



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
BEHAVIOR UNTUK MENGATASI SANTRI
INTROVERT STUDI KASUS PONPES AHMADA
AL-HIKMAH KEDIRI**

SKRIPSI

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

Oleh
YENY NURHIDAYATUR ROHMAH
NIM. B93216102

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya
2020

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Yeny Nurhidayaturohmah

NIM : B93216102

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

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

Surabaya, 04 Maret 2020

Yang Menyatakan.




Yeny Nurhidayaturohmah

NIM. B93216102

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Yeny Nurhidayatur Rohmah

NIM : B93216102

Jurusan / Fak. : Bimbingan dan Konseling Islam / Dakwah dan
Ilmu Komunikasi

Judul : Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi
Behavior Untuk Mengatasi Santri Introvert
Studi Kasus : Ponpes Ahmada Al-Hikmah
Kediri

Skripsi ini telah diperiksa dan mendapat persetujuan dari dosen pembimbing untuk disajikan.

Surabaya, 04 Maret 2020

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



Dr. Rudy Alhana, M. Ag.,

NIP:196803091991031001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI BEHAVIOR
UNTUK MENGATASI SANTRI *INTROVERT* STUDI KASUS PONPES
AHMADA AL-HIKMAH KEDIRI

SKRIPSI

Disusun Oleh
Yeny Nurhidayatur Rohmah
B93216102

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu Pada
tanggal 19 Maret 2020

Tim Penguji

Penguji I,


Dr. Rudy Alhana, M.Ag.

NIP.196803091991031001

Penguji II,


Dr. Arif Alimerrifia, S.Sos.I, M.Ps.Kes

NIP. 197708082007101004

Penguji III,


Yusra Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP.197605182007012022

Penguji IV,


Dr. Hj. Sei Astutik, M.Si

NIP. 195902051986032004

Dekan,



M. Halim, M.Ag.

NIP.196307251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uin-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSITUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Yeny Nurhidayatur Rohmah
NIM : B93216102
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Dan Konseling Islam
E-mail address : yenynurhidayatur0207@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI BEHAVIOR UNTUK

MENGATASI SANTRI INTROVERT STUDI KASUS PONPES AHMADA

AL-HIKMAH KEDIRI

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Oktober 2020

Penulis


" "

(Yeny Nurhidayatur Rohmah)

ABSTRAK

Yeny Nurhidayatur Rohmah, 2020. “Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior Untuk Mengatasi Santri Introvert Studi Kasus Ponpes Ahmada Al Hikmah Kediri.

Penelitian ini berfokus pada 1) Bagaimana proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri. 2) Bagaimana hasil akhir dari proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.

Untuk menjawab permasalahan yang ada di lapangan, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi.

Hasil penerapan konseling yang diberikan, ditunjukkan dari perubahan tingkah laku Santri Marwah, yang sudah bisa berbaur terhadap teman-teman pondoknya, Santri Marwah juga mulai terbiasa menjawab pertanyaan dengan baik dan tidak menggunakan bahasa tubuh lagi, dan beberapa perilaku yang masih memerlukan pantauan lebih lanjut mengenai, pola pikir yang *overthinking*, dan kebiasaan kabur tanpa izin dari pondok pesantren, yang sementara ini menunjukkan hasil perubahan yang baik dan juga positif dari tingkah laku Santri Marwah.

Kata Kunci : *Behavior, Rational Emotive Behavior, Introvert, Santri*

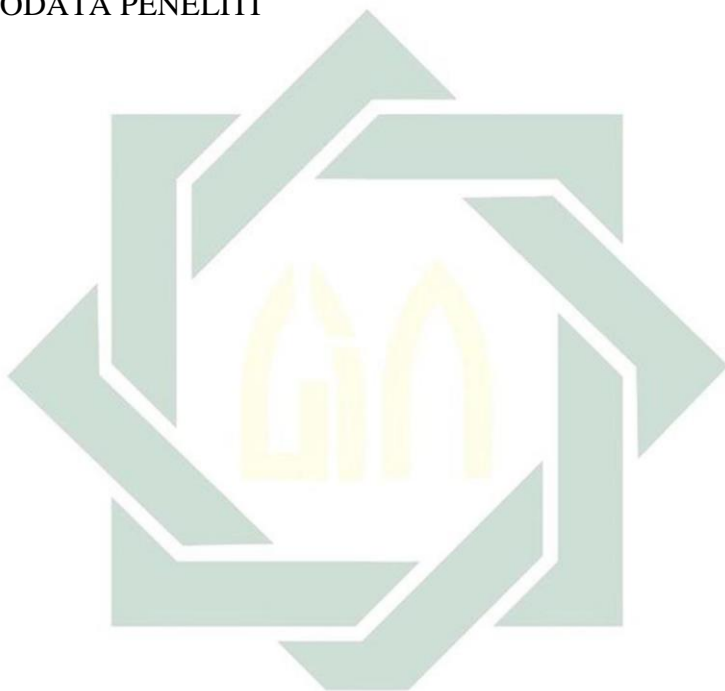
DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL PENELITIAN (SAMPUL).....	i
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Konsep.....	6
1. Bimbingan Konseling Islam.....	7
2. Terapi Behavior.....	7
3. Santri	8
4. Kepribadian <i>Introvert</i>	8

5. Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT).....	8
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teoritik	11
1. Bimbingan dan Konseling Islam	11
2. Terapi Behavior.....	29
3. Santri	50
4. Kepribadian <i>Introvert</i>	52
5. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).....	59
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	66
BAB III	69
METODE PENELITIAN.....	69
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	69
B. Subjek Penelitian.....	70
C. Tahap-tahap Penelitian.....	70
D. Jenis dan Sumber Data.....	71
E. Teknik Pengumpulan Data.....	73
F. Teknik Analisis Data.....	74
G. Teknik Validitas Data	75
BAB IV	77
HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	77
A. Deskripsi Umum Subjek Penelitian	77
1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Ahmada Al- Hikmah Kediri.....	77

2. Profil Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah Kediri.	79
3. Struktur Organisasi.....	85
B. Analisis Data Gejala-gejala Santri <i>Introvert</i>	86
1. Deskripsi Klien.....	86
2. Latar Belakang Klien.....	86
3. Latar Belakang Pendidikan	87
4. Latar Belakang Keagamaan.....	88
5. Latar Belakang Ekonomi.....	88
6. Latar Belakang Sosial.....	88
C. Analisis Data Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi <i>Behavior</i> Untuk Mengatasi Santri <i>Introvert</i> di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.	92
D. Analisis Data Akhir Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi <i>Behavior</i> Untuk Mengatasi Santri <i>Introvert</i> di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.	104
BAB V.....	109
PENUTUP.....	109
A. Kesimpulan	109
B. Saran.....	110
C. Keterbatasan Penelitian.....	112
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN	
PEDOMAN OBSERVASI	
VERBATIM	
SURAT KETERANGAN PENELITIAN	

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI
DOKUMENTASI
TURNITIN
BERITA ACARA
BIODATA PENELITI



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana	81
Tabel 4.2 Kegiatan Santri	83
Tabel 4.3 Perbandingan Antara Teori dan Data Lapangan Mengenai Gejala-Gejala Santri Marwah <i>Introvert</i>	89
Tabel 4.4 Perbandingan Antara Teori Data Lapangan Mengenai Tingkat Kepercayaan Diri Santri Marwah karena Pribadi <i>Introvert</i>	91
Tabel 4.5 Fokus Peneliti Ketika Melakukan Proses Bimbingan Konseling dengan <i>Rational Emotive Behavior (REBT)</i>	93
Tabel 4.6 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi <i>Rational Emotive Behavior</i>	94
Tabel 4.7 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dalam Pelaksanaan <i>Emotive Behavior</i>	95
Tabel 4.8 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi <i>Rational Emotive Behavior</i>	96
Tabel 4.9 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi <i>Rational Emotive Behavior</i>	98
Tabel 4.10 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi <i>Rational Emotive Behavior</i>	102
Tabel 4.11 Jadwal Konseling dan Pengerjaan Langkah- Langkah Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Behavior	104
Tabel 4.12 Perubahan Santri Marwah Sebelum Proses Konseling dan Sesudah Proses Konseling	107

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Dokumentasi Peneliti Dengan Santri Ponpes Ahmada Al-Hikmah	79
Gambar 4.2 Kegiatan Malam Santri	83
Gambar 4.3 Kegiatan Musyawarah Santri	83
Gambar 4.4 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah	84



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kepribadian adalah suatu jiwa yang ada dalam diri seseorang untuk membangun individu menjadi satu kesatuan. Dasarnya kepribadian individu memiliki dua faktor yaitu, faktor dalam (internal) dan faktor luar (eksternal).

