BAB III

BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS DALAM MENANGANI KECEMASAN SEORANG REMAJA AKIBAT PERCERAIAN ORANG TUA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Deskripsi lokasi penelitian

   a. Letak geografis

Dalam bab ini peneliti menyajikan gambaran dari lokasi yang dijadikan objek penelitian, karena menurut peneliti hal ini diperlukan dalam mencari data-data umum, yang mana data-data tersebut diperoleh dari adanya deskripsi lokasi penelitian. Di samping itu juga terdapat korelasi antara lokasi geografis dengan masalah individu yang dimiliki.

Oleh karena itu peneliti menulis dengan jelas letak geografis wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya. Disamping sangat membantu dalam oleh penelitian juga sangat membantu peneliti dalam memahami masalah yang dihadapi klien.

Adanya gambaran lokasi geografis juga dapat membantu dan menggambarkan bagaimana kondisi lingkungan disekitar klien yang termasuk didalamnya adalah kehidupan keagamaan, hubungan masyarakat sosial disekitar klien tinggal, Kondisi ekonomi tempat tinggal klien dan kondisi lingkungan tempat tinggal klien sehingga peneliti mengetahui secara langsung bagaimana lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat yang berhubungan dengan adanya masalah yang dihadapi klien.

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

Adapun lokasi yang dijadikan sebagai tempat penelitian skripsi adalah wilayah Kelurahan Bulak yang tepatnya di jalan Bulak Cumpat RT. 02 Rw. 02. Wilayah tersebut merupakan salah satu dusun yang ada di Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Kota Surabaya Provinsi Jawa Timur.

Secara geografis wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya dekat dengan laut Kenjeran, hanya berbatasan dengan wilayah Kelurahan lainnya, yaitu:

Tabel 1.1
Batas Wilayah Kelurahan Bulak Surabaya

No	Batas	Kelurahan
1	Sebelah Barat	Kelurahan Tanah Kali Kedinding
2	Sebelah Timur	Kelurahan Kenjeran
3	Sebelah Utara	Kelurahan Setro
4	Sebelah Selatan	Kelurahan Tambak Sari

Kelurahan Bulak Surabaya adalah salah satu Kelurahan yang berada dalam wilayah kota Surabaya yang terdiri dari 7 RW (Rukun Warga), dan 54 RT (Rukun Tetangga), dengan luas ± 176,131 Ha.

Jumlah penduduk di Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya sebanyak 18.589 Kemudian, lebih lanjutnya Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya akan dipaparkan dalam bentuk tabel berikut ini.[50]

[50]Arsip kelurahan Bulak yang diambil pada tanggal 5 Mei 2015

digilib.uinsby.ac.id 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 1.2
Jumlah Penduduk Kelurahan Bulak Surabaya

No	Jenis kelamin	Jumlah penduduk
1	Laki-laki	9277
2	Perempuan	9299
Jumlah		**18576**

b. Kondisi Sosial dan Keagamaan

Kondisi sosial keagamaan di wilayah Bulak Cumpat Kelurahan bulak kecamatan bulak. Masyarakat di wilayah Bulak Cumpat dalam hal kegiatan yang bersifat religi cukup baik. Tiap kampung mempunyai khas yang berbeda-beda. Kalau dikampung yang peneliti teliti, mempunyai keunggulan yakni komunitas ibu-ibu jama'ah rebana yang aktif bahkan untuk pemuda kalah mengenai totalitas dalam hal tersebut. Komunitas ini setiap 1 bulan sekali selalu mengadakan pengajian dirumah para warga.

Komunitas yang demikian ini juga ada di kampung sebelah seperti kampung Bulak Cumpat barat. Di daerah tersebut remaja Masjidnya para pemuda, lain halnya dengan kampung yang diadakan penelitian, remaja Masjidnya belum ada dikarenakan pemudanya tidak begitu tertarik dengan model berorganisasi.

Rasa persaudaraan antar manusia pun di desa tersebut sangat tinggi, terbukti ketika tetangga mempunyai hajatan/acara para tetangga tanpa diberi tahu mereka akan datang untuk membantu mempersiapkan acara seperti: membantu di bagian dapurnya, membantu penataan ruangannya dan lain-lain.

