BAB IV

BKI DENGAN TERAPI RASIONAL EMOTIF ANAK YANG TIDAK MENERIMA AYAH TIRINYA

A. Analisis Proses Konseling dalam Menangani Depresi Seorang Anak yang Tidak Menerima Ayah Tirinya

Dalam proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah dilakukan oleh konselor terhadap klien, dalam menangani seorang depresi anak yang tidak bisa menerima ayah tirinya ini mengunakan langkag-langkah yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, langkah terapi /treatment, dan evaluasi/ follow up. Analisis tersebut menggunakan analisis deskriptif kualitatif sehingga peneliti mendeskripsikan dari data-data yang terjadi di lapangan.

Tabel. 4.1

Langkah-langkah konselor dalam proses bimbingan konseling islam

NO.	Data teori	Data empiris (lapangan)
1.	Identifikasi masalah (untuk mengetahui gejala-gejala yang nampak)	Sikap yang selalu menyendiri didalam kamar, marah-marah dan mudah tersinggung.
2.	Diagnosa (menetapkan masalah berdasarkan latar belakang)	konselor menetapkan masalah klien dengan melihat gejala yang nampak pada klien bahwa klien memiliki masalah terkait dengan depresi. Disebabkan karena kurang bisanya menerima ayah baru dan berubahnya kondisi keluarga tanpa diiringi komunikasi yang efektif. Dimana terlihat dari sikap klien yang sering marah-marah, mengurung diri di dalam kamar, dan mudah tersinggung.

digilib.uinsby.ac.id 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.	Prognosa (menetapkan jenis bantuan)	Memberikan bantuan bimbingan konseling islam dengan terapi rasional emotif dengan teknik *disputing irrational belief dan rational emotive imagery* Yaitu dengan cara menentang pikiran yang irasional menjadi rasional
4.	Terapi/*treatment* dengan terapi rasional emotif dan menggunakan teknik *Disputing irrational beliefs dan Rational emotive imagery*.	Mengubah cara berfikir klien yang irasional menjadi rasional.
5.	Evaluasi/*follow up*	Menindaklanjuti perkembangan selanjutnya setelah proses konseling sekaligus evaluasi berhasil tidaknya bimbingan konseling islam yang telah dilakukan konselor.

Berdasarkan data pertama yang dilakukan konselor dalam menangani depresi seorang anak yang tidak bisa menerima ayah tirinya yaitu langkah identifikasi masalah, yang dilakukan konselor dalam menanganimasalah ini mulai melakukan dengan pendekatan kepada klien dengan artian membangun rapoort atau hubungan baik dengan klien agar bisa berkomunikasi dengan baik. Jadi tidak mefokuskan pada kasusnya terdahulu, tetapi konselor menggunakan pembicaraan yang sifatnya netral (bertanya tentang kabar) dan membuka pembicaraan terlebih dahulu (bagaimana di sekolah, nilai ujiannya berapa). Setelah itu konselor mulai menggali permasalahan. Dalam hal ini termasuk langkah awal konseling mengenal dan mendefinisikan 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

Langkah yang kedua menilai tingkah laku klien, dan konselor menetapkan masalah klien dengan melihat gejala yang nampak pada klien bahwa klien memiliki masalah terkait dengan depresi. Disebabkan karena kurang bisanya menerima ayah baru dan berubahnya kondisi keluarga tanpa diiringi komunikasi yang efektif. Dimana terlihat dari sikap klien yang sering marah-marah, mengurung diri di dalam kamar, dan mudah tersinggung.

Kemudian langkah ketiga yaitu konselor menetapkan jenis bantuan atau prognosa yaitu dengan menggunakan terapi rasional emotif dengan cara mengubah cara berfikir klien yang irasional menjadi yang rasional, sehingga dapat membentuk tingkah laku baru pada konseli serta memperkuat tingkah laku yang sudah terbentuk.

Langkah keempat atau treatment merencanakan tindakan untuk perubahan, Pertama konselor menggunakan terapi rasional emotif dimana konselor mengubah cara berfikir klien yang irasional menjadi yang rasional, dimana cara berfikir klien yang selalu menggangap ayah tirinya jahat dan merebut kasih saying dari ibunya dan selanjutnya menggunakan pendekatan teknik cognitive methods yang *disputing irrational beliefs*. Dengan cara menganjurkan klien untuk menentang pikiran yang irasional seperi klien yang beranggapan kalau klien keluar kamar atau keluar rumah mesti dimarahi kata-kata mesti itu harus diganti dengan tidak akan. Dan yang terakhir konselor menggunakan teknik emotive yang *rational emotive imagery*. 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

melatih mental klien untuk membangun pola asuh emosional yang baru klien membayangkan diri sendiri dan berperilaku dalam kehudupannya.

1. Kasus yang pertama klien sangat mudah tersinggung.

   Dalam permasalahan seperti ini, konselor melakukan beberapa tahap agar klien tidak selalu salah pengertian jika ada salah dalam tindakannya. konselor menunjukkan kepada klien bahwa dalam melakukan kesalahan tidak berkaitan dengan keyakinan logis melainkan keyakinan yang bertolak belakang dengan hati nuraninya.

