BAB IV

BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS PADA SEORANG LELAKI DEPRESI YANG PACARNYA MENINGGAL DUNIA

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptrif komperatif, yaitu membandingkan pelaksanaan bimbingan konseling Islam di lapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dilakukannya proses konseling dan sesudah dilaksanakannya proses konseling. Berikut dibawah ini merupakan analisis data tentang keadaan seorang lelaki yang sudah cukup umur namun belum menikah karena pacarnya meninggal dunia, analisis data tentang proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas sebagai motivasi menikah terhadap seorang lelaki yang pacarnya meninggal dunia, dan analisis data tentang hasil proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas sebagai motivasi menikah terhadap seorang lelaki yang pacarnya meninggal dunia.

A. Analisis data tentang keadaan seorang lelaki yang sudah cukup umur namun belum menikah karena pacarnya meninggal dunia

1. Sedih

Konseli pernah suatu ketika sedih dimana ketika konseli tersebut merenung sendiri, setelah dikabarkan pacarnya meninggal dunia. Ketika hari Idul Fitri tiba, saat peneliti berkunjung ke rumah konseli dia bilang kalau hari raya tahun ini dia tidak bahagia, dia merasa kehilangan pacarnya yang meninggal dunia di bulan Ramadhan dua tahun yang lalu. Konseli juga merasa sedih ketika dia melihat foto pacarnya yang masih

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

tersimpan di memori HP nya, dia merasa kasihan dengan gadis tersebut ketika teringat cerita hidup gadis tersebut. Dalam teori dijelaskan bahwa seseorang yang mengalami depresi akan terjadi gejala emosional pada diri seseorang yang mengalami depresi tersebut, salah satunya adalah hilangnya respon kegembiraan atau sedih dan menangis.

2. Hilangnya semangat

Hilangnya semangat beraktifitas pada konseli terlihat ketika dia mendengar kabar bahwa pacarnya meninggal dunia, hilangnya semangat beraktifitas terjadi selama beberapa bulan pada dirinya setelah kabar kematian pacarnya tersebut, hal tersebut mengakibatkan hilangnya semangat beraktifitas dan berinteraksi dengan orang lain, artinya konseli menjadi seorang yang pendiam, hilang semangat beraktifitas sesekali muncul ketika dia mengingat dan melihat foto Dina di HP konseli. Dijelaskan pada gejala-gejala yang tampak pada diri seseorang yang mengalami depresi adalah seseorang tersebut kehilangan semangat dalam beraktivitas dan merasa kehilangan harapan pada sesuatu yang pernah dimiliki oleh dirinya.

3. Merasa malu dan bersalah

Konseli merasa malu ketika dia ditanya mengenai kapan dia akan menikah, karena teman-teman konseli rata-rata sudah menikah semua bahkan sudah ada yang memiliki anak. Konseli juga merasa malu dengan saudara dan kerabatnya karena konseli belum menikah dengan usia yang sudah lebih dari 30 tahun. Selain merasa malu dengan keluarga dan orang

digilib.uinsby.ac.id 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, konseli juga merasa sangat bersalah dengan keluarganya, konseli menyadari bahwa dia sebagai anak pertama dan memiliki 4 adik yang sudah dewasa dan belum menikah semua. Konseli mengetahui bahwa adik-adiknya tidak menikah sebelum kakaknya menikah. Konseli merasa harapan-harapan yang negatif timbul pada dirinya dan penilaian pada diri sendiri yang rendah sehingga mengakibatkan konseli merasa bersalah dan malu.

4. Menutup diri pada siapapun

Konseli merasa belum bisa melupakan dan masih sangat sayang dengan pacarnya tersebut. Setelah kejadian peristiwa tersebut konseli menjadi pendiam, interaksi dengan orang lain berkurang dan hanya dilakukan seperlunya saja, konseli menjadi jarang melibatkan diri apabila ada kegiatan-kegiatan yang diadakan di desanya.