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

Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak merupakan desa yang letaknya dekat dengan laut, dan juga banyak pabrik-pabrik berdiri di sekelilingnya misalnya: pabrik plastik, pabrik viber, pabrik roti dan lain-lain. Mayoritas penduduknya bermata pecaharian sebagai nelayan dan buruh pabrik, sedangkan yang berprofesi menjadi pegawai sangatlah jarang, akan tetapi setiap keluarga suami istri masing-masing saling bekerja. Fenomena tersebut mengakibatkan tingkat keharmonisan keluarga semakin berkurang yang menyebabkan perceraian keluarga.[51]

c. Kondisi Ekonomi

Kondisi perekonomian di wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya ditentukan oleh bakat dan minat masing-masing individu. Masyarakat yang tinggal di sekitar pabrik rata-rata mereka berprofesi menjadi buruh.

Ada pula penduduk yang bermukim di dekat laut kenjeran mereka rata-rata berprofesi menjadi nelayan. Ada pula di daerah tersebut juga menjadi supliyer ikan laut di beberapa Restaurant di Surabaya.

Tidak hanya itu di wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya ada yang berwiraswasta, ada juga yang menjadi PNS (Pegawai Negeri Sipil), ada pula yang berprofesi sebagai dokter dan lain-lain.

[51] *Hasil wawancara di Kelurahan Bulak pada tanggal 06 Mei 2015*

digilib.uinsby.ac.id 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

Dalam penelitian ini sangat perlu adanya konselor untuk membantu melengkapi data-data klien. Konselor dalam hal ini adalah seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Jurusan BKI (Bimbingan dan Konseling Islam Islam).

Konselor adalah seorang yang berusaha untuk bermakna bagi klien, konselor menerima apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu klien mengatasi masalahnya disaat yang amat kritis sekalipun dalam upaya menyelamatkan klien dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka pendek dan utamanya untuk jangka panjang dalam kehidupan yang terus berubah.

Adapun biodata konselor adalah sebagai berikut:

a. Identitas

Nama	: Riyo Perdana
Tempat, tanggal lahir	: Surabaya, 29 Oktober 1991
Alamat	: Bulak Cumpat gg 3/5
Jenis kelamin	: laki-laki
Agama	: Islam
Status	: Belum Menikah
Pendidikan	:Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Semester VIII

b. Riwayat Pendidikan

TK	: Al-Faroh-Surabaya

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

SD : SD Tri Guna Bhakti-Surabaya

MTS : Mts Roudlotun Nasyiin-Mojokerto

MA : MA Roudlotun Nasyiin-Mojokerto

Mengenai pengalaman konselor, konselor pernah menempuh mata kuliah bimbingan dan konseling, teori konseling, konseling perkawinan, konseling anak dan remaja, konseling dewasa manula, appraisal konseling, konseling lintas budaya, konseling dan psikoterapi dan lain-lain. Pernah melakukan PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) selama dua bulan di SMP Tri Guna Bhakti Surabaya, KKN (Kuliah Kerja Nyata) selama satu bulan penuh di desa Trate Kecamatan Sugih waras Kabupaten Bojonegoro. Dan juga pernah melakukan tugas pratikum proses konseling di kampus. Untuk itu dapat dijadikan pedoman dalam penelitian skripsi ini supaya keahlian konselor dapat berkembang sesuai dengan profesi konselor.

3. Dekripsi Klien

Klien adalah orang yang memerlukan bantuan atau pertolongan dalam rangka memecahkan masalah yang dihadapinya. Tidak hanya itu saja, klien masih perlu juga suatu peningkatan motivasi diri agar dia lebih aktif dan tetap semangat dalam menjalani kehidupannya yang sekarang. Adapun identitas klien adalah sebagai berikut :

Nama : Indah (Samaran)

Tempat, tanggal lahir : Surabaya, 08 September 2000

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

Jenis Kelamin	: Perempuan
Umur	: 15
Urutan anak	: 3 dari 3 Bersaudara
Anak tinggal dengan	: Orang tua (Ibu kandung)
Agama	: Islam
Alamat	: Kelurahan Bulak-Surabaya
Pendidikan	: SMP Taruna Jaya

