BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada zaman sekarang perceraian bukanlah suatu hal yang rahasia, melainkan menjadi suatu hal yang biasa dalam rumah tangga, baik di kalangan artis maupun orang-orang biasa. Perceraian di zaman sekarang adalah jalan keluar ketika di dalam rumah tangga tersebut sudah tidak menemukan titik tengah dari permasalahan mereka. Dalam keadaan ini, bercerai adalah jalan terakhir yang akan dilakukan oleh para pelaku rumah tangga. Perceraian berdampak buruk terhadap anak, baik dari aspek psikis maupun fisik. Dampak dari perceraian di sini berakibat sangat fatal terhadap anak. Gejala yang muncul awalnya adalah cemas, namun ketika gejala tersebut dibiarkan tanpa ada penanganan maka akan berakibat pada depresi, frustasi, dan stres.

Kecemasan adalah pengalaman yang tidak menyenangkan, namun kecemasan juga ada baiknya untuk manusia, bila jumlahnya sedang-sedang saja. Manusia mampu melakukan tugasnya dengan baik jika dia merasa sedikit cemas. Dan juga seseorang tidak akan begitu sukses dalam mengerjakan sesuatu jika orang tersebut tidak merasa cemas sama sekali. Seseorang akan lebih senang dan bergairah apabila seseorang tersebut dalam menggapai keinginanya sampai merasa cemas. Dan juga manusia tersebut akan lebih siap menghadapi masa depan jika ia merasa cemas. Karena ketika

digilib.uinsby.ac.id 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 individu merasa cemas yang sedang-sedang saja , individu tersebut akan bersemangat dalam menjalani apa yang ada di depannya.[1]

Itulah sebabnya cemas di sini juga harus diperhatikan agar tidak berdampak menjadi stress, depresi, dan frustasi. Seperti halnya yang dialami keluarga Indah (nama samaran). Indah berumur 15 tahun, duduk di bangku kelas 2 SMP di Surabaya. ia lahir dari keluarga yang tergolong mapan. Ayah yang berprofesi menjadi TNI-AL sedangkan Ibunya berprofesi menjadi guru di sekolahan SMP Swasta. Dia adalah korban dari perceraian di keluarganya. Indah ditinggal oleh ayahnya cerai sejak dia kelas 1 SMP.

Semenjak kejadian tersebut Indah menjadi Gelisah perilaku tersebut ditandai dengan kebiasaanya setelah pulang sekolah. Dulu waktu keluarganya belum bercerai, sewaktu setelah pulang sekolah Indah sering bermain dekat tetangganya yang temanya tersebut juga teman sekolahnya. Namun semenjak kejadian tersebut dia hanya berdiam diri di kamar.[2]

Indah juga mudah marah, perilaku tersebut ditunjukkan ketika dia berada di sekolah, dia lebih mudah marah dengan teman bermainnya, padahal dia dulu adalah anak yang ramah dan suka bercanda.[3]

Perilaku aneh yang lain muncul juga dia lebih sering menghindar dan menyendiri, dia berlari dari keramaian, perilaku tersebut ditunjukkan dengan tanda-tanda setiap pulang sekolah, setelah dia di kamar kurang lebih 60

[1] Thomson Wadsworth, *Psikologi Abnormal*, USA Penerbit : Pustaka Pelajar hal : 159
[2] *Hasil observasi wawancara dengan klien di rumah tanggal 15 maret jam 13.00*
[3] *Hasil observasi wawancara dengan klien di sekolah tanggal 18 maret jam 10.00*

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

menit, dia langsung keluar dan menyendiri di tempat dekat dengan lapangan di Kelurahan Bulak Cumpat.[4]

Perubahan Indah juga ditandai dengan susah tidur atau tidur larut malam biasanya ia tidur pukul 21.00 sekarang dia sering tidur pada puku 24.00. dan juga ia mulai jarang makan.[5]

Melihat kejadian tersebut peneliti merasa terpanggil untuk meneliti, membimbing dan membangkitkan anak tersebut. Seseorang yang tergolong pada golongan remaja awal ini seharusnya mendapatkan kasih sayang yang utuh dari kedua orang tuanya. Oleh karena itu peneliti sangat terpanggil dalam membangkitkan klien dari rasa cemas yang ada pada dirinya.