2. Kasus yang kedua klien selalu menyendiri di dalam kamar

   Konselor memberi arahan kepada klien kalau tetap didalam kamar terus dia tidak akan mendapatkan teman baru dan tidak mempunyai wawasan, dan konselor juga mengubah cara berfikir klien dan menentang pikiran yang irasional menjadi rasional, kalau klien keluar pasti akan dimarahi ibunya, kakaknya. Kata-kata pasti itu dihilangkan menjadi tidak akan.

   Konslor tidak hanya berbicra kepada klien saja akan tetapi juga kepada ibu klien, bahwa klien ini sebenarnya ingin sekali diperhatikan oleh ibunya seperti halnya pada waktu ayahnya masih hidup dulu, dan ingin juga berkumpul-kumpul tapi klien ini merasa tidak berani karena takut dimarahi oleh ibunya. Dan disini konselor bekerja sama untuk meyakinkan klien bahwa semua itu tidak benar, itu hanyalah pemikirannya saja yang salah. Konselor meminta tolong kepada ibu klien agar klien diperhatikan lagi.

digilib.uinsby.ac.id 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. Kasus yang ketika klien mudah marah

konselor memberi pengertian bahwa marah itu merupakan sesuatu yang di benci Allah, sehingga boleh marah jika hanya karena Allah. kemarahan itu sering berujung pada pertikaian dan perselisihan yang dapat menjerumuskan manusia ke dalam dosa besar dan dapat pula memutuskan tali silaturrahmi.

Jadi sekarang kalau klien sedang marah-marah klien lebih memilih memperbanyak senyum, karena senyum dapat menjadi penyejuk hati yang penuh amarah, tidak hanya itu klien juga mefunsikan teliga sebagai penyaring karena dengan itu klien bisa menahan kemarahannya, dengan dia menyaring perkataan dari ibu dan kakaknya dia tidak akan lagi marah karena sesungguhnya ibu dan kakaknya sangat sayang terhadap klien, dan yang terakhir klien bertukar posisi, yang dimaksud dengan bertukar posisi klien merasa empati atau berusaha merasakan apa yang orang lain rasakan.

Itulah cara yang bisa kita lakukan untuk meredam kemarahan. Terlihat sulit tapi percayalah, jika kita berniat merubah diri kita untuk menjadi lebih baik.

Follow Up (evaluasi), proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam yang telah dilakukan konselor adalah membandingkan secara keseluruhan, apa yang telah dilakukan oleh konselor dalam membantu klien melalui layanan bimbingan konseling islam, termasuk langkah akhir konselor, dalam hal ini saran dari konselor yaitu agar bisa menyayangi ayah

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

tirinya seperti menyayangi ayah kandungnya terdahulu, karena tidak semua ayah tiri itu jahat terhadap anak tirinya.

B. Hasil Pelaksanaan Konseling dalam Menangani Depresi Seorang Anak yang Tidak Menerima Ayah Tirinya

Untuk lebih jelas tentang analisis data hasil akhir proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam yang dilakukan dari awal konselor hingga tahap akhir proses konseling, apakah ada perubahan perilaku pada diri klien antara sebelum dan sesudah dilaksanakan Bimbingan dan Konseling Islam dapat digambarkan pada table di bawah ini:

Gejala yang nampak pada diri konseli sebelum dan sesudah bimbingan konseling islam

NO.	Gejala yang Nampak	Sebelum			Sesudah		
		A	B	C	A	B	C
1.	Selalu menyendiri didalam kamar			√	√		
2.	Sering marah-marah			√		√	
3.	Mudah tersinggung			√		√	
4.	Enggan berbicara			√	√		
5.	Pesimis menghadapi masa depan			√		√	
6.	Memandang dirinya rendah			√	√		

Keterangan:
A : Tidak pernah
B : Kadang-kadang
C : Masih dilakukan

Melihat dari table diatas, keadaan klien yang semula selalu menyendiri didalam kamar, mudah marah dan mudah tersinggung, enggan berbicara,

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

pesimis menghadapi masa depan dan memandang dirinya rendah. Sudah Nampak kelihatan perubahannya.

Disamping telah terjadi perubahan pada klien juga terdapat kesesuaian harapan-harapan dalam kiteria keberhasilan Bimbingan Konseling Islam. Perubahannya tidak hanya pada sikap klien saja, akan tetapi pada pola pandang klien juga, hal ini dibuktikan diantaranya klien sudah bisa menerima ayah tirinya, sudah tidak merasa malu kepada teman-temannya kalau klien mempunyai ayah tiri dan juga sudah bisa mengurangi marah, menyendiri di dalam kamar dan mudah tersinggung.

Dari hasil analisis tersebut diatas maka diketahui bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dalam menangani seorang anak yang depresi karena tidak bisa menerima ayah tirinya di Desa Tlasih Tulangan Sidoarjo yang dilakukan oleh konselor cukup berhasil, karena sebagian besar kriteria keberhasilan bimbingan dan konseling islam dengan terapi rasional emotif terpenuhi.

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