Tentang keadaan keluarga klien adalah sebagai berikut :

a. Latar belakang keluarga

Klien adalah anak yang dibesarkan di sebuah daerah yang berada di Surabaya. Di lingkungan tempat tinggalnya Indah dikenal sebagai seorang anak yang berprestasi, humoris, penakut masalah horor, baik hati dan penyayang terhadap temanya. Sejak kecil ia dibesarkan dari keluarga yang kaya dan harmonis. Indah mempunyai seorang Ibu yang berprofesi sebagai seorang guru SD di Surabaya. Indah adalah anak ketiga dari tiga bersaudara. Saudaranya yang pertama adalah sosok laki-laki yang humoris, penyanyang, baik hati dan belum berkeluarga. Saudaranya yang kedua juga seorang laki-laki yang sedikit mimiliki sifat berbeda dengan kakak yang pertama, dia adalah sosok yang keras kepala, namun baik hati.

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

Ibunya adalah sosok yang penyayang namun keras kepala. Hubungan indah dengan ibunya terbilang sangat dekat, sehingga tidak pernah sekalipun ada permasalahan diantara mereka.

Indah juga mempunyai seorang ayah yang berprofesi sebagai seorang tentara, sosok ayahnya dikenal sebagai orang yang sangat keras kepala namun masih memiliki sisi lembut sebagai orang tua. Dengan sifat ayahnya yang keras kepala membuat indah tidak begitu dekat dengan ayahnya. Namun dia tetap menjaga hubungan baik dengan ayahnya.

Sejak kecil dia dididik dengan pola asuh militer karena ayahnya yang kebetulan seorang tentara. Indah juga seorang anak yang sering menerima perlakuan keras dari kedua orang tuanya. Kedua orang tuanya sering bersikap keras, meskipun dia tidak melakukan kesalahan apapun. Namun Indah tetap saja bersikap seperti biasa saja.

Saat dia duduk di bangku kelas 1 SMP, hubungan kedua orang tuanya mulai retak sejak adanya pihak ketiga yang mengubah keharmonisan keluarga Indah. Ayahnya diketahui memiliki hubungan khusus dengan rekan kerjanya, dan membuat ibunya sangat kecewa. Indah mengetahui hal tersebut dari ibunya, dan membuat dia selalu gelisah sehingga menimbulkan perasaan cemas dan rasa takut kehilangan sosok ayah dari hidupnya. Terlebih dia harus selalu mendengar kedua orang tuanya bertengkar setiap hari.

digilib.uinsby.ac.id 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 keadaan tersebut membuat dia menjadi anak yang pendiam dan selalu memendam rasa kecewanya yang menimbulkan kecemasan yang pada dirinya.

b. Latar Belakang Ekonomi Keluarga

Sejak kecil keluarga Indah dikenal sebagai keluarga yang mempunyai ekonomi menengah ke atas. Keluarganya tidak pernah merasa kekurangan secara finansial. Terlebih ayahnya bekerja sebagai seorang tentara di sebuah daerah di kota Surabaya dengan penghasilan ± Rp. 5.000.000 per bulannya. Dan ibunya juga mempunyai penghasilan yang cukup sebagai seorang guru SD di sebuah sekolahan di daerah tempat tinggal mereka. Tak heran jika Indah tidak pernah merasa kekurangan sedikitpun untuk masalah finansialnya.

c. Latar belakang keagamaan

Indah dan keluarganya dikenal sebagai keluarga muslim di lingkungan tempat tinggal mereka. Indah saudaranya dikenal sebagai anak-anak yang cukup rajin dalam hal beribadah. Ayahnya adalah seorang yang beragama islam namun lebih cenderung ke adat istiadat islam yang sering disebut dengan islam kejawen. Sedangkan Ibunya adalah seorang yang agamis. Sehingga kedua orang tuanya terkadang sering berdebat tentang permasalahan agama yang menyebabkan pertengkaran-pertengkara kecil dirumah.

digilib.uinsby.ac.id 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. Latar belakang Sosial

Dilingkungan tempat tinggalnya, Indah dikenal sebagai anak yang sangat ramah dan sopan santun. Ia sering kali menghabiskan waktu luangnya dengan teman-teman sebayanya, Dia adalah sosok anak perempuan yang dikenal mudah bergaul dan baik hati terhadap teman-temannya. Hanya saja ia sering kali murung semenjak terjadi permasalahan dikeluarganya. Ia sering merasa gelisah ketika sedang bermain dengan teman-teman sebayanya.