Untuk mempermudah penelitian, peneliti menggunakan terapi realitas untuk memberi pembelajaran pada anak dengan upaya mengubah dan memperbaiki perilaku negatif saat ini. Atas dasar ini peneliti menyusun penelitian ini dengan judul **"Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam Menangani Kecemasan Seorang Remaja Akibat Perceraian Orang Tua di Kelurahan Bulak Cumpat Surabaya".**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka peneliti memfokuskan permasalahan yang dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan Bulak Cumpat Surabaya?

---

[4] *Hasil observasi wawancara dengan klien di lapangan tanggal 22 maret jam 15.00*
[5] *Hasil observasi wawancara dengan klien di rumah tanggal 24 maret jam 19.00*

digilib.uinsby.ac.id 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. Bagaimana hasil akhir bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan Bulak Cumpat Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini antara lain:

1. Mendiskripsikan proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan Bulak Surabaya.
2. Menjelaskan hasil akhir bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan Bulak Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap akan munculnya pemanfaatan hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi para pembacanya. Diantara manfaat penelitian ini baik secara teoritis dan praktis dapat peneliti uraikan sebagai berikut

1. Segi teoritis:
   a. Memberikan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti lain dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam tentang pengembangan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua.

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

b. Untuk memperkuat teori-teori bahwa metode ilmu bimbingan dan konseling Islam mempunyai peranan dalam menangani masalah atau persoalan seseorang.

2. Segi praktis:

a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu anak dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua dan memperbaiki perilaku yang ada pada dirinya.

b. Bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik pendekatan yang efektif dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua.

E. Definisi Konsep

Untuk menghindari kesalah pahaman terhadap judul, serta memudahkan pembaca memahaminya, maka penulis perlu menjelaskan penegasan dalam judul tersebut. Adapun judul skripsi ini adalah bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan bulak cumpat surabaya. Adapun rincian definisinya adalah:

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan konseling sebenarnya terdiri dari dua kata yang berbeda, namun keduanya tidak dapat dipisahkan karena secara definitif keduanya sama-sama mempunyai arti membantu. Tinggal bagaimana kita kaitkan pemberian bantuan ini dengan ajaran 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

Secara definitif, menurut Aunur Rahim Faqih bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.[6]

Dengan bimbingan dan konseling Islam inilah nantinya konselor berusaha mengeksplorasi semua permasalahan konseli, mengetahui bagaimana perasaan yang selama ini konseli rasakan, serta konselor juga diharapkan dapat membantu konseli dalam menyelesaikan masalahnya.

2. Terapi Realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem terapi yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapi realitas menguraikan prinsip-prinsip dan prosedur-prosedur yang dirancang untuk membantu orang-orang dalam mencapai suatu "identitas keberhasilan", dapat diterapkan pada psikoterapi, konseling, pengajaran, kerja kelompok, konseling perkawinan, pengelolaan lembaga dan perkembangan masyarakat.[7]

Tujuan terapi realitas adalah untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien agar bisa mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilakunya sekarang dan apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.[8]

---

[6] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1983), hal. 4

[7] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hal. 263

[8] Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal. 241-242

digilib.uinsby.ac.id 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 membantu klien menciptakan keberhasilan, terapis bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

1) Menggunakan humor adalah salah satu cara konselor agar klien lebih terbuka dengan masalahnya dan agar klien tidak menganggap konselor sebagai orang lain.
2) Bertindak sebagai model dan guru ialah salah satu teknik yang memposisikan konselor sebagai guru atau contoh bagi kliennya. Dalam teknik ini konselor memberikan pengertian dan arahan kepada klien seperti menyuruhnya untuk sering sholat hajat dan tahajud.

3. Pengertian Kecemasan

Kecemasan atau dalam Bahasa Inggrisnya "*anxiety*" berasal dari Bahasa Latin "angustus" yang berarti kaku, dan "ango, anci" yang berarti mencekik. Kecemasan (*anxiety*) dapat diartikan sebagai perasaan kuatir, cemas, gelisah, dan takut yang muncul secara bersamaan, yang biasanya diikuti dengan naiknya rangsangan pada tubuh, seperti: jantung berdebar-debar, keringat dingin. Kecemasan dapat timbul sebagai reaksi terhadap "bahaya" baik yang sungguh-sungguh ada maupun yang tidak (hasil dari imajinasi saja) yang seringkali disebut dengan "free-floating *anxiety*" (kecemasan yang terus mengambang tanpa diketahui penyebabnya).