Konseli sering menarik diri dari orang lain, apabila mitra bicara konseli membahas mengenai pernikahan dan atau kekasih, konseli selalu berusaha mengalihkan pembicaraan ke suatu pokok bahasan lain. Menutup diri pada wanita sangat sering dilakukan oleh konseli, dia sangat jarang berkomunikasi atau berinteraksi dengan lawan jenis. Hal ini menjadikan semakin tidak tertarik dirinya pada wanita lain. Orang tua, paman dan teman konseli sudah sering berusaha memperkenalkan konseli dengan seorang wanita, akan tetapi konseli sering menolak. Salah satu gejala yang tampak pada seorang yang mengalami depresi adalah timbul

digilib.uinsby.ac.id 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 tertariknya pada orang lain dan tidak tertarik pada hal yang berkaitan dengan kegiatan yang berhubungan dengan orang lain.

5. Perpikir irasional

Akibat dari perasaan cinta yang sangat besar konseli terhadap pacarnya yang sudah meninggal dunia walaupun konseli dengan pacarnya belum pernah bertemu sama sekali secara langsung, tetap saja konseli meyakini bahwa keberadaan pacarnya itu benar-benar nyata, artinya tidak ada rekayasa dalam kisah yang dialaminya tersebut. Konseli juga meyakini bahwa tidak ada wanita lain yang sifat dan karakternya seperti pacarnya. Keyakinan-keyakinan yang terjadi pada konseli yang sangat kuat menjadikan konseli sangat sulit untuk dapat melupakan pacarnya tersebut walaupun kisah tersebut belum tentu kebenarannya, artinya bisa saja ada orang lain yang sengaja membuat kisah cerita yang semacam itu terhadap dirinya, hingga berulang kali konseli menolak untuk dijodohkan dengan alasan belum bisa melupakan pacarnya yang sudah meninggal dunia tersebut. Gejala berfikir yang tidak rasional pada seseorang yang mengalami depresi jarang ditemukan, akan tetapi dalam penemuan data berfikir irrasional pada seorang yang pacarnya meniggal dunia belum sesuai dengan gejala-gejala depresi yang ada.

6. Sulit tidur dan mudah lelah

Gejala fisik yang dialami oleh konseli adalah sulit tidur dan mudah lelah. Sebelum mengetahui kabar bahwa pacarnya meninggal dunia konseli merasa tidak ada masalah dengan waktu istirahatnya, akan tetapi

digilib.uinsby.ac.id 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 konseli mendapat kabar bahwa pacarnya meninggal dunia dia mengakui sulit untuk beristirahat, terutama pada waktu malam hari, sebelumnya dia beristirahat atau tidur dibawah jam 12 malam, namun setelah kejadian tersebut konseli mengaku selalu tidur diatas jam 12 malam dengan alasan sering memikirkan dan teringat oleh pacarnya. Selain sulit untuk tidur konseli juga merasa mudah lelah, meskipun aktifitas yang dikerjakannya tidak jauh berbeda seperti sebelum-sebelunya, akan tetapi dia merasa mudah lelah, bawaannya menjadi malas untuk beraktifitas dan mudah lelah. Dalam depresi dijelaskan apabila seseorang mengalami depresi akan ditemukan pada diri gejala fisik pada seseorang tersebut, salah satunya adalah mengalami kesulitan tidur terutama pada malam hari dan terus menerus merasa lelah.

B. Analisis data tentang proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas terhadap seorang lelaki depresi yang pacarnya meninggal dunia

Tabel 4.1
Hasil Analisis Data Berdasarkan Teori BKI dan Pelaksanaan BKI

No.	Teori BKI	Pelaksanaan BKI
1.	Konselor: Konselor adalah orang yang mempunyai kemampuan untuk melakukan proses bimbingan konseling Islam serta memiliki pengetahuan dalam bidang konseling. Beberapa karakteristik kualitas konselor antara lain: adanya pemahaman diri yang baik, kompeten, memiliki kesehatan psikologis, dapat dipercaya, sabar, responsif serta memiliki kesadaran terhadap klien secara menyeluruh.	Konselor: Azizatul Mar'ati. Seorang mahasiswa semester VIII Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya. Dia memiliki kepribadian murah senyum, baik, ramah tama, sabar, responsif, serta memiliki sikap dewasa. Dia pernah melakukan proses konseling pada perempuan dan anak korban kekerasan di Pusat Pelayanan Terpadu Korban Kekerasan pada Perempuan dan Anak (PPT Jatim), selain itu juga pernah melakukan konseling pada temannya. Walaupun demikian, konselor masih memiliki banyak kekurangan sehingga belum mencapai pada puncak konselor yang profesional, hal ini karena

