir dari penelitian ini adalah: (1) Komunikasi konseli dengan ibunya saat ini sudah mulai sering dilakukan sehingga membuat hubungan keduanya mulai lebih dekat, (2) Konseli juga sudah mulai dapat mengontrol emosinya ketika sedang berselisih paham dengan ibunya. (3) Saat ini konseli sudah mulai dapat mengintrospeksi dirinya ketika ia sedang menghadapi masalah terutama masalah dengan ibunya. (4) Konseli juga sudah mulai dapat memahami karakter ibunya yang sangat tegas dan disiplin dalam mendidik konseli karena hal tersebut juga ditujukan untuk kebaikan kehidupan konseli sendiri kedepannya.

Kata Kunci : ***Bimbingan Konseling Islam, Terapi Muhasabah, Prasangka Buruk,***

digilib.uinsby.ac.id 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 COVER i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI iii
MOTTO iv
PERSEMBAHAN v
PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI vii
ABSTRAK viii
KATA PENGANTAR ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiv
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 8
E. Definisi Konsep 9
F. Metode Penelitian 16
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 16
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian 17
3. Jenis dan Sumber Data 18
4. Tahap-tahap Penelitian 20
5. Teknik Pengumpulan Data 23
6. Teknik Analisis Data 27
7. Teknik Pemeriksahan dan Keabsahan Data 28
G. Sistematika Pembahasan 29

BAB II TINJAUAN PUSTAKA
A. Kajian Teoritik 32
1. Bimbingan dan Konseling Islam 32
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam 32
b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam 35
c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam 35
d. Asas Bimbingan dan Konseling Islam 37

digilib.uinsby.ac.id 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. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam 45
2. Terapi Muhasabah 47
a. Definisi Muhasabah 47
b. Macam-macam Muhasabah 49
c. Pengaruh dan Manfaat Muhasabah 50
d. Tahap-tahap pelaksanaan terapi Muhasabah..... 52
3. Prasangka Buruk 54
a. Definisi Prasangka Buruk 54
b. Jenis-Jenis Prasangka Buruk 56
c. Ciri-ciri Prasangka Buruk 57
d. Dampak dari Sikap Prasangka Buruk 59
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan 61

BAB III PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 64
1. Lokasi Penelitian 64
2. Deskripsi Konselor 65
3. Deskripsi Konseli 67
4. Deskripsi Masalah 73
B. Deskripsi Hasil Penelitian 77
1. Deskripsi Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya 77
2. Deskripsi Hasil Akhir Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya. 101

BAB IV ANALISIS DATA

A. Analisis Data Tentang Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya 104
B. Analisis Hasil Akhir Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya 126

digilib.uinsby.ac.id 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 131
B. Saran 132

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

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Jenis Data, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data

Tabel 4.1 Analisis Perbandingan Proses Pelaksanaan di Lapangan dengan Teori Konseling

Tabel 4.2 Tabel perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah konseling

digilib.uinsby.ac.id 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

Kehidupan yang kita jalani ini penuh dengan masalah. Satu permasalahan dapat dipecahkan, pasti muncul permasalahan baru. Orang yang duduk seharian tanpa melakukan aktivitas pun dapat terkena masalah, apalagi orang yang sibuk beraktivitas dan berhadapan dengan orang banyak. Karenanya kita tidak boleh lari dari masalah hidup. Semakin menghindari masalah, semakin bertambah masalah yang baru. Seharusnya permasalahan hidup itu dihadapi dengan jiwa yang tegar dan semangat tanpa menyerah. Ketika kita menghadapi masalah berarti kita sedang menjalani proses kehidupan menuju ke arah yang lebih sempurna. Jika kita mampu menjalaninya dan bisa mengambil hikmahnya, maka pastilah akan menjadi manusia beruntung. Hendaknya disadari bahwa semakin sulit permasalahan yang kita hadapi, semakin besar manfaatnya bagi keberuntungan hidup kita. Maka tidak perlu cemas, tidak perlu takut dan bimbang. Setiap kesulitan itu diikuti oleh kemudahan.[1] Seperti Firman Allah dalam Q.S Al-Insyirah ayat 5 :

"فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا"

"*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan*" (QS. Al-Insyirah : (5)

[1] Muhammad Khatib, *33 solusi kiat islami atasi kesulitan hidup*, (Mitrapress, 2014), hal 50-51

digilib.uinsby.ac.id 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 kehidupan, manusia mempunyai kemampuan untuk berpikir secara rasional karena manusia adalah makhluk yang diciptakan dengan sebaik-baikya bentuk. Sesuai dengan Firman Allah dalam Q.S At-Tin ayat 4 :

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ (4)

"*Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*". (QS. At-Tin : 4)

Ayat ini adalah jawaban dari sumpah Allah Swt yang telah dijelaskan pada ayat sebelumnya, bahwa sesungguhnya Allah Subhanahu wa Ta'ala telah menciptakan manusia dalam bentuk dan sifat yang sebaik-baiknya, dengan seluruh anggota tubuh yang seimbang, sempurna, dan tidak kekurangan suatu apapun. Dan semuanya itu menunjukkan atas kekuasaan Allah yang mutlak atas penciptaan dan pengembalian manusia pada hari kebangkitan.[2] Manusia diciptakan berbeda dengan makhluk Allah lainnya. ia diciptakan dengan dibekali akal supaya dapat memilih dan memilah hal yang baik dan buruk untuk kehidupannya. Dalam hal ini, manusia pun diharapkan dapat berpikir secara rasional untuk menentukan tujuan hidupnya terutama saat ia dihadapkan dengan suatu masalah yang menimpanya.

Keluarga merupakan salah satu aspek yang paling berperan dalam perkembangan seseorang, baik secara fisik, psikis, sosial dan spiritual. Keluarga juga menjadi lembaga sosial pertama yang paling berpengaruh dengan pembentukan kepribadian seorang anak, sehingga peranan keluarga menjadi sangat dominan dan penting dalam kehidupan. Lembaga keluarga tidak selalu

[2] Tafsir Al Qur'an Al 'Azhim (8/435)

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

menjadi tempat yang baik bagi perkembangan anak. Apabila keluarga dapat menjalankan fungsinya dengan baik, maka dimungkinkan tumbuh generasi yang berkualitas. Namun sebaliknya, apabila keluarga tidak dapat menjalankan fungsinya dengan baik, maka bukan tidak mungkin akan menghasilkan generasi-generasi yang bermasalah dan dapat menjadi beban sosial masyarakat.[3]

Komunikasi di dalam keluarga merupakan suatu hal yang sangat penting untuk dilakukan oleh antar anggota keluarga supaya tidak terjadi kesenjangan dan krisis keluarga di dalamnya. Krisis keluarga artinya kehidupan keluarga dalam keadaan kacau, tak teratur dan tak terarah, orang tua kehilangan kewibawaan utuk mengendalikan kehidupan anak-anaknya. Dengan kata lain, krisis keluarga adalah suatu kondisi yang sangat labil di keluarga, di mana komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada. Krisis keluarga ini bisa terjadi karena berbagai macam sebab, diantaranya adalah kurang atau putusya komunikasi diantara keluarga terutama ayah dan ibu, sikap egosentrisme, masalah ekonomi, masalah kesibukan, masalah pendidikan, masalah perselingkuhan, jauh dari agama, dan lain sebagainya.[4] Komunikasi antar anggota keluarga juga penting dilakukan untuk menghidari prasangka-prasangka buruk satu sama lain terutama antara anak dengan ibu.

Salah satu cotoh permasalahan yang peneliti angkat disini berkaitan erat dengan kurangnya komunikasi yang terjadi antar anggota keluarga sehingga

[3] Sri Lesari, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta : Kencana Prenada Media, 2012), hal 1
[4] Sofyan S Wilis, *Konseling Keluarga*, (Bandung, Alfabeta, 2011), hal 13-19

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

menyebabkan kesalah pahaman diantara anggota keluarga tersebut. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap konseli, ditemukan permasalahan yang sedang dialami konseli saat ini yakni ia memiliki prasangka buruk terhadap ibu kandungya. Dalam hal ini konseli mengatakan bahwa ia merasa ibunya tidak sayang dengan dirinya. Konseli mengatakan bahwa ibunya sering memarahi dirinya atas kesalahan-kesalahan kecil yang dilakukan oleh konseli. Kemudian konseli juga mengatakan bahwa ibunya tidak pernah perduli dengan menanyakan perihal kegiatan kuliah yang dijalani konseli selama ini seperti yang ibu-ibu lain lakukan terhadap anaknya. Konseli juga merasa bahwa ibunya cenderung selalu menyalahkan perbuatan konseli jika ia sedang menghadapi masalah, apapun itu sebabnya. Dan konseli juga mengatakan bahwa di rumah, ibunya jarang memasak untuk dirinya. Hal-hal tersebut yang membuat ia merasa bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya. Namun saat peneliti melakukan observasi secara langsung di rumah konseli, peneliti melihat bahwa ibu konseli sebenarnya adalah sosok ibu yang cukup perhatian terhadap anak. Terlihat dari sikap ibu konseli yang selalu menanyakan "sudah makan?, "sudah sholat?", dan pertanyaan lainnya kepada konseli.. Kemudian ibu konseli juga menyediakan segala kebutuhan dapur meski jarang memasak karena ibu konseli sibuk dengan pekerjaannya di kantor yang cukup padat. Alasan lainnya yakni konseli sendiri juga dapat dikatakan cukup pandai memasak. Ibu konseli juga selalu mengontrol sholat konseli. Saat itu, peneliti mendapati beliau membangunkan konseli untuk sholat ketika adzan subuh berkumandang. Ibu konseli adalah orang yang memiliki karakter tegas dengan

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

nada bicara yang lugas dan cukup keras. Ibu konseli tidak suka dan akan marah jika peraturan dan perintahnya kepada konseli tidak segera dilaksanakan. Hal tersebut yang membuat konseli beranggapan bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya.

Konseli adalah seorang mahasiswi di salah satu perguruan tinggi negeri di Surabaya. Saat ini ia berusia 20 tahun. Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada beberapa sumber dapat dikatakan bahwa konseli mempunyai tipe kepribadian introvert, terlihat dari sikap kesehariannya yang selalu menghindari keramaian dan lebih nyaman jika sendiri atau hanya berada diantara beberapa orang dalam lingkup kecil. Kemudian konseli juga tidak mudah untuk beradaptasi dengan orang-orang yang baru ia kenal. Ia juga tidak mudah berbagi cerita dengan orang-orang yang tidak benar-benar ia percaya. Namun, konseli dapat menjadi pribadi yang sedikit terbuka ketika ia sudah bertemu dengan seseorang yang menurutnya nyaman untuk diajak berteman dan bertukar cerita. Dalam hal ini, peneliti sebagai teman dekat konseli saat KKN dianggap oleh konseli sebagai teman yang dapat membuatnya merasa nyaman untuk diajak bertukar cerita. Sehingga ketika mengalami masalah, ia seringkali bercerita kepada peneliti. Sejak kecil, konseli sering dititipkan di rumah tantenya (adik dari ibu konseli) karena ibu dan ayahnya sibuk bekerja. Sehingga konseli lebih merasa dekat dengan tantenya daripada dengan ibunya. Karena konseli memiliki sifat tertutup, maka intensitas komunikasi konseli dengan ibunya saat di rumah sangat jarang dilakukan. Sehingga ketika konseli sedang menghadapi masalah apapun, ia tidak pernah menceritakan masalah

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

yang ia alami tersebut kepada orang tuanya terutama kepada ibunya. Hal ini yang sering menjadi penyebab kesalah pahaman antara konseli dengan ibunya.

Konseli merupakan anak tunggal yang tinggal bersama ayah dan ibunya di rumah. Ibu dan ayah konseli adalah seorang guru yang bekerja mulai pukul 07.00-16.00 WIB. Mulai dari usia 13 tahun atau pada saat SMP sampai lulus SMA, konseli di santrikan oleh orang tuanya di salah satu pondok di Mojokerto. Oleh karena itu, secara otomatis konseli tinggal berjauhan oleh kedua orang tuanya. Kemudian setelah lulus SMA di pondok, konseli kembali pulang ke rumahnya. Pada saat itu konseli mulai merasa bahwa ibunya semakin jauh dengannya dari sisi komunikasi dan perhatiannya. Maka dari itu muncullah asumsi pada fikiran konseli bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, peneliti menggunakan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dengan tujuan ingin mengajak konseli untuk melakukan introspeksi terhadap dirinya sendiri. Karena menurut hasil pengataman dan wawancara peneliti terhadap beberapa sumber, sebenarnya masalah yang dialami konseli saat ini adalah disebabkan oleh sikap konseli sendiri. Introspeksi diri dalam hal ini disebut Muhasabah.

Muhasabah menurut Saifuddin Bachrun dalam buku Manajemen Muhasabah Diri dapat diartikan sebagai perenungan diri untuk menghitung apa yang telah kita lakukan sebelum Allah SWT menghitung atau menghisab amal

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

kita pada Hari Pembalasan kelak.[5] Dalam menangani masalah yang dihadapi oleh konseli, peneliti menggunakan Terapi muhasabah untuk mengubah prasagka buruk konseli kepada ibu kandungnya dengan cara mengoreksi perbuatan konseli sendiri yang telah ia lakukan selama ini apakah sudah benar atau ada yang perlu diperbaiki sehingga masalah yang ia hadapai saat ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini yang dipaparkan dalam skripsi dengan judul **"Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya".**

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya?
2. Bagaimana hasil dari pelaksanaan Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasagka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya?

[5] Saifuddin Bachrun, *Manajemen Muhasabah Diri*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2011), 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

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Menjelaskan proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya.
2. Menjelaskan hasil akhir dari pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya.

D. Manfaat penelitian

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

1. Manfaat Teoritis
   a. Memberikan pengetahuan dan wawasan keilmuan mengenai Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya.
   b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca dan prodi Bimbingan Konseling Islam mengenai Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya.

digilib.uinsby.ac.id 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. Secara Praktis

a. Mahasiswa

Dengan penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk mahasiswa dalam menambah referensi keilmuan mengenai penerapan terapi muhasabah untuk mengatasi Prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya.

b. Dosen

Penelitian ini diharapkan mampu untuk dijadikan landasan bahan ajar sehingga tidak hanya mementingkan kajian teoritik saja melainkan juga memperhatikan aspek lain yang terkait dengan bermuhasabah untuk mengatasi Prasangka Buruk.

c. Pembaca

Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai landasan dalam menerapkan terapi muhasabah ketika terjadi permasalahan yang sama dengan penelitian ini.

E. Definisi konsep

1. Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan

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

memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. [6]

Sedangkan konseling adalah proses pemberiaan bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang diahapi konseli.[7]

Bimbingan konseling Islam menurut Samsul Munir Amin adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontiniu dan sistematis kepada individu atau kelompok dengan tujuan mengembangkan potensi atau fitrah beragamanya secara optimal dengan berpedoman pada nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW. Sehingga ia dapat hidup sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.[8]

Kemudian menurut H.M Arifin adalah usaha pemberian bantun kepada seseorag yang mengalami masalah, baik dalam hal lahiriah ataupun batiniah yang menyangkut kehidupan di masa kini maupun masa yang akan datang. Bantuan tersebut berupa pertolongan dalam sisi spiritual dengan tujuan agar orang yang bersangkutan tersebut mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya melalui dorongan kekuatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.[9]

---

[6] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal 99

[7] Ibid, hal 105

[8] Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hal 23

[9] Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal 111-112

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

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam secara umum ialah untuk membantu individu mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Sedangkan tujuan khususnya diuraikan menjadi 3 kategori yakni :

a. Membantu individu agar tidak menghadapi atau menemui masalah.
b. Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.
c. Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[10]

Bimbingan konseling Islam dalam penelitian ini, konselor mengajak konseli untuk melakukan muhasabah diri (introspeksi diri) terhadap perilaku salah yang telah ia lakukan selama ini kepada ibunya yakni berprasangka buruk terhadap ibunya. Selain itu, konselor juga mengajak konseli untuk senantiasa bersyukur bahwa kita masih diberikan orang tua yang lengkap yang dapat mendampingi kita menuju kesuksesan dunia dan akhirat kelak.

2. Muhasabah

Muhasabah secara etimologi berasal dari kata hasibah yang artinya menghisab atau menghitung. Sedangkan menurut terminologi, Muhasabah adalah introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Dengan kata lain ialah menghitung-hitung perbuatan pada tiap tahun, bulan, hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu, *muhasabah* tidak harus dilakukan pada akhir tahun

[10] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, Cet.III, (Jogjakarta: UII Press Jogjakarta, 2004), 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

atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan tiap hari bahkan juga setiap saat.[11]

Menurut Nurbaksh yang dikutip dari buku yang berjudul "Dunia Spiritual Kaum Sufi" pengarang Netton, Ian Richard, dijelaskan bahwa muhasabah pada awalnya merupakan suatu pertimbangan terhadap perhitungan antara tindakan-tindakan negatif dan positif. Pada akhirnya, ia merupaka aktualisasi kesatuan (*ittihad)* yang murni.[12]

Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah menjelaskan bahwa muhasabah yakni proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki keiginan untuk melakukan suatu perbuatan, sehingga diketahui manfaat/mudharat dari perbuatan tersebut. Apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan ataukah sebaliknya. Sedangkan menurut Muhammad Al-Ghazali, muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat-sifat yang seharusnya dimiliki dan dihilangkan.[13]

Secara Psikologis, muhasabah disebut dengan instropeksi. Instropeksi ini pada dasarnya merupakan cara untuk menelaah diri agar lebihbertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, pikiran,

---

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

[12] Ian Richard, *Dunia Spiritual Kaum Sufi, (harmonisasi antara dunia Mikro dan Makro),* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Cet I, 2001), hal 76

[13] Nimas Fitriatul Latifa, Skripsi *"Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dala hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar"*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018), hal 20

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

perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan dan segenap unsur kejiwaan lainnya.[14]

Menurut Saefadin Bachrun (Penulis dan Da'I Modern) mengemukakan bahwa Muhasabah merupakan cara mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari waktu ke waktu, tidak hanya proses evaluasi diri, tetapi juga bentuk syukur atas anugrah Allah SWT. Konsep Muhasabah dalam Al-Qur'an terdapat pada surat Al-Hasyr: 18-19 :[15]

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (18)

Artinya : *"Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk esok (hari akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan*. (QS. Al-Hasyr : 18)."

Menurut Ibnul Qayyim rahimahullah, muhasabah dibagi menjadi 2 macam yakni :[16]

a. Jenis yang pertama : sebelum beramal, yaitu dengan berfikir sejenak ketika akan melakukan suatu perbuatan, dan jangan langsung mengerjakannya sampai nyata baginya kemaslahatan untuk melakukan atau tidaknya.
b. Jenis yang kedua : intropeksi diri setelah melakukan perbuatan.

---

[14] Abdullah Hadziq,Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik, (Semarang : Rasail, 2005), hlm 30

[15] Ainul Mardziah Binti Zulkifli, Skripsi *"Konsep Muhasabah Diri Menurut Iman Al-Ghazali",* (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry, 2018), hal 2

[16] Syaikh Shalih Al-'Ulyawi, *Muhasabah (Intropeksi Diri)*, (Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007), 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

Muhasabah memiliki dampak positif yang luar biasa, antara lain :

a. Mengetahui aib sendiri
b. Dengan bermuhasabah, seseorang akan kritis pada dirinya dalam menunaikan hak Allah.
c. Membantu jiwa untuk muraqabah.
d. Akan terbuka pintu kehinaan dan ketundukan di hadapan Allah SWT.
e. Keberuntungan masuk dan menempati Surga Firdaus serta memandang wajah Rabb Yang Mulia lagi Maha Suci.[17]

Dalam hal ini, terapi Muhasabah merupakan upaya seseorang untuk menanamkan dan menumbuhkan sikap introspeksi dalam diri sendiri sehingga kita dapat saling memahami dan menghormati dalam berinteraksi dengan orang lain. karena terkadang kita tidak sadar masalah yang terjadi pada diri kita, penyebabnya adalah dari kesalahan yang kita perbuat sendiri, apabila kita tidak dapat berinteraksi dengan baik antar sesama, maka akan menimbulkan prasangka-prasangka buruk yang akan menjadi masalah diantara keduanya.