Kecemasan adalah keadaan yang beroeriantasi pada masa yang akan datang, yang ditandai dengan efek negatif, dimana seseorang memfokuskan diri pada kemungkinan datangnya bahaya 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

kemalangan yang tidak dikontrol. Biasanya rasa cemas ini terjadi pada saat adanya kejadian atau peristiwa tertentu, maupun dalam menghadapi suatu hal. Bahkan kecemasan ini perlu dimiliki oleh manusia. Apabila kecemasan itu berlebihan akan berubah menjadi abnormal, ketika kecemasan yang ada dalam diri individu menjadi berlebihan atau melebihi dari kapasitas umumnya. Individu yang mengalami gangguan seperti ini bisa dikatakan mengalami gangguan kecemasan yaitu ketakutan yang berlebihan dan sifatnya tidak rasional. Seseorang dikatakan menderita *anxiety* disorder apabila kecemasan atau anxietas ini mengganggu aktivitas dalam kehidupan dari diri individu tersebut. Salah satunya terganggunya fungsi sosial dalam diri individu. Misalnya, kecemasan yang berlebihan ini menghambat diri seseorang untuk menjalin hubungan akrab antar individu maupun kelompoknya. [9]

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya perilaku, perspesi, motivasi, tindakan, dan lain sebagainya. Secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan

[9] M.Dimyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, (yogyakarta: BPFE, 1990) Hal 235

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

berbagai metode alamiah.[10] Jadi pendekatan yang penulis gunakan pada penelitian ini digunakan untuk memahami fenomena yang dihadapi oleh konseli secara menyeluruh yang di deskripsikan melalui kata-kata, bahasa, konsep, teori dan definisi secara umum.

Pada jenis penelitian ini peneliti menggunakan studi kasus (*case study*), yaitu penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan personalitas.[11] Jadi pada penelitian ini, penulis menggunakan penelitian studi kasus. Karena peneliti ingin melakukan penelitian secara rinci dan mendalam dalam kurun waktu tertentu untuk membantu konseli mengubah perilaku positif serta mampu menjadi pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab.

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini terdapat tiga subyek yang menjadi sasaran oleh peneliti, antara lain:

a. Konseli

Konseli adalah seorang anak perempuan yang mengalami kecemasan akibat perceraian orang tua, yaitu seorang remaja yang dulunya anak yang ramah, suka bercanda, senang bergaul dengan teman sebayanya kini, dia sering gelisah, mudah marah, suka menyendiri, menghindar dari keramaian, sering merasa khawatir.

[10] Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 9

[11] Moh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1998), hal. 63

digilib.uinsby.ac.id 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. Konselor

Konselor adalah saya Riyo Perdana seorang mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

c. Informan

Informan dalam penelitian ini adalah orang tua, guru wali kelas dan teman akrab konseli.

Lokasi penelitian ini bertempat di Kelurahan Bulak Cumpat Surabaya.

3. Jenis dan Sumber Data

a. Jenis data

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang bersifat non statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk kata verbal (diskripsi) bukan dalam bentuk angka. Adapun jenis data dalam penelitian ini adalah:

1) Data primer yaitu data yang langsung diambil dari sumber pertama di lapangan. Dalam data primer ini dapat diperoleh keterangan kegiatan keseharian, tingkah laku, latar belakang dan masalah konseli, pandangan konseli tentang keadaan yang telah dialami, dampak dengan adanya masalah yang dialami konseli, proses serta hasil dengan adanya bimbingan dan konseling 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

2) Data sekunder yaitu data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer. Di peroleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan konseli, riwayat pendidikan konseli, dan perilaku keseharian konseli.[12]

b. Sumber data

Yang dimaksud sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh.

1) Sumber Data Primer yaitu sumber data yang langsung diperoleh penulis di lapangan yaitu informasi dari klien.
2) Sumber Data Sekunder yaitu sumber data yang diperoleh dari orang lain sebagai pendukung guna melengkapi data yang penulis peroleh dari data primer.[13] Sumber ini bisa diperoleh dari keluarga klien, guru wali kelas klien dan teman klien. Dalam penelitian ini data diambil dari orangtua klien (Rini Indarwati), teman klien (Afi) dan guru wali kelas klien (Nur Fitria).

4. Tahap-tahap Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tiga tahapan dalam penelitian, sebagaimana yang ditulis oleh Lexy J. Moleong dalam bukunya "Metode Penelitian Kualitatuf". Tiga tahapan tersebut antara lain:

---

[12] Burhan Bungin, *metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif dan Kualitatif (*Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), hal. 128

[13] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), hal. 129.