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

		keterbatasan dan kurangnya ilmu serta pengalaman konselor..
2.	Konseli: Konseli atau klien adalah orang yang mempunyai masalah, namun tidak mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi tanpa bantuan orang lain. Klien itu hendaknya mempunyai sikap diantaranya: terbuka, percaya dan bertanggung jawab.	Konseli: Konseli seorang lelaki yang berumur 32 tahun yang pacarnya meninggal dunia. Konseli sangat mencintai pacarnya tersebut. Mereka kenal berawal dari nomer HP yang salah sambung, mereka saling mengenal dan akhirnya berpacaran. Pacarnya tersebut tinggal di Jakarta rumah aslinya adalah di Lamongan. Selama berpacaran dia belum bertemu secara langsung sama sekali melainkan berkomunikasi melalui telepon dan SMS. Setelah sekian lama berpacaran Dina (nama samaran pacarnya konseli) memutuskan untuk pulang ke Lamongan bersama keluarga besarnya untuk selamanya dan Dina merencanakan untuk membeli sepasang cincin dan kalung yang akan dipakai oleh Dina dan Adi. Rencana pulang ke Lamongan pun tertunda dengan alasan Dina sakit dan harus di rawat di rumah sakit, akhirnya pulangnya ditunda 3 bulan lagi. Takdir berkehendak lain, Dina meninggal dunia pada bulan ramadhan akibat sakit dan dia terjatuh ditangga. Ketika Adi mendapat kabar tersebut Adi menjadi lemas tanpa daya, sedih, sering menyendiri, dan kehilangan semangat. Umur Adi sekarang sudah 32 tahun, namun tekad untuk melepas massa lajangnya belum ada pada diri Adi, sedangkan Adi mempunyai saudara yang sudah masuk pada usia menikah, adiknya tidak mau menikah dulu sebelum Adi menikah. Orang tua Adi menginginkan Adi segera menikah sampai sudah berulang kali orang tua Adi bahkan temannya memperkenalkan dan berniat untuk menjodohkan Adi dengan wanita lain. Alasan Adi belum ingin menikah dulu adalah dia masih ingin membahagiakan orang tuanya dengan membantu meringankan tanggung jawab orang tuanya karena adiknya masih ada yang sekolah, masih belum menemukan sosok wanita yang sifat dan karakternya seperti Dina, meskipun Adi meras bersalah pada keluarganya karena belum menikah. Dalam hal ini konseli bersikap terbuka dengan konselor, dan konseli juga bertanggung jawab dengan tindakan 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