3. Prasangka Buruk

Secara bahasa Prasngka buruk atau Buruk Sangka merupakan lawan kata dari baik sangka. Buruk sangka memiliki makna anggapan, pendapat, atau sikap yang bertentangan dengan realita (kebenaran) dan kebaikan. Seseorang dapat dikatakan berburuk sangka apabila ia memiliki anggapan,

[17] Syaikh Shalih Al-'Ulyawi, Muhasabah (Intropeksi Diri), hal 6

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

pendapat, atau sikap yang buruk terhadap suatu keadaan.[18] Berburuk sangka dalam pandanga Islam dinamakan dengan "*Su'uzzan"* yang berarti jahat sangka. *Su'uzzan* ini haram hukumnya dalam Islam.[19] *Su'uzzan* atau berburuk sangka ialah perbuatan yang tidak diperbolehkan karena dapat mengakibatkan permusuhan dan retaknya persaudaraan.[20]

Sifat buruk sangka membuat orang selalu gelisah, senantiasa diliputi perasaan waswas dan curiga kepada orang lain. Orang yang berburuk sangka biasanya sulit bekerja dengan orang lain, karena semua dianggap salah dan curang. Sebenarnya hal yang demikian itu hanya perasaannya saja, karena ia menganggap orang lain seperti dia yang selalu curiga. Bahkan selanjutnya buruk sangka ini dapat mengancam persatuan dan kesatuan bangsa.[21]

Islam telah mengharamkan perilaku buruk sangka terhadap Allah, Rasul-Nya, dan orang-orang mukmin yang telah dikenal perilaku baiknya dan kelurusan Akhlaq atau perilakunya meskipun sebagian dari mereka sering lalai dalam berbuat baik, berlebih-lebihan pada hal yang mubah, dan lain sebagainya.[22] Allah SWT juga melarang kita dalam berburuk sangka sebagaimana Firman-Nya dalam QS. Al-Hujurat ayat 12 .

---

[18] Imam Nawawi, *Terjemah Riyad al-Salihin*, vol.2, (Jakarta : Pustaka Amani, 1994), hlm. 463

[19] Sagir Akhmad, *Husnuzzan dalam perspektif psikologi*, (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2011), hlm.154

[20] Yatimin Abdullah, *Studi Akhlak dalam Perspektif Al-Qur'an*, (Jakarta : Amzah, 2007), hlm 219-220

[21] Masan Alfat, dkk. *Aqidah Akhlak*, (Semarang : PT Karya Toha Putra, 1995), hlm. 176

[22] Sayyid Muhammad Nuh, *Mengobati 7 Penyakit Hati* (Bandung : Al-Bayan PT Mizan Pustaka, 2004), hlm.108

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

اِجْتَنِبُوْا كَثِيْرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ

"Jauhilah kalian dari kebanyakan persangkaan, sesungguhnya sebagian prasangka adalah dosa" (QS. Al-Hujuraat: 12)

F. Metode penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif merupakan metode penelitian untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara menyeluruh dengan cara dideskripsikan dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.[23] Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui fenomena tetang permasalahan konseli, mulai dari perilaku yang ditunjukkan konseli, kondisi emosional konseli, hingga yang penyebab atau yang melatar belakangi konseli memiliki prasangka buruk terhadap ibu kandungnya. Data yang diperoleh dari konseli maupun informan ini berbentuk deskriptif yang berupa kata-kata tertulis maupun lisan.

Sedangkan pedekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan studi kasus. Penelitian studi kasus *(study case)* adalah penelitian yang ditujukan untuk melakukan pengkajian terhadap suatu kasus, peristiwa, orang atau konteks tertentu secara mendalam dan intensif.[24] Peneliti disini

[23] Lexy J.Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT Remaja Rosdskarya, 2009), hal.6
[24] Irfan Tamwifi, *Metode Penelitian*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014), hal 172

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

ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari konseli secara mendalam selama kurun waktu tertentu dengan menggunakan Terapi Muhasabah untuk membantu mengatasi masalah yang dihadapinya serta memperoleh perubahaan menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

a. Sasaran Penelitian

Dalam hal ini, peneliti mengambil subjek seorang remaja perempuan yang bernama Dita (nama samaran) berusia 20 tahun yang memiliki prasangka buruk terhadap ibu kandungnya. Konseli memiliki prasangka bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya. Kehadiran peneliti disini telah disetujui oleh konseli untuk membantu menyelesaikan masalah yang ia hadapi saat ini.

Sedangkan konselornya adalah Mahasiswa Prodi Bimbingan Konselig Islam semester 7 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang bernama Rahmadani Rizka Bahtiar Putri yang berdomisili di Jalan Jemur Wonosari Pabrik Kulit nomor 92.

b. Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian yang digunakan untuk subjek penelitian ini adalah di Kelurahan Bulak Banteng, Kecamatan Kenjeran Surabaya tepatnya di rumah konseli sendiri.

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

3. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat non-statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk deskriptif bukan dalam bentuk angka. Adapun jenis data pada penelitian ini adalah :

1) Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari subjek penelitian dengan menggunakan alat pengukuran atau alat pengambilan data secara langsung pada subjek penelitian sebagai informan yang dicari.[25]

Dalam hal ini diperoleh data atau keterangan mengenai kegiatan keseharian konseli terutama interaksi konseli dengan ibunya, latar belakang mengapa konseli bisa memiliki prasangka buruk terhadap ibunya, pandangan konseli tetang keadaan yang sedang dihadapinya, dampak-dampak yang terjadi akibat prasangka buruk yang dimiliki konseli terhadap ibunya, pelaksanaan proses konseling, serta hasil akhir dari pelaksanaan konseling dengan menggunakan terapi Muhasabah.

[25] Saifuddin Anwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1998), hlm. 91

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

2) Data sekunder

Data sekunder adalah data yang data yang diambil dari sumber pendukung yang terkait dengan konseli. Data sekunder ini bertujuan untuk melengkapi data primer. [26]

Adapun data sekundernya yaitu peneliti akan melakukan wawancara kepada orang-orang terdekat konseli. Peneliti akan mencari tahu mengenai bagaimana gaya hidup konseli sehari-hari, serta bagaimana interaksi konseli dengan orang tua khususnya pada ibunya setiap harinya.

b. Sumber Data

Adapun sumber data yang dimaksud adalah subjek dari mana data tersebut didapatkan. Dalam penelitian ini sumber datanya adalah:

1) Sumber data primer

Sumber data primer adalah data yang secara langsung diperoleh penulis di lapangan mengenai gerak-gerik, kata-kata atau perilaku yang ditunjukkan konseli yakni seorang anak di kecamatan Kenjeran Surabaya. Data akan berupa informasi dan data deskriptif. Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data primer adalah observasi dan wawancara.

[26] Burhan Bugin, Metode Penelitian Sosial : Format-format Kuantitatif dan Kualitatif, (Jakarta: Airlangga Press, 2001), hal 128

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

2) Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari lingkungan subjek penelitian selain konseli sendiri seperti teman konseli atau orang yang sering bersama konseli agar dapat melengkapi data yang diperoleh dari sumber primer.

4. Tahap-Tahap Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti akan menempuh beberapa tahap penelitian, diantaranya:

a. Tahap Pra Lapangan

Langkah awal yang dilakukan peneliti sebelum turun ke lapangan diantaranya adalah sebagai berikut :

1) Membuat Proposal Penelitian

Pada tahap pembuatan proposal ini peneliti menyusun latar belakang masalah yang menjelaskan bagaimana penerapan Terapi Muhasabah untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibunya. Serta membuat rumusan masalah dan merancang metode penelitian yang terkait dengan rumusan masalah tersebut.

2) Menyusun Rencana Penelitian

Pada tahap ini peneliti merancang rencana pelaksanaan yang harus ia lakukan selama proses penelitian berlangsung. Dengan rancangan inilah peneliti akan mengetahui kapan ia harus turun ke lapangan, bagaimana cara peneliti dalam mencari informan, berapa

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

besar biaya yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian dan apa saja yang perlu diamati oleh peneliti.

3) Memilih Lapangan Penelitian

Setelah melihat fenomena yang ada dalam lingkungan masyarakat, dan dikarenakan peneliti adalah salah seorang teman yang cukup dekat dengan konseli maka peneliti memilih lapangan penelitian konseli tersebut di kecamatan Kenjeran Surabaya.

4) Mengurus Perizinan

Dikarenakan konseli adalah salah seorang teman dekat dari peneliti, maka konselor hanya meminta izin kepada peneliti melalui lisan untuk melakukan penelitian terhadap dirinya.

5) Menjajaki dan Menilai Keadaan Lingkungan

Maksud dan tujuan penjajakan lapangan adalah supaya peneliti lebih mengenali kondisi lingkungan sosial, fisik, dan keadaan alam serta menyiapkan perlengkapan yang diperlukan saat penelitian berlangsung.

6) Memilih dan Memanfaatkan Informan

Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi serta latar belakang dari kasus yang sedang diteliti tersebut. Dalam hal ini, peneliti memilih beberapa teman dekat konseli (teman SD & teman kuliah) serta adik dari ibu kandung konseli (tante 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

7) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Dalam perlengkapan penelitian, peneliti menyiapkan pedoman wawancara, alat tulis, map, buku, dan perlengkapan lain yang berhubungan dengan penelitian yang bertujuan untuk memperoleh deskripsi data secara global mengenai objek penelitian yang akhirnya menghasilkan rencana penelitian.

b. Tahap Pengerjaan Lapangan

Pada tahapan ini peneliti turun lapangan secara langsung dengan berusaha mengetahui dan menggali data tentang subjek penelitian yang memiliki prasangka buruk terhadap ibu kandungnya. Peneliti juga berusaha mencari informasi mengenai faktor-faktor yang mendukung penelitian ini.

Pada tahap ini, peneliti sebagai konselor melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi tertulis untuk memperoleh data dari konseli dan orang-orang di sekitarnya yakni keluarga dan teman dekatnya.

c. Tahap Analisis Data

Setelah data-data terkumpul, maka tahap selanjutnya adalah tahap analisis data. Analisis data yang digunakan dalam peelitian ini adalah deskriptif komparatif. Teknik ini membandingkan kategori satu dengan kategori lain. deskriptif komparatif digunakan untuk menganalisa proses konseling antara teori dan kenyataan dengan cara membandingkan teori yang ada dengan pelaksanaan terapi muhasabah

digilib.uinsby.ac.id 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 yang dilakukan konselor di lapangan, serta apakah terdapat perbedaan pada diri konseli antara sebelum dan sesudah mendapat terapi muhasabah diri.

5. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yang diinginkan dengan melakukan pengamatan secara langsung. Pada pelaksanaan observasi ini, penyelidikan dilakukan dengan teliti. Peneliti pun langsung mendatangi sasaran-sasaran penyelidikan, melihat, mendengarkan, serta membuat catatan untuk dianalisis.[27] Dalam penelitian ini, konselor mengamati semua aspek yang ada pada diri konseli yang meliputi emosi, perilaku, bahasa verbal dan non verbal pada keseharian konseli , dan pada saat proses konseling serta perubahan yang terjadi setelah dilakukannya konseling.

Konselor melakukan observasi dengan mendatangi rumah konseli secara langsung. Konseli adalah teman dekat konseli saat KKN (Kuliah Kerja Nyata) di kampus. Dalam observasi ini, konselor melakukan observasi secara langsung maupun tidak langsung dengan menggunakan instrumen

[27] John W. Creswell, Penelitian Kualitatif & Desain Riset, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal. 220

digilib.uinsby.ac.id 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. Wawancara

Wawancara adalah metode dialog tanya jawab yang dilakukan antara peneliti dan konseli secara terbuka maupun tertutup.[28] Wawancara dalam penelitian ini ditujukan kepada konseli secara langsung dan juga orang-orang terdekat konseli. Dalam hal ini konselor melakukan wawancara kepada konseli terkait dengan permasalahan yang sedang dihadapi saat ini yakni tentang prasangka buruk terhadap ibu kandungnya.

Konselor juga mempersiapkan hal-hal yang harus dilakukan ketika wawancara dan menghubungi konseli untuk memastikan bisa atau tidaknya wawancara dilaksanakan. Kegiatan wawancara ini dilakukan melalui tahap dari membangun *rapport*, identifikasi masalah, tahap peralihan, kegiatan, termination, hingga tahap evaluasi dan follow up. Berikut adalah pedoman wawancara yang akan digunakan oleh konselor dalam penelitian ini:

1) Wawancara kepada konseli :
   a) Bagaimana interaksi antara mbak dengan ibu mbak di setiap harinya?
   b) Hal apa sajakah yang membuat mbak merasa ibu mbak tidak sayang dengan mbak?
   c) Sejak kapan mbak merasakan bahwa ibu mbak tidak sayang dengan mbak?

[28] John W. Creswell, Penelitian Kualitatif & Desain Riset, hal. 220

digilib.uinsby.ac.id 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) Pernakah ibu mbak marah kepada mbak sampai main tangan?

e) Pernakah mbak sesekali merasakan suatu hal bentuk perhatian yang dilakukan oleh ibu mbak kepada mbak?

f) Pernakah mbak berfikir bahwa setiap kali ibu mbak marah kepada mbak itu pasti ada sebab yang jelas?

g) Pernakah mbak mengkomunikasikan marahnya ibu mbak ketika beliau sedang dalam keadaan marah kepada mbak?

h) Apakah mbak selalu merasa benar ketika ibu mbak marah dan emosi kepada mbak?

i) Pernakah mbak berfikir bahwa setiap orang tua pasti menyayangi anaknya? Dan mungkin ibu mbak menunjukkan kasih sayangnya kepada mbak dengan cara beliau sendiri. Yang itu mungkin berbeda dengan cara ibu lain mendidik anaknya.

2) Wawancara kepada Tante Konseli :

a) Menurut anda, bagaimanakah komunikasi Dita dengan ibunya dalam setiap harinya?

b) Apakah anda pernah mendapati Dita sedang dimarahi oleh ibunya?

c) Apakah Dita pernah bercerita mengenai masalahnya dengan ibunya kepada anda?

3) Wawancara terhadap teman dekat konseli :

a) Menurut anda bagaimana sifat dan kepribadian Dita?

digilib.uinsby.ac.id 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) Menurut anda bagaimana interaksi / komunikasi Dita dengan orang tuanya?

c. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mengumpulkan beberapa instrumen sekunder seperti foto, catatan dan dokumen yang berkaitan dengan fokus penelitian.[29] Dari data dokumentasi ini, peneliti dapat melihat kembali sumber data yang ada seperti catatan pribadi, hasil wawancara dan lain sebagainya. sedangkan lagkah kongkretnya, peneliti akan mengumpulkan data-data dokumentasi yang kemudian akan dianalisis oleh peneliti.[30]

Dalam penelitian ini, bahan yang konselor gunakan untuk dokumentasi yaitu catatan mengenai konseli yang berupa biografi konseli. Dimana nantinya konseli ditugaskan membuat biografi tentang dirinya yang kemudian akan dijadikan sebagai media informasi oleh konselor.

[29] Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif Untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hal 123

[30] Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2012), hal 98

digilib.uinsby.ac.id 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 1.1

Jenis Data, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	Teknik Pengumpulan Data
1	Lokasi Penelitian	Informan	W
2	Informasi Diri / Identitas Klien	Konseli dan Informan	W+O
3	Informasi Kondisi Keluarga Konseli	Keluarga dan Informan	W+O
4	Masalah Konseli	Konseli	W+O
5	Perubahan Perilaku	Konseli dan Informan	O

Keterangan :

TPD : Teknik Pengumpulan Data

W : Wawancara

O : Observasi

6. Teknik Analisis Data

Setelah melalui teknik pengumpulan data, tahap selanjutnya yakni tahap analisis data. Analisa data disini dilakukan denga tujuan mencari tahu tentang berhasil atau tidaknya terapi muhasabah untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya.

Karena penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif komparatif. Analisis deskriptif komparatif disini dilakukan dengan cara membandingkan teori yang ada dengan pelaksanaan terapi muhasabah yang dilakukan konselor di lapangan, serta apakah terdapat perbedaan pada diri konseli antara sebelum dan sesudah mendapat terapi muhasabah 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

7. Teknik Pemeriksaan dan Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik keabsahan data dalam memperoleh data yang valid. Teknik-teknik tersebut antara lain sebagai berikut :

a. Perpanjagan Pengamatan

Perpanjagan pengamatan disini artinya peneliti mengoreksi kembali apakah data yang telah didapatkan selama ini merupakan data yang valid. Apabila data yang didapatkan selama ini setelah dikoreksi ternyata terdapat ketidakvalidan, maka peneliti harus melakukan pengamatan kembali secara lebih luas dan mendalam pada objek penelitiannya, sehingga diperoleh data yang valid dan dapat terjamin kebenarannya.

1) Ketekunan Pengamatan (cek ulang)

Peneliti melakukan pengamatan secara teliti dan merinci seta berkesinambungan terhadap faktor-faktor yang menonjol. Ketekunan pengamatan disini bertujuan untuk meminimalisir kesalahan serta digunakan untuk memastikan kevalidan data yang didapatkan.[31] Apabila telah dilakukan cek ulang dan data yang diperoleh telah valid, maka ketekunan pengamatan dapat diakhiri.

[31] Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal 101

digilib.uinsby.ac.id 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) Triangulasi

Triangulasi adalah penggunaan dua atau lebih sumber data untuk mendapatkan informasi meyeluruh tentang fenomena yang diteliti.[32] Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan triangulasi dengan membandingkan sumber dan teori., serta melakukan pengecekan antar data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan juga dokumentasi yang ada. Peneliti menggunakan triangulasi dengan tujuan untuk mencari pemahaman terhadap apa yang telah ditemukan di lapangan sehingga data yang diperoleh akan lebih konsisten dan terjamin kebenarannya.

G. Sistematika pembahasan

Agar penulisan skripsi ini tersusun secara rapi dan jelas serta mudah dipahami, maka penulis menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Bagian awal ini terdiri dari judul penelitian (Sampul) , Lembar persetujuan pembimbing, Lembar Pengesahan Tim Penguji, Motto dan Persembahan, Pernyataan Otentitas Skripsi, Abstraksi, Kata Pengantar, Daftar Isi dan Daftar Tabel.

2. Bagian Inti

BAB I Pendahuluan, dalam bab ini membahas mengenai : Latar belakang masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Definisi konsep,

[32] Haris Herdiansyah, *Metode penelitian kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*, hal 205

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

Metodologi penelitian, Teknik analisis data, dan yang terkahir adalah adalah Sistematika pembahasan.

BAB II Tinjauan Pustaka, yang berisi yang berisi pembahasan yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam, tujuan bimbingan dan konseling Islam, fungsi bimbingan dan konseling Islam, asas bimbingan dan konseling Islam, langkah-langkah bimbingan dan konseling Islam. Kemudian penjelasan teori mengenai terapi *muhasabah*, definisi *muhasabah*, macam-macam *muhasabah*, dan pengaruh dan manfaat dari *muhasabah.* Kemudian juga dibahas penjelasan mengenai prasangka buruk, definisi prasangka buruk, jenis-jenis prasangka buruk, ciri-ciri prasangka buruk, serta dampak dari sikap prasangka buruk. Selanjutnya juga dibahas mengenai bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *muhasabah* dalam mengatasi prasangka buruk. Dalam bab ini juga dicantumkan beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti disini.

BAB III Penyajian Data, yang berisi pembahasan mengenai deskripsi umum objek penelitian yang meliputi deskripsi lokasi penelitian, deskripsi objek penelitian yakni: deskripsi konselor, deskripsi konseli, dan deskripsi masalah. Selanjutnya yakni pembahasan tentang deskripsi pelaksanaan penelitian yakni pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi muhasabah dalam mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya. Dalam hal ini meliputi: deskripsi proses pelaksanaan bimbingan

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

dan konseling Islam dengan terapi muhasabah dan deskripsi hasil dari pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *muhasabah*.

BAB IV Analisis Data. Pada bab ini akan dipapakarkan laporan hasil penelitian yang berupa analisis dari proses pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *muhasabah* yang meliputi: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan follow up. Kemudian juga akan dipaparkan mengenai laporan hasil akhir dari proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *muhasabah* dalam mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya.