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

1) Tahap Pra Lapangan

Tahapan ini digunakan untuk menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian , mengurus perizinan, menjajaki dan menilai keadaan lapangan, memilih dan memanfaatkan informasi, menyiapkan perlengkapan dan persoalan lapangan, semua itu digunakan peneliti untuk memperoleh deskripsi secara global tentang obyek penelitian, yang akhirnya menghasilkan rencana penelitian bagi peneliti selanjutnya.

2) Tahap Persiapan Lapangan

Pada tahap ini peneliti memahami penelitian, persiapan diri memasuki lapangan dan perperan serta sambil mengumpulkan data yang ada di lapangan. Di sini peneliti menindaklanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang diteliti dengan cara mengumpulkan data-data hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan.

3) Tahap Pekerjaan Lapangan

Dalam tahap ini, peneliti menganalisa data yang telah didapatkan dari lapangan, yakni dengan menggambarkan dan menguraikan masalah yang ada sesuai kenyataan.[14]

5. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

[14] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005) hal. 127-148.

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

a. Observasi (pengamatan)

Observasi adalah adanya perilaku yang tampak dan adanya tujuan yang ingin dicapai. Perilaku yang tampak dapat berupa perilaku yang dapat dilihat langsung oleh mata, dapat didengar, dapat dihitung, dan dapat diukur. Karena mensyaratkan perilaku yang tampak, potensi perilaku seperti sikap dan minat yang masih dalam bentuk kognisi, afeksi, atau intensi atau kecenderungan tertentu. Pengamatan yang tanpa tujuan bukan merupakan observasi. Pada dasarnya, tujuan dari observasi adalah untuk mendiskripsikan lingkungan (site) yang diamati, aktifitas-aktifitas yang berlangsung, individu-individu yang terlibat dalam lingkungan tersebut beserta aktifitas dan perilaku yang dimunculkan, serta makna kejadian berdasarkan perspektif individu yang terlibat tersebut.[15]

b. Wawancara

Wawancara adalah percakapan yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut.[16]

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah salah satu metode pengumpulan data kualitatif dengan melihat atau menganalisis dokumen-dokumen

---

[15] Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika 2011), hal. 131-132

[16] Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 186

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

yang dibuat oleh subjek sendiri atau orang lain tentang subjek. Metode dokumentasi merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan peneliti untuk mendapatkan gambaran dari sudut pandang subjek melalui suatu media tertulis dan dokumen lainnya yang tertulis atau dibuat langsung oleh subyek yang bersangkutan.[17]

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbetuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (life histories), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar, patung, film dan lain-lain. Metode dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.[18]

6. Teknik Analisis Data

Data hasil penelitian yang telah dikumpulkan sepenuhnya dianalisis secara kualitatif. Analisis data dilakukan setiap saat pengumpulan data di lapangan secara berkesinambungan. Diawali dengan proses klarifikasi data agar tercapai konsistensi, dilanjutkan dengan langkah abstraksi-abstraksi teoritis terhadap informasi lapangan, dengan mempertimbngkan menghasilkan pernyataan-pernyataan yang sangat memungkinkan dianggap mendasar dan universal. Gambaran dan

---

[17] Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika 2011), hal. 143

[18] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 240

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

informasi tentang peristiwa atas obyek yang dikaji tetap mempertimbangkan derajat koherensi internal, masuk akal, dan berhubungan dengan peristiwa factual dan realistic. Dengan cara melakukan komparasi hasil temuan hasil dan pendalaman makna, maka diperoleh suatu analisis data yang terus menerus secara simultan sepanjang proses penelitian.[19]

Analisis data kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, mensistensiskannya, mencari dan menemukannya pola, dan menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.[20]

Teknik analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data yang telah diperoleh. Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu, analisis data yang digunakan adalah deskriptif-komparatif yaitu setelah terkumpul dan diolah maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data tersebut. analisa yang dilakukan untuk mengetahui tentang proses yaitu dengan membandingkan proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas secara teoritik dan bimbingan konseling Islam dengan terapi relitas di lapangan.