		dilakukannya. Konselor memberikan bantuan penyelesaian masalah kepada konseli agar pada diri konseli dapat terkurangi beban masalahnya dan menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
3.	Masalah: Masalah adalah segala sesuatu yang diinginkan oleh individu tidak terpenuhi.	Masalah: Masalah yang terjadi pada konseli adalah terjadi berkurangnya motivasi menikah pada konseli akibat pacarnya meninggal dunia. Terdapat gejala-gejala depresi pada diri konseli, seperti konseli mengalami kesedihan, kehilangan semangat, merasa malu dan bersalah, sulit tidur dan mudah lelah, bersikap menutup diri pada orang lain terutama pada wanita dan berpikir yang tidak rasional karena konseli sangat meyakini atas kebenaran cerita tersebut padahal konseli belum pernah bertemu dengan pacarnya secara langsung. Masalah ini merupakan bidang garapan BKI karena pada diri konseli terdapat gejala-gejala depresi yang muncul serta berfikir yang tidak rasional.
4.	Teori BKI	Proses pelaksanaan
	Langkah-langkah: a. Identifikasi masalah Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala-gejala yang tampak pada konseli. b. Diagnosis Menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakangnya.	Langkah-langkah: a. Tahap pertama Konselor mengumpulkan data yang diperoleh dari berbagai sumber data mulai dari konseli, adik konseli dan ibu konseli serta melakukan observasi pada diri konseli. Dari proses wawancara dan observasi yang dilakukan oleh konselor menunjukkan bahwa pada diri konseli mengalami gejala-gejala depresi yang tampak yaitu konseli sedih, kehilangan semangat, merasa malu dan bersalah, menutup diri pada wanita, berfikir yang kurang rasional, serta konseli merasakan sulit tidur dan mudah lelah. Konseli juga belum termotivasi menikah akibat pacarnya meninggal dunia. b. Tahap kedua Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwa seorang lelaki tersebut belum termotivasi untuk menikah akibat pacarnya meninggal dunia dan konseli mengalami gejala-gejala depresi akibat pacarnya meninggal dunia, sehingga dia terpuruk mengalami kesedihan, kehilangan semangat, meras malu dan bersalah terutama terhadap keluarganya, menutup diri

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

		pada para wanita, berfikir yang kurang rasional, serta suli tidur dan muadh lelah.
	c. Prognosis Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan masaalah konseli. Langkah ini ditetapkan berdasarkan hasil dari diagnosis.	c. Tahap ketiga Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa bimbingan konseling Islam dengan menggunakan terapi realitas karena kasus ini masalahnya adalah seorang tersebut belum mau menikah akibat pacarnya meninggal dunia. Karena ketidakmampuan konseli dalam melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya dan tidak berfikir rasional sehingga tidak mampu bertanggung jawab. Langkah bantuan yang akan diberikan adalah: 1. Menggunakan teknik berdiskusi membantu konseli mampu menghadapi kenyataan, serta menilai tingkah lakunya sendiri secara realitas dan berfikir yang lebih rasional sehingga mampu bertanggung jawab. 2. Memberikan motivasi menikah pada konseli dan merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan konseli selanjutnya.
	d. Terapi Proses pemberian bantuan terhadap konseli berdasarkan bantuann apa yang telah ditetapkan pada prognosis.	d. Tahap keempat Dalam membantu permasalah konseli konselor merumuskan langkah-langkah bantuan yaitu: 1. Menggunakan teknik berdiskusi membantu konseli mampu menghadapi kenyataan, serta menilai tingkah lakunya sendiri secara realitas dan berfikir yang lebih rasional sehingga mampu bertanggung jawab. Pernyataan konselor yang diberikan pada konseli adalah konseli harus bisa menerima kenyataan bahwa pacarnya sudah meninggal dunia, jika konseli masih selalu mengingat pacarnya tersebut menjadikan konseli dalam keadaan tertekan dan beban pada dirinya, konseli harus merubah perilaku dan cara berfikir konseli yang negatif menjadi positif, serta konseli harus menyadari bahwa orang tua konseli menginginkan konseli segera menikah. Konseli diajak untuk menilai tindakannya sendiri selama 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