BAB V Penutup, yang berisi kesimpulan dari keseluruhan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, serta berisi saran kepada semua pembaca.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir ini berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang terkait dengan proses penelitian

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

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Bimbingan dan Konseling Islam

   a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Secara bahasa, bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris yakni "*Guidance"* yang berarti mengarahkan, memandu, mengelola, dan menyetir.[1] Sedangkan secara istilah, bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku. [2]

Bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinu dan sistematis oleh seseorang yang ahli di bidangnya yakni konselor kepada konseli agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang ia miliki secara optimal dengan cara menerapkan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist

[1] Syamsu Yusuf, A.Juntika Nur hisan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2011), hal 5

[2] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal 99

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

ke dalam diri, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.[3]

Konseling adalah proses pemberiaan bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang diahapi konseli.[4] Sedangkan Konseling Islam menurut Komarudin adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh orang yang ahli dalam bidangnya yakni konselor kepada konseli dengan berlandaskan Al-Qur'an dan hadist untuk mengantarkan konseli tersebut kepada kebahagiaan di dunia dan di akhirat kelak.[5]

Bimbingan konseling Islam menurut Samsul Munir Amin adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontiniu dan sistematis kepada individu atau kelompok dengan tujuan mengembangkan potensi atau fitrah beragamanya secara optimal dengan berpedoman pada nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW. Sehingga ia dapat hidup sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.[6]

Kemudian menurut H.M Arifin, bimbinngan konseling islam adalah usaha pemberian bantun kepada seseorag yang mengalami

---

[3] Hallen A, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Ciputat Press, 2002), hal 17

[4] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal 105

[5] Komaruddin, dkk, *Dakwah dan Konseling Islam*, (Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2008), hal 54-55

[6] Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hal 23

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

masalah, baik dalam hal lahiriah ataupun batiniah yang menyangkut kehidupan di masa kini maupun masa yang akan datang. Bantuan tersebut berupa pertolongan dalam sisi spiritual dengan tujuan agar orang yang bersangkutan tersebut mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya melalui dorongan kekuatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.[7]

Sedangkan menurut Hamdani Bakran Adz Dzaky, bimbingan konseling islam yaitu suatu aktivitas pemberian bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang memerlukan bimbingan dalam hal ini disebut konseli atau konseli sehingga ia dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kejiwaan, keimanan dan keyakinannya serta dapat menanggulangi masalah hidupnya dengan baik dan benar sesuai dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.[8]

Bimbingan konseling Islam dalam penelitian ini, konselor mengajak konseli untuk melakukan muhasabah diri (introspeksi diri) terhadap perilaku salah yang telah ia lakukan selama ini kepada ibunya yakni berpikir negatif terhadap ibunya. Selain itu, konselor juga mengajak konseli untuk senantiasa bersyukur bahwa kita masih diberikan orang tua yang lengkap yang dapat mendampingi kita menuju kesuksesan dunia dan akhirat kelak.

---

[7] Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal 111-112

[8] Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Psikoterapi Konseling Islam*, Cet I (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hal 129-37

digilib.uinsby.ac.id 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 beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling islam adalah pemberian bantuan oleh orang yang ahli di bidangnya yakni konselor kepada individu atau kelompok yang membutuhkan bimbingan dengan berlandaskan Al-Qur'an, Hadist, dan Sunnah Rasulullah SAW.

b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Secara umum tujuan Bimbingan Konseling Islam adalah untuk membantu individu dalam mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhya sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Sedangkan tujuan khususnya terbagi menjadi 3 yakni :

1) Membantu mencegah individu agar tidak menghadapi atau mendapat masalah.
2) Membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapinya.
3) Membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar menjadi tetapi baik atau bahkan menjadi lebih baik, sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[9]

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam terbagi menjadi dua, yakni secara umum dan secara khusus. Secara umum, fungsi

[9] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam,* Cet III, (Yogyakarta, uii Press, 2004), 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

Bimbingan dan Konseling dibagi menjadi beberapa aspek, antara lain sebagai berikut :

1) Fungsi Pencegahan, yaitu usaha pencegahan agar tidak timbul suatu masalah.
2) Fungsi Penyaluran, yakni usaha bimbingan untuk membantu konseli dalam menyalurkan pribadi masing-masing.
3) Fungsi penyesuaian, yakni usaha bimbingan dan konseling membantu individu dalam mencapai penyesuaian dengan lingkungannya.
4) Fungsi perbaikan, yakni usaha bimbingan dan konseling untuk membantu individu dalam memecahkan masalah yang sedang ia hadapi.
5) Fungsi pengembangan, yakni usaha bimbingan dan konseling untuk membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap baik atau bahkan menjadi lebih baik, sehingga tidak adanya kemungkinan muncul masalah baru pada dirinya.[10]

Sedangkan fungsi khusus dari bimbingan dan konseling islam antara lain :

1) Fungsi *Preventif* (pencegahan), yakni upaya untuk membantu individu agar berperan aktif dalam melakukan pencegahan sebelum

[10] Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2004), hal.35-40

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

mengalami masalah. Hal ini dapat ditempuh melalui pengembangan strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mengantisipasi berbagai resiko hidup yang tidak perlu.

2) Fungsi *Remedial* atau *Rehabilitatif*. Fungsi ini berkaitan dengan penyesuaian diri, penyembuhan masalah psikologis, pemulihan kesehatan mental serta megatasi gangguan emosional.

3) Fungsi *Edukatif* (pengembangan), meliputi pendidikan maupun pengembagan yang terkait dengan bantuan peningkatan keterampilan-keterampilan maupun kecapakan hidup.[11]

d. Asas Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling disini dibagi menjadi dua jenis yakni asas bimbingan konseling umum dan asas bimbingan konseling islami. Secara umum, asas-asas bimbingan konseling dibagi menjadi sembilan, diantaranya adalah :

1) Asas Kerahasiaan

Asas ini merupakan asas kunci dalam bimbingan dan konseling. Jika asa ini benar-benar dilaksanakan dengan baik oleh konselor, maka ia akan medapat kepercayaan dari semua pihak terutama dari penerima bimbingan (konseli). Begitu juga sebaliknya jika konselor tidak mampu menjalankan asa kerahasiaan

[11] Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam,* (Yogyakarta: Fajar Baru Pustaka, 2006), hal 217

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

ini dengan baik, maka hilanglah kepercayaan konseli, akibatnya proses konseling tidak akan berjalan dengan baik. Dalam asas kerahasiaan ini, segala sesuatu yang dibicarakan oleh konseli kepada konselor, tidak boleh disampaikan kepada orang lain tanpa terkecuali. Konselor wajib menjaga apapun yang konseli ceritakan padanya.

2) Asas Kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling yang dilakukan, harus dengan dasar kesukarelaan baik dari pihak konseli maupun konselor. Dalam hal ini, konseli diharapkan secara sukarela menyampaikan masalah yang sedang ia hadapi kepada konselor tanpa adanya paksaan dan tanpa ada yang ditutup-tutupi. Sehingga konselor mampu memahami secara kompleks masalah yang sedang dihadapi oleh konseli dan kemudian konselor mampu membantu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli. Pada pihak konselor, ia juga diharapkan dapat memberikan bantuan kepada konseli dengan tidak terpaksa, atau degan kata lain konselor diharapkan memberikan bantuan dengan ikhlas.[12]

3) Asas Keterbukaan

Asas ini menghendaki konseli yang menjadi sasaran layanan konseling dapat bersikap terbuka dan tidak ada kepura-puraan dalam memberikan keterangan mengenai dirinya sendiri

[12] Sulistyarini, *Dasar-Dasar Koseling*, (Jakrata: Pustakakarya, 2014), hal 40-41

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

maupun dalam menerima berbagai informasi dari luar yang itu berguna untuk pengembangan dirinya. Disini, guru pembimbing (konselor) berkewajiban untuk mengembangkan keterbukaan konseli. Selain konseli, konselor pun diharapkan dapat bersikap terbuka dan tidak ada yang ditutup-tutupi kepada konseli dalam hal yang menyangkut masalah konseli saat proses konseling berlangsung.

4) Asas Kekinian

Asas ini menghendaki objek sasaran layanan konseling yakni masalah yang tengah dihadapi konseli saat ini atau sekarang. Bukan masalah konseli di masa lampau ataupun masa yang akan datang.

5) Asas Kemandirian

Yakni asas yang merujuk pada tujuan bimbingan dan konseling yakni menjadikan konseli dapat berdiri sendiri tanpa tergantung pada orang lain ataupun konselor setelah mendapat bimbingan. Konselor diharapkan mampu mengambil keputusan dan mengarahkan dirinya sendiri sesuai dengan keputusan yang ia ambil.

6) Asas Kegiatan

Konselor diharapkan mampu membangkitkan semangat konseli untuk melaksanakan kegiatan yang diperlukan dalam kaitannya dengan penyelesaian masalah yang konseli hadapi saat

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

ini. Karena usaha bimbingan dan konseling tidak akan tercapai dengan sendirinya, melainkan harus dengan kerja keras dari konseli itu sendiri. Dalam hal ini, konseli diharapkan mampu aktif dalam menjalani proses konseling serta aktif pula dalam melaksanakan serta menerapkan hasil konseling.

7) Asas Kedinamisan

Asas ini mengehendaki terjadinya perubahan pada konseli yang dibimbing yakni ke arah yang lebih baik, bergerak maju dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dari waktu ke waktu.

8) Asas Kenormatifan

Asas ini menghendaki proses konseling yang dilakukan harus sesuai dengan kaidah-kaidah profesional yang telah ada.

9) Asas Keahlian

Layanan bimbingan dan konseling harus dilakukan oleh orang-orang yang profesional dan memiliki keahlian dalam bidang tersebut. Serta orang-orang tersebut harus mengerti dan faham mengenai teknik-teknik dan metodologi bimbingan dan konseling. Sehingga ia dapat membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh konseli dengan masksimal sesuai dengan kaidah ilmu yang telah pasti.

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

10) Asas Keterpaduan

Asas ini menghendaki adanya kerjasama dan koordinasi dari kedua belah pihak yakni konselor dan konseli sehingga dalam proses konseling terjadi hubungan yang harmonis dan terpadukan.

11) Asas Alih Tangan Kasus

Asas ini menghendaki bagi konselor yang belum mampu menangani masalah yang dihadapi oleh konselinya, hendaklah ia mengalih tangankan permasalahan tersebut kepada yang lebih ahli atau profesional. Sehingga permasalahan konseli tersebut mendapat penanganan yang tepat.

12) Asas Tut Wuri Handayani

Yakni asas yang menghendaki agar layanan bimbingan dan konseling secara kompleks dapat menciptakan suasana mengayomi serta memberikan dorongan kesempatan seluas-luasnya kepada konseli untuk maju.[13]

Sedangkan asas dalam bimbingan konseling islam menurut Anwar Sutoyo, terbagi menjadi 11, antara lain:

1) Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Bimbingan dan konseling islam menurut asas ini yakni membantu konseli untuk mencapai kebahagiaan hidup yang didambakan oleh setiap muslim, tidak hanya di dunia melainkan

[13] Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: CV.P ustaka Setia, 2010), hal 41-43

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

juga di akhirat kelak. Karena kebahagiaan duniawi bagi seorang muslim itu hanya bersifat sementara (tidak kekal) dan kebahagiaan akhiratlah yang bersifat abadi.[14] Kebahagiaan tersebut dapat dicapai dengan cara selalu mengingat Allah dalam hidupnya. Oleh karena itu, Islam mengajarkan hidup dalam kesimbangan dan keselarasan antara keduniaan dan keakhiratan.

2) Asas Fitrah

Bimbingan konseling Islam dalam asas ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengenal, memahami, dan menghayati fitrah dirinya. Sehingga tingkah laku dan gerak-geriknya pun akan sesuai dengan fitrahnya tersebut sehingga ia mampu mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Fitrah manusia menurut Islam yaitu kemampuan potesial bawaan manusia dalam beragama Islam.

3) Asas Lillahi Ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan semata-mata karena Allah swt. Oleh karena itu, konselor sebagai pembimbing disii diharapkan mampu untuk melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan dan tanpa pamrih. Sedangkan untuk konseli disini juga diharapkan mampu menerima bimbingan dari konselor dengan ikhlas dan rela karena semua dilakukan dengan tujuan untuk

[14] Aswadi, *iyadah dan tazkiyah perspektif bimbingan dan konseling islam,* hal 28

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

mengabdi kepada Allah swt sesuai dengan fungsi dan tugas kita sebagai makhluk yakni mengabdi kepada-Nya.[15]

4) Asas Syukur

Konselor dalam menjalankan tugasnya sebagai pembimbing, diharapkan mampu membimbing konseli untuk senantiasa bersyukur dan berterima kasih kepada Allah swt atas keadaan dan kebahagiaan yang konseli miliki selama hidupnya.

5) Asas Tauhid

Konselor dalam menjalankan tugasnya sebagai pembimbing, diharapkan mampu mengembangkan potensi diri konseli dalam hal Iman, ihsan, dan Islam. Serta konselor islami juga diharapkan mampu untuk membimbing konseli agar jauh dari kemaksiatan.

6) Asas Penyerahan Diri

Konselor dalam menjalankan tugasnya sebagai pembimbing, diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada konseli bahwa tercapainya segala keinginan dan terselesainya segara urusan mutlak berada di tangan Allah swt. Manusia hanya mampu mengupayakan segala keinginan tersebut dengan berusaha, namun untuk hasil akhirnya tetap Allah-lah yang berhak menentukan.

[15] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal 24-25

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

7) Asas Sabar

Konseli datang kepada konselor dengan membawa masalah yang bermacam-macam mulai dari masalah yang bersifat ringan sampai dengan berat. Kemudian tipe-tipe konseli yang datang pun bermacam-macam. Mulai dari yang sangat tertutup (introvert) sampai dengan yang sangat terbuka (ekstrovert). Oleh karena hal tersebut, konselor sebagai pembimbing dalam konseling diharapkan mampu bersikap sabar dalam membimbing konseli-konselinya.

8) Asas Hidayah Allah

Keberhasilan dan kelancaran proses konseling dalam hal ini tidak terlepas dari Hidayah yang diberikan oleh Allah swt kepada kedua belah pihak terutama pada konseli.

9) Asas Dzikrullah

Berdzikir kepada Allah akan senantiasa membawa ketenangan. Seseorang yang hidupnya senantiasa berdzikir, maka hatiya akan cerah, tenang, dan tidak mudah bersedih. Maka dari itu, dalam konseling, konselor diharapkan dapat membimbing konseli untuk senantiasa mengamalkan dzikir agar hidupnya diberi ketenangan oleh Allah swt.

10) Asas Musyawarah

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah artinya antara konselor dan konseli diharapkan

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

mampu menjalin komunikasi yang baik, tidak ada paksaan, dan tidak memaksakan kehendak sepihak tetapi selalu mengedepankan musyawarah.[16]

11) Asas Kesatuan Jasmaniah-Rohaniah

Manusia dalam hidupnya merupakan kesatuan dari jasmaniah dan rohaniah. Oleh karena itu, konselor dalam proses konseling diharapkan mampu membantu konselinya dengan memandang dua aspek tersebut. Tidak hanya fokus di salah satu aspek saja. Bimbingan dan Konseling Islam disini membantu individu untuk menyeimbangkan jasmaniah dan rohaniah tersebut.[17]

e. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam proses pemberian bantuan dalam Bimbingan dan Konseling Islam, terdapat lima langkah yang harus dilakukan, antara lain:

1) *Identifikasi* kasus, yakni langkah yang dilakukan untuk memahami kehidupan konseli beserta gejala-gejala yang nampak pada diri konseli. Langkah ini dilakukan dengan cara interveview, observasi, dan analisis data.

2) *Diagnosa,* yakni langkah yang ditempuh untuk menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakang dari masalah

[16] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal 34
[17] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal 71

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

tersebut. Langkah ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus. Kemudian setelah data terkumpul, maka selanjutnya konselor menetapkan masalah yang terjadi.

3) *Prognosa,* yakni langkah yang ditempuh konselor untuk menetapkan jenis bantuan yang akan digunakan untuk melakukan bimbingan dan konseling kepada konseli dalam menyelesaikan masalahnya. Langkah ini dilakukan dengan berdasarkan pada kesimpulan dalam tahap diagnosa.
4) Terapi (*Treatment),* yakni langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan kepada konseli dengan teknik yang sesuai dengan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli.
5) Evaluasi dan *Follow-Up,* yakni langkah yang dimaksudkan untuk menilai sejauh mana hasil yang didapatkan dari langkah terapi yang diberikan kepada konseli. Dalam langkah ini akan dilihat perkembangan selanjutya dalam jangka waktu yang lebih lama.[18]

2. Terapi Muhasabah

a. Definisi *Muhasabah*

Muhasabah secara etimologi berasal dari kata *hasaba-yuhasibu* yang berasal dari kata dasar *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang memiliki makna menghitung.[19] Sedangkan menurut terminologi, *Muhasabah* adalah introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Dengan kata

[18] Djumhur dan Moh Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV.Ilmu, 1975), hal 104-106

[19] Asad M.Al kali, *Kamus Indonesia-Arab*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), 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

lain ialah menghitung-hitung perbuatan pada tiap tahun, bulan, hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu, *muhasabah* tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan tiap hari bahkan juga setiap saat.[20] Dengan demikian, *muhasabah* berarti memperhitungkan amal perbuatan diri. Apabila ia melakukan perbuatan baik dalam menaati perintah Allah, maka ia akan bersyukur kepada Allah SWT. Namun sebaliknya, apabila ia melakukan perbuatan buruk yang dilarang oleh Allah, maka ia akan menyesali perbuatannya tersebut dan segera memohon ampun kepada Allah dan kembali kepada-Nya (bertaubat) serta kemudian melakukan penebusan kesalahan tersebut dengan banyak melakukan perbuatan baik.[21]

Secara Psikologis, *muhasabah* disebut dengan instrospeksi. Instrospeksi ini pada dasarnya merupakan cara untuk menelaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan dan segenap unsur kejiwaan lainnya.[22]

Menurut Nurbaksh yang dikutip dari buku yang berjudul "Dunia Spiritual Kaum Sufi" pengarang Netton, Ian Richard, dijelaskan bahwa

---

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

[21]Ragwan Albaar,"Konsep Muhasabah (*self evaliation*) Sebagai Terapeutik Islam (Studi Pemikiran al-Ghazali dalam Ihya' Ulum al-Din)", jurnal bimbingan dan konseling Islam, tahun 2011, Vol 1, No. 2, (113-198), hal 104

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

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

muhasabah pada awalnya merupakan suatu pertimbangan terhadap perhitungan antara tindakan-tindakan negatif dan positif. Pada akhirnya, ia merupakan aktualisasi kesatuan (*ittihad)* yang murni.[23]

Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah menjelaskan bahwa *muhasabah* yakni proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki keiginan untuk melakukan suatu perbuatan, sehingga diketahui manfaat/mudharat dari perbuatan tersebut. Apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan ataukah sebaliknya. Sedangkan menurut Muhammad Al-Ghazali, *muhasabah* adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat-sifat yang seharusnya dimiliki dan dihilangkan.[24]

Menurut Saefadin Bachrun (Penulis dan Da'I Modern) dalam buku manajemen muhasabah diri menjelaskan bahwa *Muhasabah* merupakan cara seseorang dalam mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari waktu ke waktu, tidak hanya proses dalam hal evaluasi diri, tetapi juga bentuk syukur atas anugerah Allah SWT.[25] Konsep *Muhasabah* dalam Al-Qur'an terdapat pada surat Al-Hasyr: 18-19 :[26]

---

[23] Ian Richard, *Dunia Spiritual Kaum Sufi, (harmonisasi antara dunia Mikro dan Makro),* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Cet I, 2001), hal 76

[24] Nimas Fitriatul Latifa, Skripsi *"Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dala hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar"*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018), hal 20

[25] Siti Shahilatul Arasy, Skripsi "*Urgensi Muhasabah (Introspeksi di*ri) *di Era Kontmporer (Studi Ma'anil Hadist)"*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014), hal 97

[26] Ainul Mardziah Binti Zulkifli, Skripsi *"Konsep Muhasabah Diri Menurut Iman Al-Ghazali",* (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry, 2018), 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

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (18)

Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk esok (hari akhirat) dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS. Al-Hasyr : 18)."

b. Macam-macam Muhasabah

Menurut Ibnul Qayyim *rahimahullah, muhasabah* terbagi menjadi dua macam yakni: sebelum beramal dan sesudah beramal.

1) Jenis yang pertama: Sebelum beramal, yakni dilakukan dengan cara berfikir sejenak ketika hendak melakukan sesuatu. Janganlah kita melakukan sesuatu tanpa berfikir terlebih dahulu dampak kedepannya sehingga muncul kemasalahatan dalam diri kita ketika melakukan hal tersebut. Al-Hasan berkata: "*semoga Allah merahmati seorang hamba yang berdiam sejenak ketika terdetik dalam pikirannya suatu hal, jika itu adalah amalan ketaatan Allah, maka ia melakukannya, sebaliknya jika bukan, maka ia tinggalkan".*[27]

2) Jenis yang kedua: Introspeksi diri setelah melakukan suatu perbuatan. Dalam hal ini ada tiga macam:

a) Introspeksi diri atas ketaatan yang berkaitan dengan hak Allah yang bekum sepenuhnya ia lakukan, kemudian ia juga

[27] Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, *Manajejemen Qalbu* : *Melumpuhkan senjata Syetan*, (Jakarta: Darul Falah, 2005), hal 118

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

bermuhasabah apakah ia telah melakukan ketaatan pada Allah sebagaimana yang dikehendaki-Nya atau belum. Adapun hak Allah dalam hal ketaatan ini ada enam yaitu ikhlas dalam berbuat, nasehat karena Allah dalam pekerjaan tersebut, menampakkan karunia Allah dalam pekerjaan tersebut, serta menampakkan atas segala kekurangan dirinya dalam pekerjaan tersebut.

b) Introspeksi diri terhadap setiap perbuatan yang mana jika ditinggalkan akan lebih baik daripada melakukannya.

c) Introspeksi diri mengenai perkara yang mubah atau sudah menjadi kebiasaan untuk mengharap ridho Allah swt.[28]

c. Pengaruh dan Manfaat Muhasabah

Menurut Ibnul Qayyim *rahimahullah: muhasabah* memiliki pengaruh dan manfaat yang luar biasa, diantaranya yakni:

1) Dapat mengetahui aib sendiri. Karena barangsiapa yang tidak memeriksa dan mengoreksi aib dirinya sendiri, maka ia tidak akan mungkin menghilangkannya.