4. Deskripsi Masalah

Dalam kehidupan ini seseorang pasti bertemu dengan permasalahan atau problem yang semua itu merupakan ujian dan cobaan dari Allah SWT. Kehidupan di dunia ini dapat dikatakan sebagai kompetisi. Meskipun demikian, manusia tetap mempunyai problem yang satu dengan yang lainnya memang berbeda, artinya ia harus bisa menerima tantangan dan salah satu tantangan tersebut adalah masalah yang kita hadapi, memang kadang-kadang suatu masalah dapat kita selesaikan dalam waktu pendek dan ada pula yang membutuhkan waktu jangka panjang dan membutuhkan orang lain untuk membantu menyelesaikannya, tetapi ada kalanya orang mendapatkan masalah bertubi-tubi sehingga tidak mampu untuk menghadapinya sehingga mereka membutuhkan seseorang untuk terus bisa meningkatkan motivasi dirinya dalam mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

digilib.uinsby.ac.id 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 penelitian yang saya lakukan di lapangan bahwasanya klien ini mempunyai masalah yang perlu mendapatkan penanganan yaitu klien merasa terpukul atas kejadian perceraian yang menimpa keluarganya, sehingga klien mengalami kecemasan atau anxiety.

Masalah Indah (klien) berawal ketika perceraian yang menimpa keluarganya. Klien disini merasa terpukul atas kejadian tersebut, setelah kejadian tersebut klien menunjukkan perilaku aneh yang tidak biasanya klien lakukan, seperti senang menyendiri di taman sepulang sekolah, gelisah dengan muka murung ketika berada di dalam rumah kemudian, mudah marah atau sensitif, tidur larut malam, jarang makan dan dia kurang bersemangat.

Awalnya orang tua klien menganggap ini hal yang wajar, orang tua klien berfikir ini hanya sementara. Namun ternyata diluar dugaan. Perilaku yang tidak biasa tersebut dilakukan klien sampai sekarang[52]. Indah mengalami kecemasan tingkat sedang yang apabila di biarkan akan menyebabkan terjadinya frustasi, depresi dan lain-lain.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam Menangani Kecemasan Seorang Remaja Akibat Perceraian Orang Tua.

Sebelum melakukan proses konseling yang dilakukan konselor adalah mendekati klien untuk mencapai hubungan yang akrab, yaitu

[52] *Wawancara dengan ibu klien tgl 10 april 2015 di kediaman klien*

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

melalui adik saya yang kebetulan dia teman sekelas dengan klien. Cara yang dilakukan konselor adalah pergi ke tempat dimana klien sering menyendiri.

Pendekatan yang dilakukan konselor bertujuan agar pada saat proses konseling, klien merasa nyaman dengan keberadaan konselor. Pendekatan yang dilakukan konselor adalah menjadi model atau guru. Konselor disini seperti seorang teman yang memposisikan dirinya sebagai guru.

Setelah melakukan pendekatan dan mengetahui identitas klien proses dari pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam (BKI) yang dilakukan oleh konselor adalah pemberian motivasi dan treatmen tentang kehidupan dan juga langkah langkah apa yang harus dilakukan agar klien bisa keluar dari permasalahanya. Langkah-langkah dalam melakukan konseling yang peneliti lakukan :

a. Identifikasi Masalah

Berdasarkan informasi yang didapat konselor dari Ibu klien bahwa Indah adalah anak yang paling giat dalam aktifitas dirumahnya daripada kakaknya. Dia anak perempuan sendiri di dalam keluarganya. Indah adalah anak yang ramah, humoris dan sering bermain dengan teman-temanya dirumah. Ia juga sangat akrab dengan ibunya bahkan dia juga membantu ibunya menyelesaikan pekerjaan rumahnya.

digilib.uinsby.ac.id 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 akhir-akhir ini setelah kejadian perceraian yang menimpa keluarganya. Klien mulai menampakkan perilaku aneh. Dia sering menyendiri, sepulang dari sekolah pun dia langsung keluar dan pulang ketika maghrib menjelang. Dan ketika ditanya mau kemana dia hanya bilang keluar.