---

[19] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kualitatif,* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2001), hal. 106

[20] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya,2009), hal. 248.

digilib.uinsby.ac.id 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 Keabsahan Data

Agar data ini benar-benar bisa dipertanggung jawabkan maka dalam penelitian kualitatif dibutuhkan teknik pengecekan keabsahan data, sehingga memperoleh tingkat keabsahan data. Teknik untuk memeriksa keabsahan data antara lain:

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data. Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu yang singkat, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan pada latar penelitian. Peneliti dengan perpanjangan keikutsertaannya akan banyak mempelajari kebudayaan dapat menguji ketidakbenaran informasi yang diperkenalkan oleh distorsi, baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari responden, dan membangun kepercayaan subyek. Dengan demikian, penting sekali arti perpanjangan keikutsertaan peneliti guna berorientasi dengan situasi, juga guna memastikan apakah konteks itu dipahami dan dihayati.[21]

b. Meningkatkan Ketekunan

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

[21] Lexy J. Moeloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 327-328

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

ketekutan adalah dengan cara membaca berbagai referensi buku maupun hasil penelitian atau dokumentasi-dokumentasi yang terkait dengan temuan yang diteliti.

c. Trianggulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi dibedakan menjadi empat macam, yakni:

1) Trianggulasi data (*data trianggulation)* atau trianggulasi sumber adalah penelitian dengan menggunakan berbagai sumber data yang berbeda untuk mengumpulkan data yang sejenis.
2) Trianggulasi peneliti (*investigator trianggulation)* adalah hasil peneliti baik data maupun simpulan menngenai bagian tertentu atau keseluruhannya bisa diuji validitasnya dari beberapa peneliti.
3) Trianggulasi metodologis (*methodological trianggulation)* jenis trianggulasi bisa dilakukan oleh seorang peneliti dengan mengumpulkan data sejenis tetapi dengan menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda.
4) Trianggulasi teoritis (*theoretical trianggulation)* trianggulasi ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan prespektif lebih dari satu teori dalam membahas permasalahan yang dikaji.

digilib.uinsby.ac.id 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 trianggulasi data atau sumber, peneliti menggunakan beberapa sumber untuk mengumpulakan data dengan permasalahan yang sama. Artinya bahwa data yang ada dilapangan diambil dari beberapa sumber penelitian yang berbeda-beda dan dapat dilakukan dengan:

1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
2) Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.
3) Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.
4) Membandingkan keadaan dan prespektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang seperti rakyat biasa, orang berpendidikan dan orang berada.
5) Membandingkan hasil awal wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

Penelitian menggunakan teknik wawancara, pada saat yang lain menggunakan teknik observasi dan dokumentasi, penerapan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda ini sedapat mungkin untuk menutupi kelemahan atau kekurangan sehingga data yang diperoleh benar-benar akurat.[22]

[22] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 269.

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

G. Sistematika Pembahasan

Agar penulisan skripsi ini dapat dipahami secara utuh dan berkesinambungan, maka perlu adanya penyusunan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut:

Bab pertama merupakan pendahuluan, pada bab ini terdiri dari: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penilitan yang terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis. Kemudian definisi konsep yang membahas definisi bimbingan dan konseling Islam. Selanjutnya metode penelitian yang didalamnya membahas tentang pendekatan dan jenis penelitian, sasaran dan lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik pemeriksaan keabsahan data dan yang terakhir dalam pembahasan bab I adalah sistematika pembahasan.

Bab kedua terdiri dari landasan teori dalam penelitian dan penulisan skripsi. Pada bab ini berisi pembahasan yang berkaitan dengan bimbingan konseling Islam, terapi realitas, Tujuan terapi realitas, ciri-ciri terapi realitas, tehnik-tehnik terapi realitas, kemudian juga dibahas tentang pengertian Kecemasan, sebab-sebab terjadinya kecemasan, gejala dan ciri-ciri kecemasan, macam-macam kecemasan, dan cara-cara mengatasi kecemasan. Dan juga peneliti meneliti penelitian terdahulu yang relevan.

Bab ketiga ini berisi pembahasan tentang deskripsi umum objek penelitian yang berisi deskripsi lokasi penelitian, deskripsi obyek penelitian yang meliputi: deskripsi konselor, deskripsi klien dan deskripsi 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

Selanjutnya pembahasan tentang deskripsi hasil penelitian yang berisi: ciri kecemasan pada anak, proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan, serta deskripsi hasil proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan.

Bab keempat ini berisi laporan hasil penelitian yang berupa analisis proses pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam yang meliputi identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, dan follow up. Serta laporan analisis hasil akhir dalam proses konseling dan Islam dengan terapi realitas dalam menangani anxiety seorang remaja akibat perceraian orang tua.

Bab kelima merupakan penutup, pada bab ini berisi tentang kesimpulan dan saran.

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