2) Dengan bermuhasabah, seseorang akan lebih kritis dan hati-hati dalam menunaikan hak Allah.

3) Dengan bermuhasabah akan membantu seseorang untuk merasa jiwanya selalu diawasi oleh Allah (*Muraqabah*). Sehingga ia selalu menghindari hal-hal yang dilarang oleh Allah swt.

[28] Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), hal 438-439

digilib.uinsby.ac.id 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) Dengan bermuhasabah, seseorang mampu memperbaiki hubungan diatara sesama manusia. Karena ketika kita sesama manusia jika sedang menghadapi perselisihan, maka yang harus dilakukan adalah mengoreksi diri sendiri apakah perbuatan yang telah ia lakukan sudah benar atau belum. Sehingga dengan secepatnya kita akan mengetahui kesalahan kita dan secepatnya pula kita dapat memperbaikinya. Hal ini yang akan mendorong manusia yang sedang berselisih untuk segera berdamai.
5) Terbebas dari sifat nifak karena selalu mengevaluasi diri untuk kemudian mengoreksi perbuatan yang telah dilakukan.
6) Dengan bermuhasabah, akan terbuka bagi seseorang pintu kehinaan dan ketundukan dihadapan Allah swt.
7) Manfaat yang paling besar yang akan didapatkan oleh seseorang yang melakukan *muhasabah* yakni akan masuk dan menempati Surga Firdaus serta memandang wajah Rabb Yang Mulia lagi Maha Suci.[29]

d. Tahap-tahap Pelaksanaan Terapi Muhasabah

Salah satu terapi yang dapat digunakan dalam proses bimbingan dan konseling Islam adalah terapi *muhasabah*. Terapi *muhasabah* dalam penelitian ini diberikan kepada konseli dengan tujuan mengurangi atau bahkan menghilangkan prasangka buruk dari seorang anak kepada ibu

[29] Shalih Al—Ulyawi, *Muhasabah,* pdf *(Intropeksi diri), Terj.Abu Ziyad,* (Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah, 2007).hal 6

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

kandungnya. Karena dalam terapi *muhasabah* ini, konselor (peneliti) akan mengajak konseli untuk mengintrospeksi perilakunya mengenai berprasangka buruk kepada ibu kandungnya itu apakah suatu hal yang dibenarkan atau tidak dalam agama. Kemudian konselor juga akan mengajak konseli untuk bermuhasabah terhadap dirinya sendiri mengenai masalah yang ia hadapi saat ini sebenarnya akibat dari perbuatan konseli sendiri .

Terapi *muhasabah* dalam penelitian ini dilakukan dengan 4 tahapan yakni :

1) Tahap Pengenalan Terapi

   Tahap ini merupakan tahap awal pemberian *treatment* yang diisi dengan pembuatan kontrak kesepakatan konseling antara konselor dan konseli serta diisi dengan pengenalan tentang terapi muhasabah kepada konseli sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita real tentang pentingnya bersyukur kepada Allah karena masih diberikan orang tua yang lengkap dan masih bisa membantu memenuhi kebutuhan hidup kita selama ini. Konselor juga memberikan peritelasan mengenai kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya terutama ibu dalam agama Islam.

2) Tahap Evaluasi diri dan Perencaan Perilaku

   Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau

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

masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan oleh konseli ke depannya untuk mengatasi masalahnya tersebut.

3) Tahap Pengaplikasian rencana Perilaku

Dalam tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat pada tahap sebelumnya.

4) Tahap Pemeriksaan

Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Selanjutnya konselor membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.

3. Prasangka Buruk

a. Definisi Prasangka Buruk

Buruk sangka dalam bahasa Arab disebut *Su'udzon. Su'udzon* disini berasal dari kata dasar *Al-zan* yang secara umum bermakna sangka. Sedangkan secara bahasa, ungkapan *Al-zan* berasal dari kata

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

ظَنَّ yang bermaksur syak dan yakin tanpa pemgetahuan[30]. Menurut kamus besar bahasa Indonesia, kata "sangka" memiliki bebrapa arti diantaranya adalah duga, mengira, menaksir, dicurigai dan kesangsian[31].

Menurut Sayyid Muhammad Nuh kata *al-zan* memiliki banyak arti salah satunya adalah ragu. Misalnya dengan mengatakan *al-bi'r zunun* (sumur itu meragukan) maksudnya anda tidak tahu apakah di dalamnya terdapat air atau tidak.[32]

Sedangkan Prasangka Buruk atau buruk sangka adalah salah satu sifat buruk yang dapat merusak pikiran serta menghambat hubungan silaturrahim diantara manusia. Apabila sifat buruk ini ada pada diri seseorang, maka yang akan dirusak adalah pikiran, ide, dan pandangan dari orang tersebut. Kemudian hal lain yang akan dirusak dari sikap buruk sangka adalah hubungan dengan orang lain. jika setiap manusia memiliki sikap buruk sangka dalam dirinya, maka hubungan antara dia dengan orang lain dapat dipastikan tidak akan berjalan baik.

Menurut Imam Nawawi dalam kitab terjemah Riyad al-Salihin, Berburuk sangka yakni lawan dari baik sangka. Buruk sangka disini dapat diartikan sebagai anggapan, pendapat, atau sikap yang bertentangan dengan kebenaran dan kebaikan. Orang yang berburuk

---

[30] Abu fadhl Jamaluddin, Muhammad bin Makram bin Mandzur, *Lisan al-'Arab,* jil.II, (Beirut, Dar al-Kitab al-'ilmiyyah, 1993), hal 122

[31] Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* , cet 3, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), hal 7814

[32] Sayyid Muhammad Nuh, *Mengobati 7 Penyakit Hati,* cet I, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2004), hal 100

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

sangka berarti orang yang memiliki anggapan, pendapat, atau sikap yang buruk terhadap orang lain atau suatu keadaan dimana orang atau keadaan tersebut sebenarnya menunjukkan hal yang sebaliknya.[33]

Menurut beberapa definisi di atas penulis dapat menarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan buruk sangka (su'udzan) adalah suatu anggapan atau pendapat yang buruk terhadap suatu hal tanpa adanya suatu bukti konkrit atau pengetahuan yang jelas mengenai hal tersebut.

Agama Islam telah mengharamkan perubuatan berburuk sangka terhadap Allah, Rasul-Nya dan orang-orang mukmin yang telah dikenal kebaikannya, kelurusan akhlaknya, kebersihan perjalanan hidupnya meskipun sebagian dari mereka lalai dalam berbuat baik. Islam juga telah memerintahkan untuk memperbaiki kelalaian tersebut dengan jalan *amar ma'ruf nahi munkar* tanpa perlu mengubah sikap hati terhadapnya sedikitpun.[34] Allah SWT telah melarang kita sebagai hambanya dalam berburuk sangka. Sesuai dalam Firman-Nya pada QS. A-l-Hujurat ayat 12,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ ۖ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا ۚ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ

"Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu adalah dosa dan

[33] Imam Nawawi, *Terjemah Riyad al-Salihin*, vol 2, (Jakarta: Pustaka Amani, 1994), hal 463

[34] Sayyid Muhammad Nuh, *Mengobati 7 Penyakit Hati*, (Bandung: Al-Bayan PT Mizan Pustaka, 2004), hal 108

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

janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain. Dan janganlah sebahagian kamu menggunjing sebahagian yang lain. Sukakah salah seorang di antara kamu memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang."(QS. Al-Hujurat : 12)

b. Jenis-Jenis Prasangka Buruk

1) Buruk sangka terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki prasangka buruk terhadap diri sendiri ini akan memandang lemah dan rendah terhadap kemampuan diri sendiri. Ia tidak percaya akan kemampuan dirinya sendiri, sehingga kemampuan yang seharusnya dapat diaktualisasikan tersebut menjadi tertutup dan akan melahirkan bentuk-bentuk kepasarahan.

2) Buruk sangka terhadap orang lain. kurang atau lemahnya berpikir, kepentingan tertentu, perasaan iri dan dengki, kemarahan, kebencian, dan lain sebagainya ini menjadi penyebab timbulnya rasa buruk sagka terhadap orang lain. Orang lain dalam hal ini bisa anak kepada orang tua, bawahan kepada atasan, ataupun sebaliknya, dan yang lain sebagainya.

3) Buruk sangka terhadap keadaan. Contohnya ketika seseorang akan berangkat ke Masjid untuk sholat berjamaah. Namun cuaca sangat mendung sehingga seseorang tersebut membatalkan niatnya untuk pergi ke masjid karena ia takut hujan turun dengan lebat. Maka sesungguhnya hal ini yang diamakan buruk sangka terhadap keadaan.

digilib.uinsby.ac.id 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) Buruk sangka terhadap Allah SWT. Misalnya kita merasa bahwa Allah berbuat tidak adil terhadap hidup kita, maka saat itulah kita telah diilai berprasangka buruk terhadap Allah SWT. Perwujudannya pun menolak untuk melakukan perintah-perintah-Nya karena merasa ibadah yang dilakukan hanya sia-sia dan merasa bahwa takdir selalu buruk terhadap kehidupan kita. Buruk sangka kepada Allah hukumbya dosa besar dan mampu membuat seseorang menjadi musyrik, munafik, dan bahkan kafir.[35]

c. Ciri-Ciri Prasangka Buruk

Prasangka Buruk atau buruk sangka termasuk dalam keburukan jiwa. Ia disebut buruk jiwa karena jiwa orang yang berburuk sangka tersebut cenderung ke arah keburukan. Dalam hal ini, jiwa yang dimaksud yakni akal. Adapun ciri-ciri prasangka buruk adalah sebagai berikut:

1) Tidak didasari atas kebenaran. Hal ini biasanya berlaku pada orang-orag yang tidak secara langsung mengetahui sebuah fakta dan biasanya orang-orang ini hanya mengetahui kabar dari yang didengar semata.[36]

2) Sebelum menyatakan pikiran atau anggapan, orang yang memiliki sikap buruk sangka telah memiliki anggapan yang buruk sebelumnya. Jadi anggapan buruk yang mengawali tersenut akan

[35] Al Hafiz Ibnu Hajar, *Terjemahan Balughul Maram*, (Semarang: CV Toha Putra, 1995), hal 198

[36] Masan Al Fat, *Akidah Akhlak*, (Semarang: PT Karya Toha Putra, 1995), hal 176

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

memunculkan prasangka yang buruk pula. Sebaliknya, jika kita memiliki anggapan yang baik, maka akan mucul prasangka yang baik pula.

3) Tidak sesuai dengan kenyataan. Ini menjadi ciri lain yang penting apakah sebuah sikap atau perkataan itu dinilai buruk sangka atau bukan. Apabila sikap atau perkataan seseorang tersebut tidak sesuai dengan kenyataan, maka dia telah dinilai melakukan perbuatan buruk sangka. Buruk sangka yang demikian ini dinamakan dengan *tumhah* atau tuduhan. Kemudian *tumhah* tersebut akan memunculkan perbuatan fitnah. Ketiga hal tersebut yakni buruk sangka, *tumhah*¸dan fitnah menjadi tiga hal yang saling berkaitan antara satu dengan lainnya.[37]

4) Didasari oleh pengalaman. Ciri ini merupakan sebab dari munculnya buruk sangka. Ketika seseorang memiliki pengalaman yang buruk tentang orang lain, maka dia akan memiliki anggapan buruk kepada orang lain tersebut berdasarkan pengalaman yang ia miliki.

Keempat ciri di atas merupakan ciri pokok untuk mengenali apakah sebuah sikap atau perkataan seseorang mencerminkan buruk sangka atau bukan.

d. Dampak dari sikap parasangka buruk

1) Terjerumus dalam kemaksiatan dan kejahatan

[37] Masan Al Fat, *Akidah Akhlak*, hal 176

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

Seseorang yang di dalam diriya memiliki prasangka buruk terhadap orang lain, maka seringkali ia terjerumus pada rantai panjang kemaksiatan dan kejahatan. Misalnya, setelah berburuk sangka, orang tersebut akan menggunjing, kemudian mengadu domba, menghasut, membenci, pada akhirnya bermusuhan, sehingga akan memutus tali persaudaraan, dan seterusnya.

2) Berhenti melakukan kebaikan dan ketaatan

Kemudian dapak lain dari sikap buruk sangka adalah berhenti berbuat kebajikan. Jika seseorang sudah terjerumus ke dalam rantai kemaksiatan dan kejahatan, maka hatinya akan hitam legam dan terkunci. Apabila sudah seperti itu, ia akan berhenti berbuat kebaikan dan ketaatan. Bahkan bisa jadi menyerang hingga ke dalam psikis orang tersebut sendiri. Kemudian, ketika goncangan psikis dalam dirinya semakin kuat akibat pikiran buruknya itu sendiri, maka hidup orangtersebut tidak akan bisa merasa tenang dan aman.

3) Menyesal terus-menerus

Biasanya, ketika seseorang mencoba untuk membuktikan prasangka buruknya terhadap orang lain, justru yang ia temukan adalah sebaliknya. Jika masih terdapat sisa kebaikan dalam diri orang tersebut, pasti seseorang yang berburuk sangka tersebut akan menyesal. Contohnya, orang-orang yang berprasagka buruk kepada Aisyah dan Shafwan bin Al-Mu’attal yang menuduh

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

keduanya berzina. Mereka sangat menyesal ketika turun ayat dari langit yang menyatakah bahwa Aisyah bersih dari tuduhan zina tersebut. Sehingga orang-orang tersebut merasa sangat menyesal dan berharap tidak pernah dilahirkan karena telah berbuat salah yakni menuduh wanita suci berbuat zina. Bahkan penyesalan tersebut terus terlihat menyelimuti mereka di manapun hingga mereka meninggal dunia.

4) Dibenci dan dijauhi orang lain

Seseorang yang suka berprasangka buruk dan selalu berujung pada tuduhan tanpa bukti, secara otomatis akan dijauhi oleh orang-orang disekelilingnya karena orang lain akan waspada dan takut di curigai pula oleh orang yang suka berburuk sangka terserbut. Maka dari itu, orang-orang lebih memilih menjauh dan menghindar dari orang tersebut.

5) Menyia-nyiakan usia untuk urusan yang tidak berfaedah

Orang yang selalu memiliki prasangka buruk terhadap orang lain, sepanjang hidupnya akan terus berusaha untuk mengejar da mempertahankan persangka-persangkaannya yang tidak jelas kebenarannya. Dengan begitu, ia telah menyia-nyiakan usianya untuk hal yang tidak bermanfaat.

6) Mengundang Murka Allah SWT

Buruk sangka dan semua perbuatan yang mengikutinya, baik yang membuat sangkaannya menjadi benar ataupun tidak, hal itu

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

akan mengundang murka Allah SWT. Lalu, siapakah yang sanggup menghadapinya?[38] Allah SWT berfirman dalam QS Taha ayat 81,

....وَمَنْ يَحْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَىٰ.

"Dan barangsiapa ditimpa kemarahan-Ku maka sungguh dia binasa."

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. "Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Kesadaran Belajar Remaja (Studi Kasus Pada Salah Satu Remaja Di Kelurahan Watulea Buton Tengah Sulawesi Tenggara)"

   Oleh : Ika Atmala Sari

   Jurusan : BKI/ FakultasDakwah dan Komunikasi/ UIN Sunan Ampel Surabaya

   Tahun : 2018

   Perbedaan dan Persamaan :

   Perbedaan yang terdapat pada penelitian saudari Ika Atmala Sari ini adalah terletak pada subjek penelitiannya yakni meningkatkan kesadaran belajar remaja. Sedangkan subjek peneliti disini ialah mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya. Kemudian untuk persamaannya terdapat pada terapi yang digunakan yakni terapi muhasabah diri.

[38] Kholifah, Skripsi *"Dampak Prasangka Buruk Anak Terhadap Orang Tua (Telaah qs.Yusuf ayat 8-10)"*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018), hal 23-26

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

2. "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Muhasabah Terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa" (Penelitian Pada Siswa Sederajat Sekolah Dasar/Paket A Di Home Schooling Group SD Khoiru Ummah 30 Ujung Berung-Bandung).

   Oleh : Siti Mardiah

   Jurusan : BKI/ Fakultas Dakwah dan Komunikasi/ UIN Sunan Gunung Djati Bandung

   Tahun : 2016

   Perbedaan dan Persamaan :

   Perbedaan yang terdapat pada penelitian saudari Siti Mardiah ini adalah terletak pada subjek penelitiannya yakni motivasi belajar pada siswa. Sedangkan subjek peneliti disini ialah mengatasi prasangka negative anak terhadap ibu kandungnya. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitiannya yakni menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan peneliti disini menggunakan metode penelitian kualitatif. Kemudian untuk persamaannya terdapat pada terapi yang digunakan yakni terapi muhasabah diri.

3. "Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Blitar"

   Oleh : Nimas Fitriatul Latifa

   Jurusan : BKI/ Fakultas Dakwah dan Komunikasi/ UIN Sunan Ampel Surabaya

   Tahun : 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

Perbedaan dan Persamaan :

Perbedaan yang terdapat pada penelitian saudari Nimas Fitriatul Latifa ini adalah terletak pada subjek penelitiannya yakni meningkatkan rasa empati seorang ibu dalam hidup bertetangga. Sedangkan subjek peneliti disini ialah mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya. Kemudian untuk persamaannya terdapat pada terapi yang digunakan yakni terapi muhasabah diri dan sama-sama menggunakan pendekatan 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

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di tempat tinggal konseli yakni di Bulak Banteng Wetan Kecamatan Kenjeran Surabaya. Bulak banteng adalah salah satu kelurahan yang paling luas di bandingkan dengan kelurahan lainnya yang ada di kecamatan Kenjeran Surabaya yakni kelurahan Tambak wedi, Kelurahan Tanak kali Kedinding dan kelurahan Sidotopo Wetan. Kelurahan Bulak Banteng sendiri memiliki luas sekitar 2,67 km. sedangkan pada Jalan Bulak Banteng Wetan Kecamatan Kenjeran mempunyai luas daerah/desa 900 km. Bulak banteng wetan terdiri dari 21 gang dan setiap gang tersebut memiliki luas sekitar 1 km. Bulak banteng wetan berbatasan dengan wilayah Jalan Bulan Banteng Tengah pada sebelah utara, Jalan Kedung Mangu pada sebelah selatan, Jalan Bulak Banteng pada sebelah barat,dan Jalan Bulak Banteng Printis pada sebelah Timur.[1]

Selain di tempat tinggal konseli, lokasi penelitian juga berada di UIN Sunan Ampel Surabaya. Lokasi ini dipilih oleh peneliti sebagai lokasi penelitian karena saat ini konseli sedang menempuh pendidikan disana. Dan waktu keseharian konseli juga banyak dihabiskan di lingkungan kampus.

[1] Anggraini, *wawancara*, Surabaya, 6 April 2019

digilib.uinsby.ac.id 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. Deskripsi Konselor

Konselor adalah seseorang yang berusaha untuk membantu konseli dengan ikhlas dan sukarela dalam menyelesaikan masalahnya. Pada penelitian ini, konselor akan membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli yakni prasangka buruk terhadap ibu kandungnya dengan menggunakan terapi *muhasabah* yang dilakukan dengan cara memberikan nasihat-nasihat tentang petingnya sosok ibu dalam hidup kita serta konselor juga akan memberikan beberapa kisah real kepada konseli tentang anak-anak yang ditelantarkan oleh orang tuanya. Hal ini diberikan oleh konselor dengan harapan konseli dapat menyadari bahwa sosok ibu sangat penting untuk kita hormati dalam hidup kita serta konselor juga berharap konseli dapat menyadari bahwa prasangka buruk yang konseli miliki terhadap ibunya itu sebenarnya tidak benar adanya dan harus dihilangkan. Konselor dalam penelitian ini memiliki identitas sebagai berikut :

a. Identitas diri

Nama	: Rahmadani Rizka Bahtiar Putri
Tempat, Tanggal Lahir	: Pasuruan, 8 Desember 1997
Alamat	: Jalan Hasanudin gang 10 No.27, Kecamatan Panggungrejo, Kota Pasuruan
Jenis Kelamin	: Perempuan
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

Status : Belum menikah

Pendidikan : Bimbingan Konseling Islam, UIN Sunan Ampel Surabaya

b. Riwayat Pendidikan

TK : TK AL-Irsyad AL-Islamiyah (Lulus Tahun 2003)

SD : SD AL-Irsyad AL-Islamiyah (Lulus Tahun 2009)

SMP : SMP Negeri 8 Pasuruan (Lulus tahun 2012)

SMA : MAN Kota Pasuruan (Lulus tahun 2015)

c. Pegalaman Konselor

Mengenai pengalaman yang dimiliki oleh konselor, konselor pernah mengadakan praktek konseling kelompok pada mata kuliah konseling krisis di karang taruna Prapen Surabaya pada tahun 2017 selama satu bulan. Dalam mata kuliah yang sama yakni konseling krisis, konselor pernah melakukan praktek konseling pada anak-anak pengamen jalanan. Dalam hal ini, konselor melakukan assesment dan konseling kelompok terhadap pengamen tersebut. Konselor juga pernah melakukan kunjungan ke Rumah Sakit Jiwa Lawang dalam mata kuliah Psikologi Klinis yang disana konselor ditugaskan untuk berinteraksi secara langsung dengan pasien yang dirawat disana. Selain itu, 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

juga pernah melakukan praktikum bimbingan rohani di rumah sakit Islam Jemursari Surabaya pada tahun 2018 dalam kegiatan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) selama 1 bulan. Selama satu bulan tersebut, konselor pada setiap harinya ditugaskan untuk memberikan bimbingan rohani kepada tiap-tiap pasien yang dirawat inap di rumah sakit tersebut.