Adapun data yang konselor peroleh dari Guru wali kelas klien yaitu klien adalah anak yang berprestasi, ia anak yang baik dan mudah akrab dengan temanya, dan setiap jam istirahat Indah selalu bermain dengan temanya. Namun akhir-akhir ini perilaku Indah berubah. Perubahan pada diri indah disebabkan perceraian yang menimpa keluarganya, perubahan yang muncul yaitu prestasinya indah yang menurun drastis, ia juga sering bertengkar dengan teman sekelasnya kemudian dia sering menyendiri ketika jam istirahat berlangsung. Guru Wali kelasnya pun pernah memanggil ibu klien dengan tujuan menanyakan ada apa dengan klien yang akhir-akhir ini perilakunya berbeda tidak seperti perilakunya yang dulu.[53]

Konselor pun menggali masalah ke teman akrab klien. Sahabat klien mengatakan bahwa dulu klien adalah anak yang sangat humoris, berprestasi dan tidak sombong walaupun dia termasuk anak golongan menegah ke atas. Dia tidak pernah pilih kasih terhadap temanya, bahkan dia tergolong anak yang sabar hampir dia tidak pernah bertengkar terhadap temanya.

[53] *Hasil wawancara dengan ibu wali kelas klien di sekolah tanggal 15 April 2015*

digilib.uinsby.ac.id 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 sekarang perilaku klien berbeda semenjak perceraian yang melanda keluarga tersebut, klien berubah sangat drastis. Klien sering menyendiri, dan bahkan sahabatnya tersebut sering melihat klien di sebuah tempat di surabaya. Klien sendirian tanpa ditemani siapapun. ketika ditanya kenapa dia pun hanya menjawab dia baik-baik saja.[54]

Data yang konselor dapat berdasarkan wawancara dengan klien adalah klien semenjak perceraian yang menimpa keluarganya ia malas berada di rumah, ia senang menyendiri, klien malas melakukan aktifitas, di sekolahnya pun ia kurang tertarik bermain dengan teman-temanya. Klien lebih mudah emosi dengan temanya ketika diajak bercanda. Klien juga merasa kesepian dirumah dan kurang bersemangat dalam menjalani kehidupannya.[55]

Itulah semua ringkasan hasil observasi terhadap orang-orang yang membantu dalam menggali permasalahan yang dialami oleh klien. Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan konselor dengan konseli dan para informan diantaranya ibu klien, guru wali kelas klien, dan sahabat klien. Konselor mendapatkan beberapa gejala Anxiety atau kecemasan yang masuk dalam kategori kecemasan. Adapun gejala yang nampak yaitu sebagai berikut:

1) Mudah marah atau sensitif dalam hal ini klien yang dahulunya tidak bertengkar dengan temanya, sekarang disekolahnya klien

[54] *Hasil wawancara dengan teman akrab klien tanggal 17 april 2015 dikediamanya*
[55] *Hasil wawancara dengan klien tanggal 22 april 2015 di taman daerah Surabaya*

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

sering bertengkar. Berawal dari emosi yang mengakibatkan klien bertengkar.

2) Senang menyendiri ditaman ketika pulang dari sekolah.
3) Rasa gelisah yang ditandai dengan bermuka murung ketika berada di rumah.
4) Tidur terganggu yang ditandai klien tidurnya terlalu malam. Yang biasanya jam setengah 9 menjadi jam 11 malam.
5) Hilangnya nafsu makan yang ditandai dengan biasanya klien makan 4 kali sehari, sekarang berubah menjadi 2 kali sehari dan bahkan 1 kali dalam sehari.
6) Kurang semangat dalam menjalani kehidupanya, ditandai dengan Indah sering menyendiri ketika jam istirahat disekolah. Dan tidak mau bermain dengan teman-temanya.

b. Diagnosis

Setelah melaksanakan identifikasi masalah, konselor melaksanakan diagnosa berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan. Diagnosa ini dilakukan dengan tujuan untuk menetapkan masalah klien berdasarkan sumber- sumber yang dapat dipercaya yaitu informasi yang diberikan oleh ibu klien, guru wali kelas klien dan teman klien.