		apakah tindakan yang dilakukannya selama ini sudah tepat untuk dirinya, dengan harapan agar konseli tidak lagi mengalami gangguan dan beban pada dirinya. Konselor mengajak konseli berfikir rasional dengan menelaah kebenaran cerita cintanya, konselor dalam hal ini menekankan bahwa konseli dengan pacarnya belum pernah bertemu sama sekali secara langsung. 2. Memberikan motivasi menikah pada konseli dan merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan konseli selanjutnya. Konselor memberikan wawasan berupa kisah orag yang mengalami kisah hampir mirip dengan konseli namun dia mampu bangkit dan semangat kembali dari pengalaman yang dialaminya. Memberikan wawasan apabila ada seorang sudah mampu menikah hendaklah menikah, karena dengan pernikahan seorang bisa terhormat, apat menjaga ddiri dari keburukan, menjadi tenang dan nyaman dalam hidupnya. Mengajak konselor berfikir kembali dengan tindakan yang dilakukan, seperti menutup diri dari wanita. Setelah menyadari itu, konseli diajak membuat rencana-rencana tindakan tersebut diantaranya konseli harus mampu bangkit dari masalahnya, tidak boleh menutup diri dari wanita lain karena dapat merugikan dirinya sendiri, serta konseli tidak boleh mengabaikan kebutuhan dasar manusia yang pertama yaitu kebutuhan fisiologis yang salah satunya adalah kebutuhan memiliki dan cinta.
	e. Evaluasi Mengetahui sejauh mana perubahan yang terjadi pada diri konseli setelah proses terapi yang dilakukan oleh konselor.	e. Tahap kelima Konselor melihat perubahan pada konseli setelah dilakukannya proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas. Setelah diadakan proses konseling, konseli mengalami banyak perubahan baik cara berfikir konseli maupun

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

		tindakan konseli, dengan demikian BKI dengan terapi realitas sebagai motivasi menikah pada seorang lelaki yang pacarnya meninggal dunia sudah menunjukkan keberhasilan yang ditandai dengan adanya perubahan ke arah yang lebih baik dan perubahan cara berfikir konseli yang lebih rasional.

Adapun perbandingan proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dilapangan dengan teori bimbingan konseling Islam ada ketidak samaan seperti karakteristik kualitas konselor antara lain: adanya pemahaman diri yang baik, kompeten, memiliki kesehatan psikologis, dapat dipercaya, sabar, responsif serta memiliki kesadaran terhadap klien secara menyeluruh. Sedangkan dalam hal ini peneliti sendiri sekaligus sebagai konselor masih merasa banyak sekali kekurangan seperti yang disebutkan dalam teori yang ada.

Sedangkan dalam melakukan proses bimbingan konseling Islam dengan Terapi Realitas, ada kesamaan yaitu pada langkah-langkah melakukannya proses konseling. Langkah-langkah yang dilakukan diantaranya yaitu langkah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi serta evaluasi atau *follow up.*

Identifikasi masalah dilakukan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala yang tampak, dalam hal ini konselor mengumpulkan data dari hasil wawancara dan observasi pada konseli, ibu dan adik konseli.

Dalam tahap diagnosis konselor menetapkan masalah yang terjadi pada konseli melalui hasil dari mengidentifikasi masalah pada konseli, dalah

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

diagnosis konselor menetapkan bahwa terjadi berkurangnya motivasi menikah pada konseli akibat pacarnya meninggal dunia. Terdapat gejala-gejala depresi pada diri konseli, seperti konseli mengalami kesedihan, kehilangan semangat, merasa malu dan bersalah, sulit tidur dan mudah lelah, bersikap menutup diri pada orang lain terutama pada wanita dan berpikir yang tidak rasional karena konseli sangat meyakini atas kebenaran cerita tersebut padahal konseli belum pernah bertemu dengan pacarnya secara langsung.

Pada tahap prognosis konselor menetapkan jenis bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli yaitu menggunakan terapi realitas dengan mengkombinasikan teknik berdiskusi dari terapi rasional. Konselor dengan menggunakan teknik berdiskusi dengan konseli mengajak konseli berfikir yang rasional dan menunjukkan fakta-fakta yang sekarang sedang dihadapinya, agar konseli dapat merubah tingkah laku dan cara bepikir konseli yang disertai dengan tanggung jawab dari diri konseli. Konselor menekankan keadaan yang sekarang terjadi dan mengabaikan masa lalu yang dapat menghambat pada perkembangan dirinya. Adapun langkah-langkah yang ditempuh konselor adalah:

1. Menggunakan teknik berdiskusi membantu konseli mampu menghadapi kenyataan, serta menilai tingkah lakunya sendiri secara realitas dan berfikir yang lebih rasional sehingga mampu bertanggung jawab.
2. Memberikan motivasi menikah pada konseli dan merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan konseli selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id 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 selanjutnya adalah langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosis. Konselor menjalankan langkah-langkah yang telah ditetapkan untuk membantu menyelesaikan masalah konseli, adapun langkah yang dilakukan konselor berdasarkan prognosis adalah:

1. Menggunakan teknik berdiskusi membantu konseli mampu menghadapi kenyataan, serta menilai tingkah lakunya sendiri secara realitas dan berfikir yang lebih rasional sehingga mampu bertanggung jawab.