Selain itu, selama mengikuti perkuliahan di program studi Bimbingan dan Konseling Islam ini, konselor pernah mengikuti kelas dan praktikum pada mata kuliah K3 (Keterampilan Komunikasi Konseling), konseling individu dan kelompok , serta *Appraisal* konseling. Dalam hal ini, konselor mendapatkan banyak ilmu pengetahuan mengenai cara melakukan konseling dan *assesment* yang tepat yang dapat digunakan untuk melakukan praktek konseling.

d. Deskripsi Konseli

Konseli ialah seseorang yang memerlukan bantuan untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. Konseli dalam penelitian ini dideskripsikan sebagai berikut:

1) Identitas Konseli

Nama	: Dita (Nama Samaran)
Tempat, tanggal lahir	: Surabaya, 10 Juli 1998
Jenis kelamin	: Perempuan
Usia	: 20 tahun

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

Alamat : Jalan Bulak banteng wetan gang 2 langgar no.6 kecamatan Kenjeran Surabaya

Agama : Islam

Status : Mahasiswa

2) Riwayat pendidikan : TK Karya Tunggal (lulus tahun 2004)

SD Negeri Wonokusumo 3 (lulus tahun 2010)

MTS Amanatul Ummah (lulus tahun 2012)

MBI Amanatul Ummah (lulus tahun 2015)

UIN Sunan Ampel Surabaya

3) Identitas orang tua

(Ayah)

Nama : Abdul Rouf

Alamat : Jalan Bulak banteng wetan gang 2 langgar no.6 kecamatan Kenjeran Surabaya

Usia : 52 tahun

Agama : Islam

Pekerjaan : Guru

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

(Ibu)

Nama : Prihatin

Alamat : Jalan Bulak banteng wetan gang 2 langgar no.6 kecamatan Kenjeran Surabaya

Usia : 52 tahun

Agama : Islam

Pekerjaan : Guru

4) Kepribadian konseli

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh konselor kepada teman dekat konseli semasa SD sampai saat ini, dapat dijelaskan bahwa menurut teman dekat konseli tersebut sejak kecil konseli memiliki kepribadian yang sedikit tertutup terhadap orang lain. ia tidak banyak bergaul dengan orang-orang yang menurutnya tidak dapat membuat dirinya nyaman. Konseli juga jarang keluar rumah untuk berinteraksi dengan tetangga-tetangga di samping rumahnya. Hubungan komunikasi konseli dengan ibunya juga kurang dekat. Ketika berada di rumah, mereka hanya berbicara seperlunya saja. Untuk komunikasi seperti *sharing-sharing* atau saling curhat sangat jarang dilakukan oleh keduanya. Konseli juga jarang menceritakan (curhat) kepada teman dekatnya tersebut mengenai masalah yang sedang ia hadapi. Teman dekat konseli ini juga menjelaskan bahwa konseli adalah seorang anak yang sedikit memiliki kepribadian keras

digilib.uinsby.ac.id 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. Ia tidak suka jika kemauannya dihalangi oleh orang lain termasuk ibunya. Meskipun begitu, konseli dikenal dengan sosok anak yang penurut terhadap orang tua juga ramah terhadap teman-temannya meskipun ia tidak dekat dengan mereka.[2]

Selain itu, menurut salah satu teman dekat di kampusnya, konseli adalah anak yang tertutup dan tidak banyak berbicara. di kampusnya, konseli memiliki 4 teman dekat, dan menurut teman dekat konseli tersebut, konseli termasuk teman paling pendiam diantara keempat teman dekat mereka tersebut. Teman konseli juga berkata bahwa konseli adalah sosok teman yang sangat baik dan selalu ada ketika temannya membutuhkan dirinya. Namun, konseli tidak pernah terbuka dengan teman-teman dekatnya mengenai masalah yang sedang ia hadapi. Sehingga teman-teman dekat konseli terkadang tidak bisa membantu ketika si konseli sedang menghadapi masalah. Kemudian konseli juga sosok pendengar setia untuk teman-temannya. Konseli selalu tanggap jika ada temannya yang sedang mengalami masalah.[3]

5) Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli adalah anak tunggal dari ibu prihatin dan bapak Abdul Rouf. Sejak kecil, konseli lebih banyak diasuh oleh tantenya dikarenakan kedua orang tuanya sibuk bekerja mulai pagi sampe

[2] Hasil wawancara, Surabaya, 24 Oktober 2018
[3] Hasil wawancara, 22 Oktober 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

sore hari. Sehingga konseli lebih dekat dengan tantenya daripada dengan ibunya. Dalam hal berkomunikasi pun, konseli lebih sering melakukannya dengan tantenya daripada dengan orang tuanya. Ketika masuk sekolah menengah pertama, orang tua konseli memutuskan untuk meanyantrikan konseli di pondok Amanatul Ummah Pacet Mojokerto sehingga secara tidak langsung hubungan komunikasi konseli dengan orang tuanya semakin jarang dilakukan. Di pondok Amanatul Ummah ini konseli menempuh pendidikan MTS dengan sistem akseleresi sehingga hanya menempuh waktu 2 tahun untuk sekolah menengah pertamanya. Kemudian setelah lulus MTS, konseli melanjutkan pendidikannya di MBI Amanatul Ummah dengan sistem reguler dan lulus pada tahun 2015. Setelah lulus SMA, konseli kembali ke rumahnya di Surabaya untuk melanjutkan pendidikan di Perguruan Tinggi. Saat itu konseli sudah jarang datang ke rumah tantenya karena sibuk kuliah. Sejak saat itu, konseli lebih banyak menghabiskan waktu di kampus dan di rumahnya saja. Dan semenjak itu pula, prasangka buruk konseli mengenai ibunya yang tidak sayang dengan dirinya muncul. Konseli berkata bahwa ia beranggapan seperti itu karena ibunya seringkali memarahi konseli karena kesalahan-kesalahan sepele yang konseli lakukan. Kemudian ibu konseli juga tidak pernah menanyakan mengenai kegiatan perkuliahan konseli seperti yang dilakukan ibu-ibu lain pada umumnya kepada anaknya. Kemudian konseli juga

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

berkata bahwa ibunya jarang sekali memasak untuk makan konseli di rumah. Karena konseli termasuk orang yang memiliki tipe kepribadian cukup tertutup terhadap orang lain, maka ia hanya bisa memendam rasa marah dan kecewanya terhadap ibunya tersebut dalam hati saja tanpa mampu menceritakan rasa kekecewaannya tersebut terhadap orang lain.

6) Latar Belakang Keagamaan Konseli

Konseli dan keluarganya dikenal sebagai keluarga muslim yang cukup taat oleh lingkungan sekitar tempat tinggal mereka. Keluarga konseli termasuk pribadi yang cukup rajin dalam hal beribadah. Ibu dan ayah konseli selalu mengikuti jama'ah Maghrib, Isya' dan Subuh di mushollah dekat rumah mereka ketika sedang tidak ada halangan. Dan tak jarang pula, ayah konseli menjadi imam pada sholat jama'ah tersebut.

7) Latar belakang ekonomi keluarga

Konseli tinggal dengan ibu dan ayahnya di rumah pribadi mereka di Bulak Banteng kecamatan Kenjeran Surabaya. Rumah tersebut dapat dikatakan cukup besar dan mewah dari segi perlengkapan rumahnya. Konseli berasal dari keluarga yang cukup berada dengan ekonomi menengah ke atas. Ayah konseli bekerja sebagai PNS (guru) di SMK Wachid Hasyim Surabaya, sedangkan ibu konseli bekerja sebagai PNS (guru) Tata Boga di SMK 8 Surabaya. Pada penjelasan di atas maka dapat dikatakan bahwa dari

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

segi materi, kebutuhan konseli sudah cukup terpenuhi. Namun, dikarenakan kesibukan orang tua konseli dalam pekerjaannya, maka konseli jarang sekali dapat berkomunikasi dengan kedua orang tuanya ketika berada di rumah.

8) Latar belakang sosial dan lingkungan

Pada lingkungan sekitar daerah rumah konseli dapat dikatan cukup baik, rukun, dan saling menghargai antar anggota masyarakatnya. Ketika ada warga yang sedang mengadakan hajatan atau acara lain yang membutuhkan gotong royong, warga disana akan saling membantu dalam acara tersebut meskipun tidak semuanya, karena beberapa warga ada juga yang sibuk dengan pekerjaannya masing-masing.

Di lingkungan tempat tinggal konseli tersebut terdapat beberapa kegiatan rutina n yang dilakukan oleh warga di sana seperti acara yasinan ibu-ibu setiap hari Kamis malam Jum'at, acara arisan PKK setiap satu bulan sekali, acara gotong royong untuk semua warga, dan acara-acara lainnya. kemudian di daerah tempat tinggal konseli juga terdapat organisasi remaja yang masih aktif dalam kegiatan warga di sana yakni organisasi Karang Taruna.[4]

9) Deskripsi Masalah

Konseli merupakan seorang remaja berusia 20 tahun yang bernama Dita (Nama samaran). Saat ini ia sedang mengalami masalah

[4] Hasil Wawancara, Surabaya 5 Desember 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

yakni memiliki prasangka buruk terhadap ibunya. Ia merasa bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya. Masalah ini muncul saat ia kembali pulang dari pondok ketika lulus MTS di pondok Amanatul Ummah Pacet Mojokerto. Menurut hasil wawancara secara langsung yang dilakukan peneliti terhadap konseli, dapat diketahui bahwa prasangka buruk konseli terhadap ibunya dapat dijelaskan sebagai berikut :

a) Konseli berkata bahwa ibunya tidak pernah memperhatikan dirinya dan hanya sibuk dengan pekerjaannya sendiri
b) Konseli juga berkata bahwa ibunya sering memarahi dirinya karena kesalahan-kesalahan kecil yang dilakukan olehnya. Karena ia memiliki kepribadian yang cukup keras kepala juga, maka ketika ia sedang dimarahi oleh ibunya, tidak jarang ia menunjukkan respon yang membuat ibunya semakin marah kepadanya seperti membantah dan pernah juga sampai melempar barang di depan ibunya. Salah satu contohnya adalah saat konseli dimarahi oleh ibunya dan karena sangat jengkel, ia pernah sampai melempar hp di depan ibunya. Hal tersebut membuat ibunya semakin emosi dan marah kepadanya.
c) Konseli juga berkata bahwa ibunya jarang sekali memasak untuk makan dirinya di rumah.
d) Konseli juga berkata bahwa ibunya juga acuh tak acuh tentang kegiatan perkuliahan konseli di kampus, tidak seperti yang dilakukan kebanyakan ibu-ibu lain terhadap anaknya.

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

Namun, ketika peneliti melakukan observasi secara langsung ke rumah konseli, peneliti melihat bahwa ibu konseli sebenarnya adalah sosok ibu yang cukup perhatian terhadap anak. Terlihat dari sikap ibu konseli saat menanyakan “sudah makan apa belum?”, “sudah sholat apa belum”, dan lain sebagainya kepada konseli . Kemudian ibu konseli juga menyediakan segala kebutuhan dapur meski jarang memasak. Karena ibu konseli sibuk dengan pekerjaannya di sekolah yang cukup padat dan alasan lainnya yakni konseli sendiri juga cukup pandai memasak sehingga ibu konseli hanya menyediakan bahan-bahan masakannya saja di rumah. Ibu konseli juga selalu mengotrol sholat konseli. Saat melakukan proses pengamatan di rumah konseli, peneliti mendapati beliau membangunkan konseli untuk sholat subuh ketika adzan berkumandang. Ibu konseli adalah orang yang memiliki karakter tegas dan sangat disiplin serta memiliki nada bicara yang lugas dan cukup keras. Ibu konseli tidak suka dan akan marah jika peraturan dan perintahnya kepada konseli tidak segera dilaksanakan.

Sejak kecil sampai lulus sekolah dasar, konseli dititipkan dan diasuh oleh tantenya ketika orang tua konseli pergi bekerja. Sehingga konseli lebih banyak menghabiskan waktunya bersama tantenya tersebut daripada dengan orang tuanya. Konseli berkata dulu semasa SD ketika ia diasuh oleh tantenya, ia lebih diperhatikan untuk beberapa keperluannya dan juga sering diajak berkomunikasi oleh tantenya

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

sehingga konseli lebih merasa dekat dengan tantenya daripada dengan ibunya.

Ketika lulus SD, konseli dipondokkan oleh orang tuanya di pondok pesantren Amanatul Ummah Pacet Mojokerto sekitar 5 tahun sampai ia lulus Sekolah Menengah Atas. Kemudian ia melanjutkan pendidikan di UIN Sunan Ampel Surabaya. Konseli dapat dikatakan sebagai mahasiswa yang cukup tertutup di kampusnya. Ia tidak banyak memiliki teman dan ia hanya berteman dengan beberapa orang saja yang ia rasa dapat membuat dirinya nyaman untuk berteman. konseli memiliki 4 teman dekat di kampusnya. Dengan teman-teman dekatnya tersebut pun, ia tidak pernah menceritakan mengenai masalah-masalah yang sedang ia alami. Namun ketika bertemu dengan peneliti saat menjadi satu anggota kelompok KKN, konseli merasa cocok untuk berteman dan bersedia untuk menceritakan masalah yang sedang ia hadapi yakni mengenai prasangka buruknya tersebut kepada peneliti.

Dari proses wawancara dan observasi yang dilakukan konselor terhadap konseli, dapat diketahui beberapa gejala prasangka buruk yang dialami oleh konseli antara lain :

a) Kurangnya intensitas komunikasi antara konseli dengan ibunya di rumah. Hal ini disebabkan karena sifat konseli yang cukup tertutup terhadap orang lain.
b) Konseli sering membanding-bandingkan antara ibunya dengan ibu-lain dalam hal mendidik anak.

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

c) Ketika ibunya sedang marah kepadanya, tidak jarang konseli merespon hal tersebut dengan membantah bahkan membentak.

d) Konseli kurang bisa memahami karakter ibunya yang tegas dan sangat disiplin. Sehingga hal tersebut sering memunculkan kesalah pahaman diantara keduanya.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripi Proses Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibunya di Kecamatan Kenjeran Surabaya.

Masalah adalah suatu hal yang dapat menjadi beban dalam hidup seseorang dan harus segera mendapatkan bantuan atau penanganan dari orang lain untuk menyelesaikannya. Masalah yang timbul dapat berasal dari diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar. Salah satu masalah yang sering terjadi di lapangan adalah masalah yang timbul dari anggota keluarga. Komunikasi yang kurang efektif antar anggota keluarga dapat menyebabkan terjadinya kesalahpahaman yang hal tersebut akan menjadi masalah yang fatal dan akan menimbulkan konflik di dalamnya sehingga akan dapat merupakan orang-orang di dalam keluarga tersebut.

Dalam proses pelaksanaan konseling ini, konselor akan berusaha membantu konseli untuk mengatasi masalahnya yakni memiliki prasangka buruk terhadap ibunya dengan membangun *rapport* (hubungan konseling yang erat dan bersahabat) kepada konseli. Untuk mendeskripsikan masalah yang tengah dialami konseli, maka konselor mencari beberapa informasi

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

yang terkait dengan masalah konseli tersebut dengan melakukan wawancara dan observasi dari beberapa pihak yang terkait dengan masalah yang dialami konseli saat ini.

Adapun langkah-langkah konseling yang akan dilakukan oleh konselor kepada konseli adalah sebagai berikut:

a. Identifikasi Masalah

Pada langkah ini, konselor melakukan identifikasi secara detail dan mendalam mengenai permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli. Langkah ini bertujuan untuk mengenal gejala-gejala yang tampak pada diri konseli sehingga konselor dapat menggali potensi yang ada pada diri konseli secara penuh. Pada langkah ini, konselor perlu menjelaskan tujuan yang ingin dicapai oleh konselor dan konseli. Hal penting dalam proses langkah identifikasi masalah ini yakni bagaimana keterampilan dari seorang konselor dapat mengangkat isu dan masalah yang sedang dihadapi oleh konseli saat ini. Hal pertama yang paling penting untuk diperhatikan oleh konselor adalah munculnya prasangka buruk konseli terhadap ibunya dan kemudian diikuti dengan masalah-masalah yang muncul setelahnya.

Untuk mendeskripsikan masalah yang dialami konseli tersebut, maka konselor mencari informasi dengan melakukan wawancara dan observasi dengan beberapa pihak terdekat konseli yang mengetahui bagaimana kehidupan keseharian konseli. Dalam hal ini, konselor bekerja sama dengan teman dekat konseli sejak SD, teman dekat 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

di kampus, dan tante konseli untuk memberikan informasi yang terkait dengan masalah yang sedang dialami oleh konseli saat ini. Sehingga proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan masalah konseli dapat ditangani dengan baik. Berikut ini adalah hasil dari identifikasi masalah yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut :

1) Data yang bersumber dari konseli

Pertemuan pertama konselor dengan konseli ini sebelumnya memang sudah diagendakan oleh keduanya. Saat itu konselor mendatangi rumah konseli yang berada di Bulak Banteng Kecamatan Kenjeran Surabaya. Ketika konselor datang ke rumah konseli, konseli menyambut dengan senang kedatangan konselor. Konseli berkata bahwa ia senang jika ada teman-teman dekatnya yang datang ke rumahnya karena di rumah ia selalu kesepian tidak ada teman untuk diajak ngobrol. Ketika itu, konseli sedang berada di rumah ditemani oleh tante, om dan kedua adik sepupunya yang masih kecil-kecil karena ketika itu ibu dan ayah konseli sedang melaksanakan ibadah haji ke Tanah Suci. Saat itu konseli menceritakan masalahnya tersebut kepada konselor. Konseli berkata bahwa ia jarang sekali berkomunikasi santai dengan ibunya untuk membahas hal-hal sederhana yang dapat membentuk keakraban antara anak dan orang tua seperti sharing-sharing, curhat, dan lain-lain. mereka hanya berkomunikasi ketika ada hal penting yang harus ditanyakan atau disampaikan karena orang tua konseli terutama ibu

digilib.uinsby.ac.id 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 sangat sibuk dengan pekerjaannya. Beliau pulang dari mengajar pukul 4 sore dan setelah itu, langsung istirahat sampai maghrib, kemudian setelah sholat maghrib, konseli dan ibunya sibuk dengan kesibukannya sendiri-sendiri di dalam kamar. Ia berkata bahwa selama ini ibunya sering marah kepada konseli dan memaksakan kehendak konseli untuk menuruti semua keinginan ibunya. Hal itu konseli rasakan ketika ia pulang dari pondok pada saat ia lulus SMA dan akan melanjutkan ke perguruan tinggi. Konseli berkata bahwa dirinya tidak suka diatur-atur oleh orang lain dan apa yang sudah menjadi kesenangan dan keinginannya tidak dapat dihalangi oleh siapapun. Salah satu contohnya adalah konseli berkata bahwa ia pernah bertengkar dengan ibunya karena hal kecil yakni konseli tidak segera beranjak ketika ibunya menyuruh ia sarapan, karena ketika itu konseli sedang asyik main hp di dalam kamar dan ia juga sedang tidak lapar. Karena itu, ibunya marah dan mengeluarkan kata-kata yang membuat konseli sakit hati. *"Nek disuruh orang tua iku ndang dilakukan. hp-an ae terus mulai mau gak iling waktu. Wis yo.. mama gak ngurus babah makan babah gak sakarepmu. Kok gak kenek atur blas".* Karena hal tersebut, konseli pun tersulut emosinya. Ia segera bangun dari duduknya dan pergi ke belakang meninggalkan ibunya dengan membanting pintu kamarnya. Setelah itu konseli dan ibunya tidak saling bertegur sapa karena sama-sama jengkel. Akan tetapi setelah melakukan hal

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

tersebut, konseli menangis dan merasa bersalah karena kepikiran dengan perbuatannya tersebut kepada ibunya tetapi meskipun begitu, konseli tetap tidak mau meminta maaf terlebih dahulu kepada ibunya. Kemudian hal lain yang membuat konseli merasa ibunya tidak sayang dengan dirinya adalah ketika konseli tidak sengaja mematahkan kacamatanya kemudian ia dimarahi oleh ibunya dan dibilang "emang kamu yang teledor. meletakkan barang itu yang bener tempatnya jangan kebiasaan sembarangan" dengan nada sedikit membentak. Karena konseli memiliki kepribadian yang sangat perasa dan pemikir, maka ketika ibunya berkata seperti itu, ia merasa marah dan jengkel. Konseli berkata kepada konselor "kenapa cuma gara-gara hal sepele gitu mama sampe marah banget sama aku? Padahal kan aku gak sengaja". Kemudian masih banyak lagi hal-hal yang diceritakan konseli kepada konselor mengenai ibunya yang sering marah kepadanya karena kesalahan-kesalahan kecil yang diperbuat oleh konseli. Namun meskipun begitu, ketika marah, ibu konseli tidak penah sampai main tangan kepada konseli. Marahnya ibu konseli hanya melalui verbal saja. Konseli berkata bahwa dirinya bingung, kenapa ibunya bisa bersikap seperti itu kepada dirinya. karena konseli sangat dekat dengan tantenya (adik kandung dari ibu konseli) dan kebetulan juga tante konseli adalah salah satu orang yang cukup paham mengenai kepribadian ibu

digilib.uinsby.ac.id 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, maka konselor menyarakan kepada konseli untuk bertanya kepada tante konseli mengenai sikap ibu konseli tersebut kepadanya.