Berdasarkan data dari hasil identifikasi masalah, konselor menetapkan masalah utama yang di hadapi klien adalah Anxiety atau kecemasan. Faktor penyebab kecemasan tersebut adalah

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

perceraian kedua orang tuanya yang menyebabkan klien mengalami gejala-gejala kecemasan.

c. Prognosis

Dari hasil diagnosa atau penetapan masalah yang dilakukan konselor terhadap permasalahan klien, kemudian konselor melakukan prognosa yaitu langkah konseling yang dilakukan untuk menetapkan dengan jenis bantuan apa yang sesuai untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis bantuan apa yang sesuai dengan permasalahan klien agar proses konseling dapat membantu menyelesaikan masalah klien secara maksimal.

Setelah mengetahui penyebab masalah yang dihadapi klien. Disini konselor menetapkan memberikan terapi realitas. Terapi yang memfokuskan pada tingkah laku sekarang.

Adapun teknik yang dilakukan dalam permasalahan ini yaitu menggunakan humor dan model guru. Yang dimaksud dengan menggunakan humor konselor di sini dalam menggali permasalahan agar klien terbuka dan lebih akrab. Dan juga menjadi model guru disini konselor memposisikan dirinya seperti seorang guru, konselor adalah contoh bagi kliennya.

d. Treatment/Terapi

Langkah ini merupakan pelaksanaan pemberian bantuan kepada klien berdasarkan prognosis. Adapun usaha yang 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

konselor kepada klien berdasarkan terapi realitas adalah cara yang membantu klien menghadapi kenyataan-kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain.[56]

Akibat dari perceraian yang menimpa keluarga Indah membuat perilaku indah berubah dan ada beberapa perilaku yang juga merugikan orang lain. Dalam kejadian ini konselor memakai 2 teknik yang diantaranya:

1) Pertama tehnik humor ini dilakukan agar mempermudah konselor dalam menggali permasalahan dan akrab dengan klien. Saat wawancara yang konselor lakukan ditaman daerah surabaya, konselor menggunakan humor agar klien lebih mengenal dan lebih enjoy bercerita dengan konselor. Terbukti ketika konselor mulai bercanda klien tertawa dan berkata "kakak ingat umur kayak anak muda saja bilang kepo".

   Klien yang awal kedatangan konselor begitu gelisah setelah konselor bercanda dengan klien akhirnya wajah klien sangat bersahabat, seakan-akan kita sudah mengenal lama. Setelah itu konselor meneruskan percakapan dengan klien untuk mengetahui mengapa klien mengalami perubahan sikap yang dirasa merugikan orang lain.[57]

---

[56] Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT. Refika Aditama,2009), hal. 263-265.

[57] *Pemberian treatment kepada klien pada tanggal 23 april 2015*

digilib.uinsby.ac.id 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) Kedua konselor menggunakan teknik model guru yaitu memposisikan konselor sebagai guru atau contoh kliennya. Konselor memberikan penuturan layaknya seorang guru. Dalam hal ini konselor menggali semua yang di rasakan klien, konselor memahami klien. Dari percakapan tatap muka antara konselor dengan klien ditaman daerah Surabaya. Konselor mengerti bahwasanya klien disini merasa terpukul atas kejadian yang menimpa keluargnya, sehingga klien mengalami perubahan sikap yang juga di rasa merugikan orang-orang terdekatnya. Dalam hal ini konselor memberikan kekuatan agar indah tidak boleh patah semangat, walaupun keluarganya telah bercerai, klien harus tetap semangat, konselor memberikan pengertian bahwasanya masalah yang menimpa klien jadikan semua itu pengalaman ketika klien berumah tangga. Konselor memberikan pengertian pada klien bahwasanya klien harus kembali seperti indah yang dikenal semua orang, indah yang pintar, ramah, sabar, dan senang bermain dengan teman-temanya, saling menyayangi teman-temanya. Konselor memberikan penguatan kepada klien bahwasanya Indah anak yang sangat istimewa mempunyai banyak teman yang menyayangi, indah sekarang lebih berpengalaman dalam hal keluarga. Indah harus melihat kedepan jangan melihat kebelakang. Konselor juga memberikan pengarahan bahwa Indah juga harus berjanji pada diri indah

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

bahwasanya indah kelak ketika berumah tangga harus menjaga keharmonisan dalam rumah tangganya. Kejadian yang indah alami cukup dibuat pelajaran dan bekal kelak ketika berumah tangga. Bukan semata-semata disesali kejadian tersebut, karena setiap kejadian Allah memberikan hikmah dalam kejadian tersebut.[58]