   Pernyataan konselor yang diberikan pada konseli adalah konseli harus bisa menerima kenyataan bahwa pacarnya sudah meninggal dunia, jika konseli masih selalu mengingat pacarnya tersebut menjadikan konseli dalam keadaan tertekan dan beban pada dirinya, konseli harus merubah perilaku dan cara berfikir konseli yang negatif menjadi positif, serta konseli harus menyadari bahwa orang tua konseli menginginkan konseli segera menikah.

   Konseli diajak untuk menilai tindakannya sendiri selama ini, apakah tindakan yang dilakukannya selama ini sudah tepat untuk dirinya? dengan harapan agar konseli tidak lagi mengalami gangguan dan beban pada dirinya.

   Konselor mengajak konseli berfikir rasional dengan menelaah kebenaran cerita cintanya, konselor dalam hal ini menekankan bahwa konseli dengan pacarnya belum pernah bertemu sama sekali secara langsung.

digilib.uinsby.ac.id 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. Memberikan motivasi menikah pada konseli dan merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan konseli selanjutnya.

Konselor memberikan wawasan berupa kisah orang yang mengalami kisah hampir mirip dengan konseli namun dia mampu bangkit dan semangat kembali dari pengalaman yang dialaminya. Memberikan wawasan apabila ada seorang sudah mampu menikah hendaklah menikah, karena dengan pernikahan seorang bisa terhormat, dapat menjaga diri dari keburukan, menjadi tenang dan nyaman dalam hidupnya.

Mengajak konseli berfikir kembali dengan tindakan yang dilakukan, seperti menutup diri dari wanita. Setelah menyadari itu, konseli diajak membuat rencana-rencana tindakan tersebut diantaranya konseli harus mampu bangkit dari masalahnya, tidak boleh menutup diri dari wanita lain karena dapat merugikan dirinya sendiri, serta konseli tidak boleh mengabaikan kebutuhan dasar manusia yang pertama yaitu kebutuhan fisiologis yang salah satunya adalah kebutuhan memiliki dan cinta.

Tahap yang terakhir dalam konseling adalah tahap evaluasi atau *follow up*. Tahap ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana perubahan yang tampak terjadi pada konseli sebelum dan sesudah diakan proses konseling. Setelah diadakan konseling oleh konselor pada konseli, konseli mengalami banyak perubahan baik cara berfikir maupun tindakan konseli, dengan demikian BKI dengan terapi realitas sebagai motivasi menikah pada seorang lelaki yang pacarnya meninggal dunia sudah menunjukkan

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

keberhasilan yang ditandai dengan adanya perubahan ke arah yang lebih baik dan perubahan cara berfikir konseli yang lebih rasional.

C. Analisis data tentang hasil proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas terhadap seorang lelaki depresi yang pacarnya meninggal dunia

Untuk melihat hasil akhir dari proses bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas yang diberikan oleh konselor dalam mengatasi seorang lelaki yang belum termotivasi untuk menikah akibat pacarnya meninggal dunia, maka analisis data dapat dilakukan dengan membuat skala perbandingan perubahan yang tampak pada konseli agar dapat terlihat berhasil atau tidaknya bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas yang dilakukan. Adapun keberhasilan proses bimbingan konseling Islam terlihat dari tabel skala dibawah ini:

Tabel 4.2
Perubahan Konseli Sebelum Konseling dan Sesudah Konseling

No.	Gejala yang Tampak	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
		A	B	C	A	B	C
1.	Sedih			√		√	
2.	Malu			√		√	
3.	Tidak bisa melupakan pacar			√			√
4.	Merasa bersalah			√		√	
5.	Menutup diri kepada wanita			√		√	
6.	Berfikir tidak rasional			√		√	
7.	Sulit tidur dan mudah lelah			√		√	
Jumlah		0	0	7	0	6	1

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

Sedangkan untuk melihat tingkat keberhasilan dan kegagalan bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas yang telah 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

peneliti berpedoman pada prosentase perubahan perilaku dengan standart uji sebagai berikut:

1. Lebih dari 90% sampai dengan 100%, maka dikategorikan luar biasa bagus (*excellent*) atau bisa dikatakan sangat berhasil.
2. Mulai 80% sampai dengan 89%, maka dikategorikan bagus (*good*) atau bisa dikatakan berhasil.
3. Mulai 70% sampai dengan 79%, maka dikategorikan cukup (*fair*) atau bisa dikatakan cukup berhasil.
4. Kurang dari 70%, maka dikategorikan kurang (*poor*) atau bisa dikatakan kurang berhasil.[94]

Dari tabel 4.2 dapat dijelaskan bahwa pada konseli terjadi perubahan perilaku setelah dilakukan proses konseling. Sebelum dilakukan proses konseling gejala-gejala yang tampak pada konseli diantaranya konseli mengalami kesedihan, malu, perasaan bersalah, menutup diri dari wanita lain, serta mengalami sulit tidur dan mudah lelah menjadi menurun sesudah dilakukan proses konseling, perubahan tersebut adalah gejala-gejala yang terlihat pada konseli sudah jarang muncul dengan kata lain konseli sudah tidak melakukan gejala-gejala depresi yang ada pada dirinya. Gejala yang tampak pada konseli mengenai berfikir rasional sebelum dilakukan proses konseling konseli tidak dapat menolak dan meyakini kebenaran cerita tersebut sehingga tidak dapat berfikir yang rasional, akan tetapi setelah dilakukan proses konseling konseli sudah dapat berfikir yang lebih rasional.

[94] Irawan Suehartono, *Metode Penelitian Sosial* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1999), hal. 85.

digilib.uinsby.ac.id 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 beranggapan selama ini dia memikirkan masalah yang tidak berguna dan sia-sia saja, akan tetapi konseli sampai sekarang masih belum bisa melupakan pacarnya dengan alasan banyak kenangan yang tersimpan dalam hati konseli dengan pacarnya. Untuk lebih jelasnya mengenai perubahan gejala yang tampak pada konseli sebelum dilakukan proses konseling dan sesudah dilakukan proses konseling terlihat pada prosentase sebagai berikut:

1. Gejala yang tidak pernah = 0/7 X 100 % = 0%
2. Gejala kadang-kadang = 6/7 X 100 % = 85,71%
3. Gejala yang masih dilakukan = 1/7 X 100 % = 14%

Berdasarkan prosentase perubahan gejala yang tampak pada diri konseli dihasilkan bahwa bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas sebagai motivasi menikah menunjukkan keberhasilan tersebut terlihat dari perubahan perbandingan prosentase sebelum dilakukan konseling dan sesudah dilakukan konseling, hasil tersebut diantaranya:

1. Gejala yang tampak pada konseli antara lain: sedih, malu, merasa bersalah, menutup diri pada wanita lain, berfikir tidak rasional, sulit tidur dan mudah lelah sebelum dilakukan konseling masih dilakukan oleh konseli dengan prosentase 100%, sedangkan setelah dilakukan konseling gejala yang tampak tersebut menjadi kadang-kadang dilakukan oleh konseli dengan prosentase perubahan 85,71% atau dapat dikatakan gejala yang tampak menurun dilakukan oleh konseli.
2. Gejala yang tampak pada konseli yaitu tidak bisa melupakan pacarnya sebelum dilakukan konseling dan sesudah dilakukan konseling 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

mengalami perubahan yaitu konseli masih belum bisa melupakan pacarnya dengan prosentase 14% atau dapat dikatakan gejala yang tampak masih dilakukan oleh konseli.

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