Kemudian pada pertemuan kedua, konselor membuat janji dengan konseli untuk bertemu di kampus. Pada pukul 11.30 tepatnya pada jam istirahat sholat Dzuhur, konseli bertemu dengan konselor di sebuah warung makan di belakang kampus. Sembari menunggu makanan jadi, konselor menanyakan kembali perihal masalah yang telah diceritakan konseli pada pertemuan pertama. Saat itu, konseli berkata bahwa dirinya sudah menanyakan kepada tantenya perihal sikap ibu konseli tersebut kepadanya. Konseli berkata bahwa menurut tante konseli, sikap ibu konseli yang seperti itu bukan karena ibu konseli tidak sayang dengan dirinya, melainkan memang cara ibu konseli dalam mendidik anaknya itu sesuai dengan kepribadiannya yang disiplin dan tegas. beliau menginginkan anaknya menjadi pribadi yang tegas dan disiplin pula. Meskipun terkadang memang terlalu keras dan mungkin banyak salah dan kurangnya dalam hal mendidik, akan tetapi menurut tante konseli, sikap ibu konseli tersebut bukan berarti tidak sayang dengan konseli. Saat becerita tersebut, konseli terlihat menunjukkan raut muka sedih dan bingung dengan duduk dan menyandarkan badannya di tembok warung. Namun, meskipun tante konseli sudah menjelaskan hal itu kepadanya, ia masih tetap berfikir bahwa ibunya memang tidak

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

sayang kepada dirinya seperti sayangnya ibu pada umumnya kepada anaknya, karena sikap ibu konseli terlalu keras pada dirinya.

Kemudian pada pertemuan ketiga, konselor mengunjungi rumah konseli kembali sesuai janji yang telah dibuat sebelumnya antara konselor dan konseli. Ketika konselor sampai di rumah konseli, ia tidak mendapati ibunya berada di rumah karena sedang ada acara di luar kota bersama dengan teman-teman kerja beliau. Sehingga saat itu konseli hanya berdua dengan ayahnya saja di rumah. Ketika itu konseli sedang memasak. Sehingga konselor menemani konseli memasak di dapur. Di dapur konselor lengkap bahan-bahan makanan yang belum dimasak. Konseli berkata bahwa ibunya sengaja menyiapkan itu semua supaya konseli bisa langsung memasak dan membuat makanannya sendiri tanpa harus menunggu ibunya. Selain itu, konseli sendiri memang sudah cukup ahli dalam memasak, sehingga ia seringkali diminta memasak oleh ibunya di rumah. Setelah itu, konseli mempersilahkan konselor untuk makan bersama dengan dirinya. Setelah selesai makan bersama, konselor dan konseli berbincang-bincang santai di dalam kamar konseli. Saat itu, konseli berkata bahwa ibunya sedang ada tugas di luar kota dengan teman kerjanya dan akan pulang sekitar pukul 9 malam. Saat itu konseli meminta konselor untuk menginap di rumahnya dan konselor menyetujuinya. Kemudian sekitar pukul 19.30 ibu konseli datang dan seketika menghampiri konseli untuk memberikan buah

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

tangan. Kemudian ibu konseli juga menanyakan sudah makan atau belum, sudah sholat isya' atau belum dan pertanyaan umum lainnya. setelah itu, beliau langsung mandi dan bergegas untuk tidur.

Kemudian saat adzan subuh berkumandang, ibu konseli dengan segera membangunkan konseli dan memerintahkan konseli untuk segera sholat sebelum beliau berangkat ke mushollah untuk sholat berjama'ah. Namun ketika ibu konseli pulang dari mushollah, beliau mendapati konseli masih tidur dan belum melaksanakan sholat subuh. Seketika beliau marah dan mengomel kepada konseli. Sesekali beliau juga mengeluarkan kata-kata yang membuat konseli semakin jengkel. Setelah itu, konseli bangun dan bergumam kepada konselor "aku gak suka sama cara mama membangunkan aku kayak gitu. kan bisa dibangunin baik-baik. Gak perlu bentak-bentak". Kemudian konselor hanya tersenyum dan meminta konseli untuk segera melaksanakan sholat subuh. Kemudian ia pergi wudhu dan sholat dengan raut muka yang memerah karena jengkel kepada ibunya. Kemudian pada pukul 05.30 WIB konselor meminta izin pulang kepada ibu konseli karena masih ada tugas kuliah yang harus diselesaikan dan dikumpulkan siang itu juga. Kemudian ibu konseli melarang dan meminta konselor pulang setelah sarapan pagi. Ibu konseli juga berkata dengan nada dan tatapan sinis khas beliau "tugas itu dikerjakan jauh-jauh hari sebelum deadline mbak. bukan dikerjakan dadakan gini". Dari percakapan singkat antara 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

dengan ibu konseli tersebut, konselor dapat menyimpulkan bahwa sebenarnya ibu konseli tersebut berniat baik dengan menasehati konselor. Namun memang karakter ibu konseli yang tegas dan sinis tersebut dapat membuat penilaian seseorang salah terhadapnya.

2) Data yang bersumber dari teman dekat konseli di kampus

Pada hari Senin tanggal 14 Januari 2019, konselor menemui teman dekat konseli yang yang berinisial DI yang kebetulan juga satu kampus dengan konselor. Ketika itu, konselor mengajukan beberapa pertanyaan tentang konseli kepada DI dengan mengobrol santai di area kampus. DI adalah sosok yang ramah dan terbuka. Ketika konselor meminta izin untuk bertanya-tanya mengenai konseli kepadanya, ia bersedia memberikan jawaban yang menurutnya itu tidak harus dirahasiakan. Menurut DI, konseli adalah anak yang cukup tertutup. Ia adalah tipe orang yang tidak gampang bergaul dengan orang lain terutama kepada orang yang berbeda kepribadian dengannya seperti orang yang memiliki kepribadian teralu ceria dan aktif. Konseli juga jarang sekali bercerita atau curhat mengenai masalah pribadinya kepada teman-teman dekatnya. meskipun teman-temannya bertanya, ia selalu hanya menjawab “gak papa” kemudian mengalihkan pembicaraan. akan tetapi jika salah satu dari teman dekat konseli tersebut ada yang sedang memiliki masalah, konseli selalu tanggap dan bersedia untuk menjadi pendengar yang baik untuk temannya tersebut. Karena sikap 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

yang terkesan pendiam dan kurang mau terbuka dengan teman-temannya, maka teman-teman konseli terkadang juga ada sedikit perasaan sungkan jika sedang berkumpul dan mengobrol dengan konseli. Konseli juga termasuk anak yang cukup pasif di kelas. Ketika proses perkuliahan berlangsung, ia jarang sekali bahkan hampir tidak pernah menyampaikan pendapat dan tanggapannya.

3) Data yang bersumber dari teman dekat konseli sejak kecil

Pada hari Rabu 16 Januari 2019, Konselor melakukan wawancara kepada teman dekat konseli sejak kecil yang berinisial AR. Wawancara tersebut dilakukan melalui pesan WhatsApp karena saat itu AR sedang berada di luar kota. AR adalah teman dekat konseli sejak konseli duduk di bangku sekolah dasar hingga saat ini. Ia juga yang sering mendengar cerita konseli ketika konseli sedang menghadapi masalah meskipun tidak semuanya diceritakan oleh konseli kepadanya meskipun itu AR yang harus memaksa terlebih dahulu supaya konseli mau bercerita dan tidak memendam sendiri masalah yang sedang ia hadapi. Menurut AR, konseli adalah sosok teman yang baik, mandiri, selalu ada ketika AR sedang menghadapi masalah. AR juga berkata bahwa konseli termasuk anak yang kurang berkomunikasi dengan orang tua terutama dengan ibunya sehingga menyebabkan hubungan diantara keduanya kurang dekat. Hal itu karena keduanya terlalu sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Konseli sibuk dengan tugas-tugas kuliahnya. Sedangkan ibu dan

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

ayah konseli juga sibuk dengan pekerjaannya sebagai guru dari pagi sampai jam 4 sore di sekolah. Dan setelah pulang ke rumah, beliau langsung istirahat. Kemudian malam harinya mereka lebih sering menghabiskan waktunya dengan kesibukannya sendiri-sendiri seperti main hp, nonton tv, dan mengerjakan pekerjaan-pekerjaan yang lain. Sehingga komunikasi antara konseli dengan orang tuanya terutama dengan ibunya sangatlah jarang dilakukan di rumah. Konseli pernah berkata kepada AR bahwa ia jarang sekali menceritakan masalah yang sedang ia hadapi kepada ibunya karena jika diceritakan, maka konseli akan disalahkan sendiri oleh orang tuanya, maka dari itu konseli enggan untuk bercerita kepada orang tuanya ketika ia sedang memiliki masalah. Kecuali masalah tersebut bersifat darurat dan orang tua konseli harus mengetahuinya. Kemudian di rumah, konseli juga dididik dengan disiplin dan tegas oleh ibunya. Sedangkan konseli adalah sosok anak yang memiliki kepribadian yang kurang suka dengan aturan-aturan. Maka dari itu, konseli seringkali menentang dan menganggap ibunya terlalu keras dalam mendidik dirinya. Namun menurut AR, ibu konseli melakukan hal tersebut karena ingin anaknya menjadi pribadi yang disiplin dan mandiri, karena menurut AR aturan-aturan yang dibuat oleh ibu konseli untuk konseli memiliki kesan mendidik meskipun caranya sedikit keras dan membuat konseli tidak nyaman dengan aturan tersebut. Hal tersebut karena memang menurut AR, ibu

digilib.uinsby.ac.id 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 termasuk sosok ibu yang memiliki kepribadian tegas dan tidak suka dibantah. Maka dari itu, aturan yang dibuat harus dipatuhi oleh konseli.

4) Data yang bersumber dari tante konseli

Pada tanggal 4 September, konselor mengunjungi rumah konseli dan disana ternyata ada tante konseli yang pernah mengasuh konseli waktu kecil. Beliau datang ke rumah konseli untuk menemani konseli di rumah selama orang tua konseli pergi untuk melaksanakan ibadah di tanah suci Makkah. Tante konseli ini adalah salah satu orang terdekat konseli yang seringkali menjadi tempat curhat konseli ketika ia sedang mengalami masalah.

Saat konselor datang ke rumah konseli, beliau menyambut dengan ramah dan mempersilahkan masuk. Kemudian tak lama kemudian beliau meminta konseli untuk mengajak konselor makan bersama dengan konseli di ruang makan. Setelah selesai makan, konselor duduk-duduk santai di ruang tengah dengan tante konseli sembari berbincang-bincang dan menanyakan tentang kegiatan konseli sehari-harinya.

Menurut tante konseli, konseli adalah sosok anak yang dapat dibilang sifatnya masih sedikit kekanak-kanakan dan cukup keras kepala. Ketika dimarahi oleh ibunya, seringkali ia membantah dan acuh oleh perintah ibunya. Konseli juga termasuk anak yang cukup sulit bergaul dengan orang lain, konseli jarang sekali keluar rumah

digilib.uinsby.ac.id 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 berinteraksi dengan tetangga-tetangga di samping rumahnya. Untuk di sekolah pun, konseli tidak banyak memiliki teman dekat. Namun, jika ia sudah cocok dengan salah satu atau beberapa temannya, maka konseli akan sangat baik dengan mereka. Seperti yang dilakukan konseli kepada salah satu teman dekatnya sejak SD sampai saat ini. Ketika teman konseli tersebut ada masalah, konseli selalu bersedia untuk membantu semampunya. Konseli juga termasuk anak yang memiliki karakter perasa dan pemikir. Jika sudah menghadapi masalah, ia selalu memikirkan hal itu sampai terkadang tidak mau melakukan pekerjaan apapun. Tante konseli juga menjelaskan mengenai komunikasi antara konseli dengan ibunya di rumah, memang terkesan kurang. Sehingga hubungan konseli dengan ibunya juga kurang dekat. Menurut tante konseli, ibu konseli adalah sosok ibu yang sangat tegas dan disiplin. Nada bicaranya pun keras dan tidak suka bertele-tele. Jika beliau tidak suka dengan sesuatu, beliau langsung mengatakan tanpa basa-basi. Tante konseli juga berkata bahwa konseli pernah bertanya kepadanya tentang kenapa ibunya sering marah kepadanya karena kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh konseli. Namun menurut tante konseli, maksud dari marahnya ibu konseli kepada konseli itu bukan maksud benci atau tidak sayang. Akan tetapi memang kepribadian ibu konseli yang seperti itu sehingga terkesan keras

digilib.uinsby.ac.id 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 konseli, padahal maksud beliau adalah untuk mendidik ke arah yang benar.

b. Diagnosa

Dari hasil identifikasi melalui wawancara dan observasi dengan beberapa sumber data di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki prasangka buruk terhadap ibunya dengan menganggap ibunya tidak sayang dengan dirinya. masalah ini muncul disebabkan oleh beberapa hal yakni :

1) Sikap ibu konseli yang sering marah kepada konseli karena kesalahan-kesalahan kecil yang dilakukan oleh konseli. Namun dari hasil identifikasi konselor melalui observasi dapat diidentifikasi bahwa terkadang sikap ibu konseli yang sering marah kepada konseli tersebut sebenarnya juga disebabkan oleh kesalahan konseli sendiri. Akan tetapi konseli selalu menganggap kesalahan tersebut hanya kesalahan-kesalahan kecil yang tidak perlu sampai harus marah-marah kepadanya. Sehingga konseli selalu membenarkan dirnya dan menganggap salah sikap ibunya.
2) Kurangnya intensitas komunikasi yang harusnya dilakukan oleh konseli dengan ibunya ketika berada di rumah sehingga sering terjadi kesalah pahaman diantara keduanya.
3) Kurangnya perhatian yang diberikan oleh ibu konseli kepada konseli, dan sikap konseli yang selalu membandingkan perilaku ibunya sendiri dengan ibu-ibu lain pada umumnya dalam hal

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

mendidik anak . Padahal jika diamati secara mendalam dan menurut beberapa sumber data penelitian, sebenarnya ibu konseli adalah sosok ibu yang cukup baik dalam hal mendidik konseli, beliau menginginkan anak satu-satunya tersebut tumbuh menjadi pribadi yang disiplin dan mandiri. Beberapa sumber penelitian juga menjelaskan bahwa prasangka buruk yang muncul dari pikiran konseli kepada ibunya juga disebabkan karena konseli adalah sosok yang cukup tertutup kepada ibunya. ia tidak mau mengkomunikasikan kepada ibunya sebenarnya mengapa beliau bersikap seperti itu kepadanya yang hal tersebut dapat mngakibatkan prasangka buruk muncul dalam dirinya.

c. Prognosa

Setelah menentukan permasalahan yang sedang di alami oleh konseli berdasarkan simpulan diagnosis di atas, maka langkah selanjutnya adalah prognosa yakni menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Konselor menetapkan jenis terapi yang sesuai dengan permasalahan yang sedang dialami konseli yang prasangka buruk terhadap ibu. Dalam hal ini, konselor memberikan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi *muhasabah* karena dalam terapi ini konselor ingin mengajak konseli untuk mengintrospeksi dirinya mengenai kesalahan-kesalahan yang telah ia lakukan sehingga memunculkan masalah pada dirinya sendiri. selanjtnya konselor juga membantu konseli untuk merencanakan atau menyusun perubahan

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

perilaku konseli yang dianggap dapat memunculkan masalah pada dirinya tersebut menjadi perilaku yang lebih baik untuk kehidupan konseli ke depannya. Hal ini dirasa ampuh untuk membantu konseli karena masalah konseli dalam penelitian ini sangat berkaitan dengan kurangnya kesadaran konseli akan perilakunya yang salah dan hal itu dapat memunculkan masalah antara konseli dengan ibunya selama ini.

d. *Treatment* / Terapi

Setelah menetapkan terapi yang akan diberikan kepada konseli selanjutnya tugas konselor adalah menerapkan terapi tersebut kepada konseli. Dalam hal ini konselor menggunakan terapi *muhasabah* yang dilakukan dengan 4 tahapan yakni : 1) Tahap Pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Terapi ini berfokus pada penyadaran dan perbaikan diri kepada konseli akan kesalahan yang telah ia perbuat sehingga memunculkan prasangka buruk terhadap ibunya. Berikut adalah langkah-langkah terapi *muhasabah* dengan 4 tahapan konseling :

1) Tahap Pengenalan Terapi

Setelah pertemuan konselor dengan konseli saat proses identifikasi masalah, kemudian pada hari Sabtu 26 Januari 2019 konselor mulai melakukan tahapan awal konseling yang dilakukan di masjid UINSA. Sebelumnya konselor sudah membuat janji dengan konseli untuk bertemu di masjid UINSA pada hari itu.

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

Konseling ini dilakukan atas dasar permintaan konseli sendiri yang meminta bantuan konselor untuk membantu meyelesaikan masalahnya tersebut. Karena prasangka buruk konseli terhadap ibunya tersebut sangat menganggu fikiran konseli sendiri setiap harinya. Ia ingin masalah yang ia hadapi ini tidak semakin berlarut-larut hingga membuat hubungan konseli dengan ibunya semakin jauh. Namun ia tidak tahu apa yang harus ia lakukan. Maka dari itu, konseli meminta konselor untuk membantu dirinya dalam menyelesaikan masalahnya tersebut.

Pada tahapan ini dimulai dari pembuatan kontrak konseling yang akan dilakukan oleh konselor dan konseli. Dalam penelitian ini, konselor dan konseli bersepakat bahwa proses konseling akan dilakukan dalam kurun waktu dua minggu setelah konselor melakukan proses identifikasi masalah. Selanjutnya konselor mengenalkan kepada konseli mengenai terapi *muhasabah* yang akan diberikan konselor kepadanya dalam proses konseling ini. Dalam hal ini konselor menjelaskan arti *muhasabah* dan juga menjelaskan pengaruh dan manfaat dalam bermuhasabah diri. Dalam tahap ini peran aktif konselor sangat dibutuhkan. Konselor menyampaikan materi atau penjelasan tentang terapi *muhasabah* kepada konseli dengan metode nasihat dan *sharing-sharing* pengalaman tentang bermuhasabah dengan diselingi bahasan santai yang lainnya supaya tidak terkesan kaku. Sesekali konselor juga menyelipkan beberapa

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

cerita *real* tentang pentingnya bersyukur kepada Allah karena masih diberikan orang tua yang lengkap yang masih bisa membantu memenuhi kebutuhan hidup kita selama ini. Hal ini diberikan oleh konselor karena masalah konseli juga terkait dengan kurangnya kesadaran konseli akan pentingnya bersyukur memiliki orang tua yang masih lengkap. "kamu harus banyak bersyukur Allah masih memberi kesempatan kamu untuk memiliki orang tua yang lengkap meskipun cara mendidik beliau yang terkesan keras menurut kamu. Tapi coba kamu lihat di luar sana banyak sekali anak yang tidak seberuntung kamu. Anak yang ditelantarkan oleh orang tuanya, jangankan diurus, diberi makan saja tidak. Mereka harus bekera keras untuk makan mereka sehari-hari." Tutur konselor kepada konseli. Setelah mendengan penjelasan konselor, konseli menjawab "tapi teman-temanku yang lain loh sama ibunya selalu diurus dengan baik, dididik dengan lembut gak pakek marah-marah, ngomel-ngomel, dan lain sebagainya. Aku kan sudah besar, gak perlu lah harusnya mendidik dengan cara yang kayak gitu". "Setiap orang tua memiliki cara sendiri-sendiri untuk mendidik anaknya. Tapi bagaimanapun caranya, tujuan orang tua mendidik anaknya itu juga untuk kebaikan anaknya di masa depan" lanjut konselor. Kemudian konseli terdiam dan seolah sedang mencerna penjelasan 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

Konselor juga berusaha memberikan pengertian dan menyadarkan konseli bahwa kesibukan orang tuanya dalam bekerja tersebut juga untuk memenuhi kebutuhan konseli setiap harinya. “kamu juga harus mengerti, orang tuamu sibuk kerja itu sebenarnya ya buat kamu juga. Buat memenuhi kebutuhan kamu kuliah, kebutuhan sehari-hari, dan kebutuhan keluarga yang lainnya. itu bentuk kasih sayang orang tuamu ke kamu. Ia rela banting tulang mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan kamu, untuk menyiapkan masa depanmu nanti. Jadi bukan karena orang tuamu sibuk dan kurang perhatian kepadamu itu berarti mereka tidak sayang sama kamu. Buktinya sampe sekarang kamu masih dibiayai kuliah dan yang lain” tambah konselor. Kemudian konseli menatap konselor dan hanya berkata “hm..gitu ya riz”

Kemudian konselor juga memberikan penjelasan mengenai kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya terutama ibu dalam agama Islam sesuai dengan dalil dalam Q.S Al-Isra’ ayat 23-24:

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا ۚ إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

Artinya :
“Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam

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

pemeliharaanmu, maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia". (QS AL-Isra': 23-24).