Dalam tatap muka konselor memberikan saran sebaiknya saat ini klien harus fokus pada belajarnya, klien harus bisa membahagiakan kedua orang tuanya. Klien harus tetap menjadi orang yang bisa meraih segalanya atas izin Allah. Dan juga klien harus menekuni bakat di bidangnya dan soal perasaan gelisah yang dirasakan klien, konselor menyarankan agar memperbanyak ibadahnya dan sholat malam. Kemuadian konselor juga memeberikan saran agar Indah selalu berdzikir sesudah shalat, dan juga konselor menyuruh konseli agar selalu membaca surat Al- Insyirah sebanyak 11 kali. Kemudian konselor memberikan pengetian bahwa jadilah orang yang taat beragama insyaallah hati mu akan tentram dan damai.[59]

e. Evaluasi dan Follow Up

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang telah dilakukan dalam langkah ini. Untuk mengetahui perkembangan selanjutnya membutuhkan

[58] *Pemberian treatment kepada klien pada tanggal 24 april 2015*
[59] *Pemberian treatment kepada klien pada tanggal 24 april 2015*

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

waktu yang lebih lama sehingga dapat dievaluasikan apakah efektif atau tidaknya penerapan bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas dalam mengatasi kecemasan pada remaja akibat perceraian orang tua di kelurahan Bulak Surabaya.

Setelah konselor melakukan proses terapi dalam membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh klien, konselor melakukan pengamatan dan memperhatikan perubahan perilaku klien. Adapun informasi yang didapatkan oleh konselor yakni sebagai berikut:

Dalam *follow up* ini konselor bertemu dengan klien dan memancing dengan bercanda berkata "bagaimana Indah masih mau ke taman mundu sendirian?" terbukti klien pun tersenyum dan berkata bahwa dia tidak lagi mau menyendiri seperti dulu, dia lebih baik jujur tentang apa yang dirasakanya kepada ibunya bukan malah menutupi apa yang dirasakanya. Dia juga berterima kasih atas nasihat konselor yang diberikan kepadanya dan juga klien mengucapkan terima kasih karena telah membantu klien.[60]

Dan juga tidak lupa klien berbicara mengenai perkembangan klien dengan ibundanya. Beliau berkata bahwasnya klien sekarang sudah jarang lagi nampak gelisah, murung dan pulang ketika maghrib. Sekarang Indah sudah mau membantu pekerjaan ibu di rumah, ia rajin beribadah, dan ia juga sering bermain dengan teman-

[60] *Hasil wawancara dengan klien pada tanggal 17 Mei 2015.*

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

temanya walaupun tidak setiap hari seperti dulu. Dan juga ibu klien berterimakasih kepada konselor yang telah memberikan nasihat sehingga klien sedikitnya berubah walupun tidak 100% persen. Ibu klien yakin hari demi hari klien pasti bisa membaik seperti dahulu.[61]

Konselor juga menanyakan perkembangan diri klien pada guru wali kelas klien. Berdasarkan informasi dari guru wali kelas klien sekarang klien ketika beristirahat dia mulai bermain lagi dengan teman-temanya. Alhamdulilah prestasinya membaik daripada kemarin ketika belum mendapatkan konseling dari konselor. Klien pun sekarang sudah mulai senang bercanda seperti dahulu sebelum terjadinya masalah. Guru klien pun berterima kasih kepada konselor karena telah membantu meringankan masalah yang dihadapi klien.[62]

Tak lupa konselor juga menanyakan perkembangan ke sahabat klien, berdasarkan informasi dari sahabat klien sekarang klien sudah sedikit mau terbuka terhadap apa yang dirasakanya. Klien juga tidak emosi lagi ketika diajak bercanda klien malah sering bercanda hari ini. Klien pun sekarang bisa diajak bermain bersama sepulang sekolah.[63]

[61] *Hasil wawancara dengan ibu klien pada tanggal 11Mei 2015.*
[62] *Hasil wawancara dengan guru wali kelas klien pada tanggal 14 Mei 2015.*
[63] *Hasil wawancara dengan sahabat klien pada tanggal 16 Mei 2015.*

digilib.uinsby.ac.id 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. Hasil Akhir dari Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam Menangani Kecemasan Seorang Remaja Akibat Perceraian Orang Tua.