Namun, ketika konselor menjelaskan tentang hal tersebut, sesekali konseli merespon penjelasan konselor dengan mengatakan "tapi masa aku terus yang harus ngalah, mama enggak". "aku harus sabar terus? Kalo aku emosi trus aku harus gimana?" dan perkataan-perkataan lainnya. Kemudian konselor mencoba menjelaskan kembali "untuk saat ini, mungkin kamu harus banyak sabar dan mengalah sama mamamu. Kamu harus ingat orang tua yang sudah memasuki usia lanjut, pemikiran dan tingkah lakunya sedikit banyak akan kembali seperti anak kecil layaknya kita dulu waktu kecil yang selalu ingin diperhatikan dan dimengerti. Kamu sebagai anak yang saat ini sudah memasuki usia dewasa harus bisa mencoba memahami hal itu. Kalau misal diantara kalian tidak ada yang mau mengalah, masalah ini akan semakin membesar dan berlarut-larut. Mending kita sebagai anak yang sudah cukup dewasa yang harus mencoba mengalah. Toh mengalah sama orang tua juga tidak akan ada ruginya kok. Malah Allah akan memberikan ganjaran lebih jika kita mampu sabar dan mengalah terhadap orang tua" jawab konselor. "Tapi susah riz" sambung konseli. "perlahan saja dicoba. Pasti bisa kok. Kamu mau masalah ini cepat berakhir kan?" jawab konselor. Kemudian konseli mengangguk dan meng-iya kan perkataan 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

2) Tahap Evaluasi diri dan Perencaan Perilaku

Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya pada tahap konselor membantu konseli merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan oleh konseli ke depannya untuk mengatasi masalahnya tersebut. Dalam penelitian ini, konseli merencanakan hal-hal berikut:

a) Ia akan menyempatkan sedikit waktu setiap harinya untuk berkomunikasi santai dengan ibunya supaya sedikit demi sedikit dapat membangun kedekatan diantara mereka.
b) Ia akan mencoba lebih menahan emosinya ketika ibunya sedang marah kepadanya. Dalam hal ini ia mencoba untuk tidak membantah kepada ibunya.
c) Ia mencoba untuk lebih memahami karakter ibunya yang tegas dalam hal mendidik anak. Sehingga dapat meminimalisir kesalahpahaman antara dia dan ibunya.
d) Ia akan mencoba mengintrospeksi perilakunya yang salah dan akan mencoba merubah perilakunya yang salah tersebut sehingga masalah yang ia hadapi saat ini tidak semakin berlarut-larut.

digilib.uinsby.ac.id 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 merancang beberapa rencana perilaku tersebut, selanjutnya konselor meminta konseli untuk merealisasikan rencana yang telah ia buat tersebut di tahap selanjutnya.

3) Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku

Dalam tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat pada tahap sebelumnya

4) Tahap Pemeriksaan

Setelah konseli merealisasikan rencana perilaku yang telah dibuat, selanjutnya proses konseling memasuki tahap pemeriksaan. Tahap pemeriksaan ini dilakukan pada tanggal 1 Februari 2019 di masjid kampus. Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk memeriksa apakah tahap pelaksanaan sudah dilakukan sesuai dengan rencana ataukah belum. Saat konselor bertanya kepada konseli “bagaimana rencana perilakunya kemarin apakah sudah dapat kamu realisasikan?”, konseli menjawab “belum bisa sepenuhnya sih. Aku sudah mencoba untuk sering ngobrol sama mama. Apapun deh aku obrolin tapi mama responnya ya gitu cuek jawabnya juga singkat-singkat. Sebel kadang-kadang, tapi yasudahlah. Trus kemarin aku dimarahin gara-gara lupa nutup pintu depan dan akhirnya kucing masuk rumah ambil ikan di meja. Tapi

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

aku sudah coba buat kontrol emosiku dan coba tidak membantah. Aku Cuma diem dan langsung masuk kamar takut emosiku kambuh. Abis itu aku coba introspeksi, iya sih aku yang salah lupa nutup pintu. Trus setelah emosiku mereda, baru aku keluar kamar". "alhamdulillah, kemudian apa lagi?"sahut konselor. "tapi aku belum bisa memahami karakter mamaku yang seperti itu. Waktu mamaku marah-marah sama aku, pasti aku langsung beranggapan mama gitu banget sih gak kayak ibunya temen-temenku yang lain yang gak pakek marah-marah kalo nasehati anaknya". "sabar ya, yakin deh Allah bakal kasih kamu *ganjaran* yang setimpal kalo kamu mau terus mencoba bersabar"jawab konselor. Kemudian konseli mengangguk pertanda setuju dengan perkataan konselor.

Selanjutnya pada tahap ini konselor juga membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah membimbing konseli untuk merealisasikan rencananya yang belum direalisasikan pada tahap sebelumnya dan juga membimbing konseli untuk terus meningkatkan rencana baiknya dengan tujuan supaya masalah konseli secepatnya dapat terselesaikan dengan baik. Dalam hal ini, konselor terus memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut. Kemudian konselor bertanya kepada konseli "lalu, langkah

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

selanjutnya yang mau kamu lakukan apa?", "mungkin nanti pas waktu luang dan pas kondisi santai, aku pengen coba tanya sama mama kenapa sih mama bersikap seperti itu ke aku selama ini? Aku Cuma pengen tau aja alasannya. Mungkin dari akunya sendiri yang salah dan perlu perbaikan atau ada alasan lain" jawab konseli. Kemudian konselor menjawab "rencana yang bagus. Semoga masalah kamu bisa segera terselesaikan. kamu juga harus terus mencoba untuk memahami karakter mama kamu yang seperti itu supaya tidak terjadi kesalah pahaman lagi. Tidak apa-apa bertahap saja, nanti lama-kelamaan juga akan terbiasa dengan sendirnya". "iya riz, makasih ya"sahut konseli dengan memegang tangan konselor.

Kemudian karena konseli harus mengikuti kelas mata kuliah selanjutnya, maka proses konseling pada hari itu segera kami akhiri dan konseli meminta izin kepada konselor untuk mengikuti kelas mata kuliahnya.

e. *Follow up*

Tahap *follow up* ini adalah tahap untuk mengetahui dan menilai sejauh keberhasilan terapi yang telah diberikan kepada konseli dalam proses konseling. Pada tahap ini, konselor mengevaluasi secara keseluruhan mengenai hal-hal yang terjadi pada diri konseli dengan melihat perubahan-perubahan yang dialami oleh konseli setelah melakukan proses konseling. Dalam hal ini, konselor melakukan

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

observasi dan wawancara secara langsung kepada konseli dan sumber data yang lainnya untuk mencari tahu perkembangan diri konseli setelah proses konseling.

Dari hasil wawancara dengan konseli, ia menjelaskan bahwa saat ini ia sudah lebih bisa mengontrol emosinya ketika sedang marah kepada ibunya. Komunikasi antara dia dengan ibunya saat ini juga semakin sering dilakukan sehingga membuat hubungan antara dia dengan ibunya menjadi lebih dekat dibanding sebelumnya. Konseli juga lebih bisa mengintrospeksi dirinya sendiri ketika sedang menghadapi masalah terutama masalah dengan ibunya. Dan yang terpenting saat ini hati konseli menjadi lebih tenang setelah melakukan konseling dibanding sebelumnya karena sedikit demi sedikit prasangka buruknya sudah mulai berkurang dan ia berharap prasangka buruknya tersebut secepatnya dapat hilang. Ia juga sudah mulai memahami tentang kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya dan pentingnya bersyukur karena masih memiliki orang tua yang lengkap.

2. Deskripsi Hasil Akhir Proses Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibunya di Kecamatan Kenjeran Surabaya.

Setelah melakukan proses konseling untuk menangani prasangka buruk seorang anak terhadap ibunya dengan 4 tahap, maka dapat diketahui hasil dari proses konseling tersebut yakni memunculkan perubahan-perubahan perilaku dalam diri konseli meskipun perubahan tersebut terjadi

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

secara bertahap. Perubahan bertahap disini diartikan bahwa konseli belum bisa sepenuhnya menghilangkan prasangka buruknya tersebut terhadap ibu, namun konseli sudah dapat mengurangi prasangka buruknya tersebut dengan menunjukkan beberapa perubahan yang lebih baik dari perilaku sebelumnya. Menurut konseli, untuk benar-benar menghilangkan sepenuhnya prasangka buruknya tersebut bukan hal yang mudah untuk ia lakukan, namun secara bertahap konseli akan terus berusaha untuk mengurangi prasangka buruknya tersebut mulai dari sekarang.

Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung kepada konseli dan wawancara kepada tante konseli, saat ini konseli sudah menunjukkan beberapa perubahan. Konseli menjelaskan bahwa saat ini hubungan komunikasinya dengan ibunya sudah semakin dekat, ia juga lebih bisa mengtrol emosinya ketika sedang dimarahi oleh ibunya, dan ketika ada masalah ia langsung berusaha untuk mengintrospeksi dirinya sendiri.

Kemudian menurut hasil wawancara dari tante konseli, saat ini konseli sudah lebih bisa mengontrol emosinya ketika sedang bertengkar dengan orang tuannya “dulu, kalau lagi di marahi ibunya, ia selalu emosi dan membantah mbak ke ibunya. tapi sekarang yang saya lihat ia sudah bisa sudah jarang membantah mbak. Ketika di marahi ibunya, ia langsung menghindar masuk kamar atau kemana pokoknya menghindar dulu dari ibunya, mungkin takut emosinya memuncak” tutur tante konseli. “saat ini dia juga lebih nurut sama ibunya dibanding dulu” sambung beliau.

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

Selain itu, menurut hasil pengamatan konselor terhadap konseli secara langsung, saat ini komunikasi antara konseli dengan ibunya juga semakin dekat. Hal ini terlihat ketika konselor mengunjungi rumah konseli, konselor melihat konseli yang sudah mulai berani dan bersedia curhat kepada ibunya tentang kuliahnya. Konseli juga terlihat membantu ibunya di dapur dengan sesekali bercerita tentang kegiatannya di kampus, cerita tentang teman-temannya, dan lain 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

BAB IV

ANALISIS DATA

A. Analisis Data Tentang Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibunya di Kecamatan Kenjeran Surabaya

Proses analisis data yang dilakukan konselor pada proses konseling ini adalah dengan menggunakan analisis deskriptif komparatif yakni dengan cara membandingkan konsep teori dengan data yang terjadi di lapangan selama proses penelitian berlangsung sehingga dalam hal ini konselor dapat mengetahui perbandingan kondisi konseli dari sebelum dan setelah melakukan proses konseling. Tahapan proses konseling yang dilakukan oleh konselor meliputi : Beberapa tahapan proses konseling tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Identifikasi Masalah

   Identifikasi masalah ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data dari berbagai sumber data baik sumber data primer maupun sekunder melalui wawancara dan observasi dengan tujuan untuk mengenal lebih jauh mengenai masalah yang sedang dihadapi oleh konseli serta gejala-gejala yang nampak dalam diri konseli akibat masalah tersebut. Gejala atau ciri-ciri yang nampak pada diri konseli akibat prasangka buruknya tersebut yakni :

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

a. Konseli berkata bahwa ibunya tidak pernah memperhatikan dirinya dan hanya sibuk dengan pekerjaannya sendiri.
b. Konseli juga berkata bahwa ibunya sering memarahi dirinya karena kesalahan-kesalahan kecil yang dilakukan olehnya. Karena ia memiliki kepribadian yang cukup keras kepala juga, maka ketika ia sedang dimarahi oleh ibunya, tidak jarang ia menunjukkan respon yang membuat ibunya semakin marah kepadanya seperti membantah dan pernah juga sampai melempar barang di depan ibunya. Salah satu contohnya adalah saat konseli dimarahi oleh ibunya dan karena sangat jengkel, ia pernah sampai melempar hp di depan ibunya. Hal tersebut membuat ibunya semakin emosi dan marah kepadanya.
c. Konseli juga berkata bahwa ibunya jarang sekali memasak untuk makan dirinya di rumah.
d. Konseli juga berkata bahwa ibunya juga acuh tak acuh tentang kegiatan perkuliahan konseli di kampus, tidak seperti yang dilakukan kebanyakan ibu-ibu lain terhadap anaknya.

Namun, ketika peneliti melakukan observasi secara langsung ke rumah konseli, peneliti melihat bahwa ibu konseli sebenarnya adalah sosok ibu yang cukup perhatian terhadap anak. Namun, memang cara mendidik ibu konseli terhadapnya sangat tegas dan disiplin karena memang beliau adalah sosok ibu yang memiliki karakter tegas dan

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

disiplin juga. Beliau ingin anaknya menjadi orang yang tegas dan disiplin seperti beliau. Beliau tidak suka jika perintah dan nasihatnya diabaikan dan tidak segera dilaksanakan. Namun, hal tersebut yang membuat konseli salah faham dan menganggap ibunya tidak sayang dengan dirinya. selain itu, kurangnya komunikasi antara konseli dengan ibunya juga sering memunculkan kesalahpahaman diantara keduanya sehingga hal tersebut juga tidak jarang memunculkan pertengkaran diantara keduanya.

2. Diagnosa

Pada tahap ini, peneliti menetapkan masalah yang dialami oleh konseli dari hasil proses identifikasi masalah. Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan oleh konselor kepada beberapa sumber sebelumnya, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran konseli akan kesalahan telah ia lakukan sehingga memunculkan prasangka buruk dalam dirinya terhadap ibunya.

3. Prognosis

Setelah menentukan masalah yang dihadapi oleh konseli dalam tahap diagnosis, maka tahap selajutnya adalah tahap prognosis. Tahap prognosis ini merupakan tahap penentuan terapi yang akan diberikan kepada konseli dalam mengatasi masalahnya. Dalam hal ini peneliti sebagai konselor menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan

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

diberikan kepada konseli adalah terapi muhasabah. Pemilihan terapi ini dipertimbangkan karena masalah yang dihadapi konseli saat ini sangat berkaitan dengan kurangnya introspeksi diri dalam diri konseli sehingga memunculkan prasangka buruk terhadap ibunya. Adapun tahap terapi atau *treatment* yang akan dilakukan dalam terapi muhasabah ini adalah dengan melalui 3 tahap, yakni : 1) Tahap pengenalan terapi, 2) Tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, 3) Tahap pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan.

4. Treatment

Pada langkah ini konselor memberikan treatment kepada konseli dengan terapi muhasabah melalui 4 tahapan, yakni : 1) Tahap pengenalan terapi : merupakan tahap awal *treatment* yang diisi dengan pembuatan kontrak kesepakatan konseling antara konselor dan konseli serta diisi dengan pengenalan tentang terapi muhasabah kepada konseli sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita *real* tentang pentingnya bersyukur kepada Allah karena masih diberikan orang tua yang lengkap dan masih bisa membantu memenuhi kebutuhan hidup kita selama ini. Konselor juga memberikan penjelasan mengenai kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya terutama ibu dalam agama Islam, 2) Tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku : dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap 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

yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan oleh konseli ke depannya untuk mengatasi masalahnya tersebut. 3) Tahap pengaplikasian rencana perilaku : dalam tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat pada tahap sebelumnya. 4) Tahap Pemeriksaan : Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Selanjutnya konselor membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.

5. Evaluasi / *Follow up*

Langkah ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan konseling yang diberikan kepada konseli. Pada tahap ini konselor melakukan wawancara kepada konseli untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah melakukan proses konseling dengan terapi muhasabah.

digilib.uinsby.ac.id 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 keempat langkah di atas, dapat dijelaskan lebih rinci melalui tabel di bawah ini :

Tabel 4. 1

Perbandingan data teori dan data lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1.	**Identifikasi Masalah :** Langkah yang digunakan untuk mencari dan mengumpulkan data dari berbagai berbagai sumber yang terkait dengan masalah yang dialami oleh konseli. Langkah ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gejala-gejala yang nampak pada diri konseli.	Pada langkah ini, konselor melakukan penggalian data mengenai konseli. Data tersebut diperoleh melalui wawancara dan observasi yang dilakukan oleh konselor selama kurang lebih 1 bulan kepada teman dekat konseli sejak kecil (AR), teman dekat konseli di kampus (DI), tante konseli, serta kepada konseli sendiri. Menurut hasil wawancara dari beberapa informan tersebut dapat diketahui bahwa konseli memiliki sifat yang cukup tertutup dan tidak mudah bergaul terhadap orang lain termasuk

digilib.uinsby.ac.id 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 ibunya sendiri. Konseli juga jarang berkomunikasi dengan ibunya di rumah. Ketika melakukan wawancara kepada konseli, ia berkata bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya. konseli juga berkata bahwa ibunya sering marah kepada dirinya karena hal-hal kecil. beliau juga kurang perhatian kepada dirinya. Namun setelah konselor melakukan wawancara dan observasi secara langsung kepada beberapa informan, dapat diketahui bahwa sebenarnya masalah yang terjadi pada diri konseli tersebut sebenanya disebabkan oleh kesalahan konseli sendiri yang kurang dapat mengintrospeksi perilakunya yang salah. Sikap ibu 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

		yang sering marah kepada konseli tersebut disebabkan karena kesalahan yang diperbuat konseli sendiri, namun konseli tidak menyadari hal tersebut. Menurut tante konseli, ibu konseli adalah sosok ibu yang memiliki sifat yang sanagt tegas dan disiplin dalam mendidik anak. Sedangkan konseli adalah sosok anak yang memiliki sifat keras kepala. Ia tidak suka diatur-atur dan dilarang-larang. Oleh karena itu, sering terjadi kesalah pahaman diantara konseli dan ibunya. konseli juga kurang bisa memahami karakter ibunya yang tegas dan sangat disiplin. Sehingga konseli sering menganggap perilaku ibunya dalam mendidiknya tersebut

digilib.uinsby.ac.id 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 bentuk ketidak sayangan ibu konseli kepadanya. Kemudian selain melakukan wawancara kepada beberapa sumber tersebut, konselor juga melakukan observasi langsung ke rumah konseli untuk mengamati interaksi konseli dengan ibunya di rumah. Di sana, konselor mendapatkan data bahwa memang terlihat ada jarak antara konseli dengan ibunya. Keduanya juga kurang komunikasi sehingga terkesan kurang dekat hubungannya. Sehingga konseli dan ibunya kurang bisa memahami karakter satu sama lain.
2.	**Diagnosa :** langkah untuk menetapkan	Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan tersebut oleh konselor kepada

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

	masalah yang dialami oleh konseli.	beberapa sumber sebelumnya, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran konseli akan kesalahan telah ia lakukan sehingga memunculkan prasangka buruk dalam dirinya terhadap ibunya. Munculnya prasangka buruk pada konseli tersebut disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya : a. kurangnya komunikasi antara konseli dengan ibunya sehingga sering memunculkan kesalahpahaman diantara keduanya. b. Konseli kurang bisa memahami karakter ibunya yang tegas dan tidak suka dibantah perintahnya.