Setelah melakukan proses konseling dalam menangani kecemasan seorang remaja, selanjutnya peneliti ingin mengetahui hasil akhir dari proses bimbingan dan konseling, ternyata proses bimbingan dan konseling tersebut cukup membawa perubahan yang lebih baik pada diri klien dalam menjalankan aktivitas sehari-harinya. Untuk melihat perubahan pada diri klien, konselor melakukan teknik observasi dan wawancara kepada klien, keluarga klien serta beberapa informan.

Melalui dua teknik tersebut diharapkan mampu mengurai dan mendapatkan data dengan jelas tentang perubahan pada diri klien paska dilakukannya proses konseling. Pengamatan tersebut dilakukan dengan cara mengenali kehidupan kesehariannya, sikap dan tingkah lakunya.

Sedangkan pada teknik wawancara, peneliti akan mewawancarai klien, keluarga klien, teman-teman dan guru BK di sekolah klien.

Dalam hasil observasi dan wawancara, maka dapat disimpulkan bahwa perubahan dan perkembangan yang terjadi pada diri klien meliputi:

a. Perilaku tidak bersemangat

Perilaku kurang bersemangat dan berdiam diri klien sebagai bentuk dampak karena kehilangan orang yang dia sayangi, sekarang sedikit berkurang perilaku tersebut. Klien mengatakan bahwasanya

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

dia harus bersyukur karena atas kejadian yang menimpa keluarganya. Klien merasa bahwa dari kejadian tersebut klien mengerti susah senangnya berumah tangga. Klien juga mengatakan bahwa hati klien sekarang sedikit lebih tenang ketika dia mau sharing dengan teman-temanya.

b. Gelisah ditandai dengan sering bermuka murung

Perilaku sering murung yang kerap muncul sekarang klien mengatakan dia harusnya tetap bersemangat, dan dia harus tetap menggapai cita-citanya walaupun orang tuanya telah bercerai. Klien juga mengatakan bahwasnya ia tidak akan terus-menurus meratapi keadaan yang sekarang. Dia harus bangkit dari masa lalu dan menerima kenyataan sekarang sebagai takdir dari Allah SWT. Dan klien juga mengatakan walaupun klien terkadang juga masih merasa ada yang kurang di dalam keluarganya. Ketika klien merasakan rasa kangen tersebut, klien berkata dia hanya akan memohon kepada Allah SWT agar Ayahnya selalu diberikan kesehatan dan keselamatan.

c. Mudah marah atau sensitif

Klien juga menyesal karena dia sering kali naik darah ketika diajak bercanda dengan teman sebayanya, klien mengatakan bahwasanya dia harus bersyukur bahwasanya klien memiliki teman yang begitu baik. Teman-teman klien yang mengerti 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

permasalahan klien mereka berusaha menghiburnya. Namun klien menanggapi sebaliknya.

d. Tidur larut malam

Klien menyadari dengan dia meratapi permasalahan yang dia alami, menyebabkan klien tidak bisa tidur. Dia selalu kefikiran tentang ayahnya dan meyebabkan tidur tengah larut malam.

e. Hilangnya nafsu makan

Klien juga merasa bersalah karena dia juga tidak mau memperhatikan tubuhnya, klien mulai jarang makan. Klien berfikir seharusnya dia tidak seperti itu. Konselor disini memklumi dan menuturkan agar klien tidak seperti itu lagi.

f. Sering menyendiri di tempat yang sepi

Klien juga mengakui bahwasanya menyendiri dan meratapi dengan tidak menerima kenyataan yang ada adalah tindakan yang mengakibatkan dia gelisah sepanjang hari, dan juga klien berfikir seharusnya ketika klien mempunyai masalah dia harus sharing dan juga mendekatkan diri pada Allah SWT atas masalah yang menimpanya.

Namun, tidak semua perilaku klien berubah dengan cepat dan perubahan yang terjadi pada klien juga masih belum maksimal, hal itu dikarenakan untuk merubah perilaku secara maksimal membutuhkan waktu yang lama.

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

Walaupun belum maksimal, perubahan yang terjadi pada klien sudah menunjukkan bahwa proses konseling sudah terlaksana dengan baik.

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