digilib.uinsby.ac.id 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. Konseli juga memiliki sifat yang cukup keras kepala sehingga sering membuat ibunya marah kepadanya. Karena seringnya ibu konseli marah terhadap konseli, maka konseli memiliki prasangka bahwa ibunya tidak sayang dengan dirinya. d. Konseli suka membanding-bandingkan ibunya dengan ibu-ibu lain dalam hal mendidik anak.
3.	**Prognosis :** langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli, yakni Terapi *muhasabah*	Setelah menetapkan masalah yang dialami oleh konseli, selanjutnya konselor menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli untuk mengatasi masalahnya yakni mengatasi prasangka buruk konseli teradap ibunya tersebut. Setelah melihat permasalahan

digilib.uinsby.ac.id 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 melaui 4 tahapan: Tahap pengenalan terapi, tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, tahap pengaplikasian rencana perilaku, dan tahap pemeriksaan.	konseli beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya, maka konselor menyimpulkan bahwa masalah konseli ini cocok apabila diatasi dengan menggunakan terapi muhasabah karena dari hasil identifikasi pada langkah sebelumnya dapat disimpulkan bahwa konseli tidak menyadari bahwa masalah yang ia alami tersebut sebenarnya adalah disebabkan dari kesalahannya sendiri. Dengan demikian, terapi muhasabah ini diberikan kepada konseli dengan tujuan mengajak konseli untuk mengintrospeksi dirinya sendiri bahwa perilaku ibunya yang sering marah-marah kepadanya itu sebenarnya disebabkan dari perilaku konseli sendiri. Kemudian disini konselor juga mengajak 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

		untuk menyadari bahwa orang tua terutama ibu wajib untuk kita hormati dan dalam agama Islam juga kita dilarang untuk menyakiti hati ibu. Konselor menggunakan terapi ini dengan berdasarkan dari pendapat Muhammad Al-Gahazali yang menjelaskan bahwa terapi muhasabah fokus kepada 3 hal, antara lain : a. Mengenal diri sendiri b. Menjaga akhlak baik c. Menghilangkan akhlak buruk
4.	**Treatment atau Terapi:** proses pemberian bantuan terhadap konseli berdasarkan prognosis.	Pada tahap ini, konselor menggunakan terapi muhasabah dengan 4 tahapan konseling, yakni : Tahap 1 : Tahap Pengenalan Terapi Tahap ini berisi pembuatan kontrak kesepakatan dalam

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

		pemberian terapi konseling antara konselor dan konseli. Dalam penelitian ini, konselor dan konseli bersepakat bahwa proses konseling akan dilakukan dalam kurun waktu dua minggu setelah konselor melakukan proses identifikasi masalah. Selanjutnya konselor mengenalkan kepada konseli mengenai terapi *muhasabah* yang akan digunakan dalam proses konseling ini. Sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita *real* tentang pentingnya bersyukur kepada Allah karena masih diberikan orang tua yang lengkap yang masih bisa membantu memenuhi kebutuhan hidup kita selama ini. Hal ini diberikan oleh konselor karena masalah konseli juga terkait

digilib.uinsby.ac.id 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 kurangnya kesadaran konseli akan pentingnya bersyukur memiliki orang tua yang masih lengkap. konselor juga memberikan penjelasan mengenai kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya terutama ibu dalam agama Islam. Tahap 2 : Evaluasi dan Perencaan Perilaku Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan

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

		oleh konseli ke depannya untuk mengatasi masalahnya tersebut. Dalam penelitian ini, konseli merencanakan hal-hal berikut : a. Ia akan menyempatkan sedikit waktu setiap harinya untuk berkomunikasi santai dengan ibunya supaya sedikit demi sedikit dapat membangun kedekatan diantara mereka. b. Ia akan mencoba lebih menahan emosinya ketika ibunya sedang marah kepadanya. Dalam hal ini ia mencoba untuk tidak membantah kepada ibunya. c. Ia mencoba untuk lebih memahami karakter ibunya yang tegas dalam hal mendidik anak. Sehingga dapat meminimalisir

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

		kesalahpahaman antara dia dan ibunya. d. Ia akan mencoba mengintrospeksi perilakunya yang salah dan akan mencoba merubah perilakunya yang salah tersebut sehingga masalah yang ia hadapi saat ini tidak semakin berlarut-larut. Tahap 3 : Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku. Pada tahap ini, konselor meminta konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat di tahap sebelumnya. Tahap ini dilakukan oleh konseli dengan kurun waktu sekitar 5 hari setelah tahap *plan* dilakukan. Tahap 4 : Tahap Pemeriksaan

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

		Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk memeriksa apakah tahap pengaplikasian perilaku sudah dilakukan sesuai dengan rencana ataukah belum. Kemudian konselor juga memeriksa sudah sejauh mana perkembangan konseli dalam melaksanakan rencananya yang telah ia buat pada tahap sebelumnya. Selanjutnya dalam tahap ini konselor juga membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana 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

		tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah membimbing konseli untuk merealisasikan rencananya yang belum terealisasikan dan juga membimbing konseli untuk terus meningkatkan rencana baiknya dengan tujuan supaya masalah konseli secepatnya dapat terselesaikan dengan baik. Dalam hal ini, konselor terus memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.
5.	**Evaluasi atau *Follow Up* :** langkah yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan konseling yang	*Follow up* ini merupakan tahap terakhir dari proses konseling. Pada tahap ini konselor melakukan wawancara kepada konseli untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada

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

	diberikan kepada konseli.	konseli setelah melakukan proses konseling dengan terapi *muhasabah.* Dalam tahap ini konseli menjelaskan bahwa terdapat perubahan yang ia alami setelah melakukan proses konseling dengan terapi *muhasabah* tersebut. “saat ini, saya sudah mulai mencoba meluangkan waktu untuk ngobrol dan sharing-sharing dengan mama saat waktu luang entah itu masalah kuliah atau masalah yang lain. Biasanya sih selepas sholat maghrib. Ternyata tidak mudah ya memulai pembicaraan. tapi inshaa Allah saya akan terus mencoba.” Tutur konseli. “saya juga mulai mencoba mengontrol emosi saya ketika mama sedang marah pada saya. Saya mencoba tidak membantah dan lebih

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

		memilih menghindar untuk menahan emosi saya sampai keadaan kembali membaik". Konseli juga berkata bahwa ia akan terus mencoba untuk memahami karakter ibunya yang cukup tegas dalam mendidiknya meskipun hal tersebut butuh waktu yang tidak singkat karena ia memang menginginkan masalahnya tersebut tidak semakin berlarut-larut.

Berdasarkan uraian tabel di atas dapat dilihat analisis proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibunya di kecamatan Kenjeran Surabaya dilakukan oleh konselor sesuai dengan langkah-langkah konseling yakni mulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi, hingga *follow up*. Berdasarkan dari hasil identifikasi masalah di atas, dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki prasangka buruk kepada ibunya dengan menganggap ibunya tidak sayang dengan dirinya karena perilaku ibunya yang sering marah kepada konseli dan juga karena perilaku acuh ibu 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

terhadap kegiatan keseharian konseli. Padahal menurut hasil wawancara dari beberapa sumber data dan menurut hasil pengamatan konselor secara langsung, perilaku ibu konseli yang sering marah kepada konseli sebenarnya adalah di sebabkan oleh kesalahan konseli sendiri namun konseli kurang bisa menyadari hal tersebut sehingga ia selalu beranggapan bahwa sikap ibunya tersebut karena beliau tidak sayang dengan dirinya (konseli). Kurangnya komunikasi antara konseli dengan ibunya juga dapat dikatakan sebagai salah satu faktor sering terjadinya kesalah pahaman diantara keduanya. Karena kurangnya komunikasi diantara mereka tersebut membuat hubungan diantara keduanya juga menjadi kurang dekat. Faktor lain yang menjadikan konseli dan ibunya sering bertengkar adalah kurang bisanya mereka berdua dalam memahami karakter satu sama lain. Sikap konseli yang cukup keras kepala juga sering memicu pertengkaran diantara keduanya.

Pelaksanaan bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi *muhasabah* disini dilakukan dengan tujuan mengurangi atau bahkan menghilangkan prasangka buruk konseli kepada ibunya. Terapi ini diberikan kepada konseli karena sesuai dengan masalah yang dialami konseli saat ini. Masalah yang dialami konseli saat ini sangat berkaitan dengan pentingnya melakukan muhasabah diri, karena disini konseli tidak menyadari bahwa sebenarnya masalah 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

terjadi dalam dirinya saat ini adalah disebabkan dari kesalahannya sendiri. Adapun tahapan konseling yang dilakukan dalam proses konseling dengan terapi *muhasabah* ini adalah melalui 4 tahapan yakni: 1) Tahap pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Dalam hal ini konselor berfokus pada penyadaran konseli akan kesalahannya dan juga perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih baik dan sesuai dengan ajaran agama Islam yakni kewajiban menghormati orang tuanya.

Berdasarkan perbandingan antara data teori dengan data di lapangan pada saat berlangsungnya proses konseling, diperoleh kesesuaian antara proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi *muhasabah* dalam mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibunya. sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi ini berfungsi dalam memberikan *treatment* pada permasalahan yang sedang dihadapi konseli.

B. Analisis Hasil Akhir Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibunya di Kecamatan Kenjeran Surabaya

Dalam melakukan analisis data untuk mengetahui hasil akhir dari proses konseling yang dilakukan, konselor menyajikan data dari hasil wawancara dan observasi yang telah ia lakukan kepada beberapa

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

informan dan juga kepada konseli sendiri. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan konseli setelah dilakukannya proses konseling. Di bawah ini akan dipaparkan tabel yang menjelaskan kondisi konseli sebelum dan sesudah dilakukan proses konseling. Gejala-gejala tersebut dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 4.2

Tabel Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah konseling

No	Kondisi Konseli	Sebelum Konseling				Setelah Konseling			
		A	B	C	D	A	B	C	D
1	Membantah perintah ibu	√					√		
2	Komunikasi dengan ibu			√		√			
3	Mengontrol emosi				√		√		
4	Introspeksi diri				√	√			
5	Memahami karakter ibu				√		√		

Keterangan :

A : Sering

B : Kadang-kadang

C : Jarang

D : Tidak Pernah

Dari hasil proses konseling menggunakan terapi muhasabah dengan melalui empat tahap konseling sebelumnya yakni identifikasi

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

masalah, diagnosis, prognosis, treatment, maka dapat dilihat perubahan-perubahan positif pada gejala-gejala yang nampak dalam diri konseli yang sesuai dengan data teoritis dan lapangan yang dialami oleh konseli diantaranya yakni:

a) Yang awalnya konseli sering membantah perintah ibunya, maka setelah diberikan konseling, sekarang ia mulai bisa mengurangi hal negatif tersebut. Meskipun terkadang konseli masih melakukannya ketika ia sedang tidak dapat mengontrol emosinya. Ketika ibunya memerintah konseli untuk melakukan sesuatu, maka ia berusaha sesegera mungkin melaksanakan perintah ibunya tersebut supaya ibunya tidak sampai terpancing emosi. Dan ketika emosinya sedang memuncak, konseli berusaha menahan dan lebih memilih menghindar dulu dari ibunya agar ia tidak terpancing emosi juga.
b) Yang awalnya konseli kurang berkomunikasi dengan ibunya, setelah diberikan konseling sekarang intensitas komunikasinya menjadi sering. Ketika ada waktu luang atau waktu santai di rumah, konseli berusaha mengajak ibunya mengobrol santai membahas apapun dengan tujuan untuk membangun kedekatan dengan ibunya. Karena konseli ingin ibunya juga lebih memperhatikan kegiatan-kegiatan yang konseli lakukan setiap harinya.
c) Yang awalnya konseli kurang bisa mengintrospeksi dirinya sendiri ketika menghadapi masalah, setelah diberikan konseling saat ini ia

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

sudah mulai mencoba sedikit demi sedikit untuk selalu mengintrospeksi dirinya sendiri ketika sedang menghadapi masalah.

d) Yang awalnya konseli kurang bisa memahami karakter ibunya yang tegas dan cukup keras, setelah diberikan konseling sekarang ia sudah mulai mencoba memahami dan mengimbangi karakter ibunya tersebut meskipun belum sepenuhnya.

Empat hal tersebut dibuktikan dari hasil wawancara konselor kepada konseli secara langsung. Untuk melihat tingkat keberhasilan dan kegagalan konseling tersebut, peneliti berpedoman pada prosentase perubahan perilaku dengan standar uji sebagai berikut:

a) Untuk hasil prosentase >75% atau 75% sampai dengan 100% dikategorikan "berhasil".
b) Untuk hasil prosentase 50% sampai dengan <75% dikategorikan "cukup berhasil".
c) Untuk hasil prosentase <50% dikategorikan "kurang berhasil".[1]

Dalam penelitian ini, perubahan sesudah dilakukannya bimbingan dan konseling islam dengan terapi muhasabah, berdasarkan tabel di atas dapat diketahui yang berhasil berjumlah 2 poin dan yang "kadang-kadang" berjumlah 3 poin, dapat dihitung sebagai berikut :

a) Sering : 2/4 x 100% = 50%

[1] Ismail Nawawi Uha, *Metode Penelitian Kualitatif dan Aplikasi Untuk Ilmu Sosial, Ekonomi / Ekonomi Islam, Agama Managemen, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya, 2012), Hal 28 4.

digilib.uinsby.ac.id 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) Kadang-kadang : 3/4 x 100% = 75%

c) Jarang : 0/4 x 100% = 0%

d) Tidak Pernah : 0/4 x 100% = 0%

Berdasarkan hasil prosentase dari hasil perhitungan di atas dapat diketahui bahwa proses bimbingan dan konseling dengan terapi *muhasabah* dalam mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kecamatan Kenjeran Surabaya dapat dikategorikan "cukup berhasil". Hal itu dapat dilihat dari hasil perhitungan prosesntase adalah 50% dengan standart uji 50% sampai dengan <75% dikategorikan cukup berhasil.

digilib.uinsby.ac.id 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

Adapun kesimpulan dari hasil penelitian bimbingan dan konseling Islam dengan terapi muhasabah dalam untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kecamatan Kenjeran Surabaya adalah sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka Buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya adalah dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses konseling yakni : identifikasi masalah, diagnosam prognosa, *treatment* yang dilakukan dengan menggunakan 4 tahapan, yakni : 1) Tahap Pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi diri dan Perencanaan perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Dan langkah terakhir yakni langkah evaluasi atau *follow up.*
2. Hasil pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk mengatasi Prasangka Buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya di Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya dapat dikatakan cukup berhasil. Hal ini dapat ditunjukkan dengan beberapa perubahan perilaku positif konseli. Beberapa perubahan tersebut antara lain Komunikasi konseli dengan ibunya saat ini sudah mulai sering dilakukan sehingga membuat hubungan keduanya mulai lebih dekat. Kemudian

digilib.uinsby.ac.id 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 sudah mulai dapat mengontrol emosinya ketika sedang berselisih paham dengan ibunya. Konseli sudah jarang sekali mebantah ketika sedang dinasehati oleh ibunya Perubahan lainnya adalah saat ini konseli sudah mulai dapat mengintrospeksi dirinya ketika ia sedang menghadapi masalah terutama masalah dengan ibunya. Kemudian konseli juga sudah mulai dapat memahami karakter ibunya yang tegas dan cukup keras dalam mendidik konseli karena hal tersebut juga ditujukan untuk kebaikan kehidupan konseli sendiri kedepannya.

B. SARAN

1. Bagi Konselor

   Diharapkan mampu mengambil pelajaran yang sangat berharga dari penelitian ini untuk ke depannya. Serta diharapkan mampu lebih memperluas pengetahuannya mengenai terapi *muhasabah* dalam proses konseling. Sehingga lebih mampu maksimal dalam membantu dalam menyelesaikan permasalahan konseli untuk ke depannya.

2. Bagi Konseli

   Setelah proses konseling ini dilakukan, konseli diharapkan lebih mampu mengintrospeksi dirinya ketika sedang menghadapi masalah. Kemudian konseli juga diharapkan dapat konsisten dalam melakukan perbaikan diri untuk ke depannya sehingga tidak sampai terjadi masalah yang sama pada dirinya di kemudian hari. Konseli juga diharapkan untuk dapat lebih bersyukur karena masih diberi kesempatan untuk memiliki orang tua yang lengkap dengan cara menghormati beliau dalam keadaan apapun.

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

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dapat menguji ulang penelitian dengan terapi *muhasabah* ini dengan pengetahuan yang lebih luas dan sampel yang beragam sehingga menghasilkan penelitian yang lebih berkualitas.

digilib.uinsby.ac.id 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

Abdullah, Yatimin. 2007. *Studi Akhlak dalam Perspektif Al-Qur'an*. Jakarta: Amzah.

Afrizal, Lalu Heri. 2008. *Ibadah Hati*. Jakarta Timur: Hamdalah.

Ainul Mardziah Binti Zulkifli. 2018. *Konsep Muhasabah Diri Menurut Iman Al-Ghazali*. Banda Aceh: Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Akhmad, Sagir. 2011. *Husnuzzan dalam perspektif psikologi*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.

Albaar, Ragwan. 2011. *Konsep Muhasabah (self evaluation) Sebagai Terapeutik Islam (Studi Pemikiran Al-Ghazali dalam Ihya' Ulum Al-Din).* Surabaya: Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol 1, No.2.

Alfat, Masan dkk. 1995. *Aqidah Akhlaq*. Semarang: PT Karya Toha Putra.

Al Hafiz Ibnu Hajar. 1995. *Terjemahan Balughul Maram*. Semarang: CV Toha Putra.

Anwar, Saifuddin. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Asad M.Al Kali. 1989. *Kamus Indonesia-Arab*. Jakarta: Bulan Bintang.

Aswadi. 2009. *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press.

Bachrun, Saifuddin. 2011. *Manajemen Muhasabah Diri*. Bandung: PT Mizan Pustaka.

Creswell, John W. 2015. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Djumhur dan Moh Surya. 1975. *Bimbinga dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV Ilmu.

Faqih, Ainur Rahim . 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Jogjakarta: UII Press.

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

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

Hallen A. 2002. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Ciputat Press.

Hamdani Bakran Adz Dzaky. 2001. *Psikoterapi Konseling Islam*. Cet I. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.

Herdiansyah, Haris. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu –ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. 2005. *Manajemen Qalbu : Melumpuhkan Senjata Syetan.* Jakarta: Darul Falah.

Jamaluddin, Abu Fadhl dan Muhammad bin Makram bin Mandzur. 1993. *Lisan al-'Arab Jil III*. Beirut, Dar al-Kitab al-'ilmiyyah.

Khatib, Muhammad. 2014. *33 Solusi Kiat Islami Atasi Kesulitan Hidup*. Surabaya: Mitrapress.

Kholifah. 2018. *Dampak Prasanga Buruk Anak Terhadap Orang Tua (Telaah Qs. Yusuf ayat 8-10)*. Surabaya: Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel.

Komaruddin, dkk. 2008. *Dakwah dan Konseling Islam*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra.

Lestari, Sri. 2012. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana Pranada Media.

Lubis, Saiful Akhyar. 2007. *Konselin Islami*. Yogyakarta: Elsaq Press.

Moleong, Lexy J. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Remaja Rosdakarya.

Munir, Samsul. 2013. *Bimbingan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.

Muhammad, Thohari. 2004. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press.

Nawawi, Imam. 1994. *Terjemah Riyad al-Salihin, vol.2*. Jakarta: Pustaka Amani.

Nimas Fitriatul Latifa. 2018. *Terapi Muhasabah Untuk Meningkatkan Rasa Empati Seorang Ibu dalam Hidup Bertetangga di Desa Doko Kecamatan Doko Kabupaten Blitar*. Surabaya: Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel.

Prayitno dan Erman Amti. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta.

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

Richard, Ian. 2001. *Dunia Spiritual Kaum Sufi, (Harmonisasi antara dunia mikro dan makro).* Jakrata: PT. Raja Grafindo Persada.

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

Sayyid Muhammad Nuh. 2004. *Mengobati 7 Penyakit Hati.* Bandung: Al-Bayan PT. Mizan Pustaka

Siti Shahilatul Arasy. 2014. *Urgensi Muhasabah (Introspeksi diri) di Era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadist)*. Yogyakarta: Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga.

Sulistyarini. 2014. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Pustaka Karya.

Syaikh Shalih Al-'Ulyawi. 2007. *Muhasabah (Introspeksi diri).* Maktab Dakwah dan Bimbingan Jaliyat Rabwah : Islamhouse.com

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

Tamwifi, Irfan. 2014. *Metode Penelitian*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*¸ cet 3. Jakarta: Balai Pustaka.

Uha, Ismail Nawawi. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif dan Aplikasi Untuk Ilmu Sosial Ekonomi / Ekonomi Islam, Agama Managemen, dan Ilmu Sosial Lainnya.* Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya.

Wilis, Sofyan S. 2011. *Konseling Keluarga.* Bandung: Alfabeta.

Yusuf, Syamsu. 2005. *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*. Bandung: Rosdakarya.

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