Kehidupan manusia pada suatu fase akan mengalami perubahan karena adanya gesekan, tekanan, dan tuntutan dari berbagai faktor yang ada disekelilingnya, baik dari lingkungan masyarakat, pergaulan, dan juga keluarga.²

Diantara beberapa faktor yang menjadikan peran dominan suatu kepribadian dan karakter seseorang adalah keluarga. Keluarga memiliki peran yang sangat besar bagi pembentukan suatu individu karena didalam keluarga, sifat, pola pikir, religiusitas, dan cara pandang mulai ditanamkan semenjak dari kecil.

Hal ini tentu sangat baik apabila menanamkan nilai-nilai positif sejak dini kepada anak, karena dengan begitu akan menghasilkan generasi yang berkepribadian dan berkarakter positif. Sebaliknya apabila keluarga tidak bisa menanamkan nilai positif kepada anak dan lebih menanamkan doktrin-doktrin tanpa pemberian batasan mana yang boleh dilakukan dan tidak kepada anak, maka hal tersebut akan memunculkan masalah dikemudian hari, yang akhirnya menjadikan anak memiliki kepribadian yang kurang baik apabila berinteraksi ditengah masyarakat karena presepsi yang

² Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya), 72.

terkumpul berasal dari doktrin yang kurang tepat dari orang tua. Hal inilah yang menyebabkan mental anak terganggu dan cenderung akan menutup diri (introvert) dari lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Introvert adalah sikap menarik diri dari lingkungan sekitar. Tipe seperti ini kurang percaya diri apabila berhubungan langsung dengan orang dan benda, cenderung kurang sosial dan lebih menyukai berfikir daripada berbuat. Hal ini menjadikan sikap anak cenderung pemalu, ragu, sangat sulit menerima keadaan yang baru, melakukan sesuatu dengan hati-hati, dan lebih memilih satu teman saja daripada banyak teman. Individu introvert mempunyai kesulitan dalam berkomunikasi dan lebih memilih menyimpan masalah dalam hati, yang akhirnya nanti akan menimbulkan ketegangan hati yang biasa disebut dengan istilah stress.³

Macam-macam pola asuh dalam keluarga memiliki cara yang berbeda untuk mengasuh anaknya. Ada yang lebih mengutamakan pendidikan formal dan ada juga yang cenderung kepada pendidikan agamanya, semua sah dan baik-baik saja demi kebaikan anak nantinya. Namun dilain sisi akan menjadikan suatu permasalahan psikis dan mental anak nantinya, apabila selaku orang tua hanya menekan dan menuntut anak untuk mengikuti perintah dan aturan dari keluarga.

Dalam sudut pandang keluarga yang memiliki nilai religiusitas agama yang tinggi, akan memberikan aturan dan tuntunan agama yang biasanya cenderung kuat kepada anak-anaknya dengan anggapan agar anak tidak melakukan kesalahan yang fatal di dunia maupun akhirat, dan berharap anak menjalani kehidupan yang baik dikemudian hari. Didalam keluarga yang memiliki nilai-nilai agama, apabila sebagai

³ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihasan, Teori Kepribadian, (Bandung : Remaja Posdakarya, 2008), 98.

orang tua merasa kurang mampu mendidik anaknya sendiri akan membutuhkan bantuan seorang kyai atau bu nyai untuk mendidiknya di pondok agar anaknya tidak kekurangan ilmu agama.

Tujuan sebagian orang tua menitipkan anak-anaknya kepada seorang kyai di pondok adalah langkah yang bagus karena disana anak akan lebih mendalami ilmu agama yang akan mempengaruhi kepribadian dan karakternya, namun ada hal yang sering dilupakan sebagian orang tua, yaitu memantau dan memastikan perkembangan sosial anak selama menempuh pendidikan di pondok.

Seperti halnya studi masalah yang penulis jumpai, ketika melakukan kunjungan di Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah Kediri. Disana penulis menjumpai salah satu santri dengan latar pendidikan lulusan Madrasah Aliyah (MA/ SMA sederajat), sebut saja Santri Marwah berusia 20 tahun , yang memiliki kepribadian yang berbeda dari teman-teman santri lainnya, yang cenderung menyendiri, cuek, pendiam, pemalu apabila diajak berkomunikasi, dan sekalinya menjawab dengan suara yang sangat lirih, bahkan dengan bahasa isyarat seperti anggukan dan gelengan kepala untuk menjawab pertanyaan ya dan tidak.

Dari data wawancara yang penulis lakukan kepada kakak seniornya (abdhi dhalem pondok) yang sudah menggali data kepada Santri Marwah sebelumnya menyebutkan, bahwa dia sudah berperilaku menutup diri (introvert) dari awal di pondok sampai satu tahun ini. Santri Marwah adalah anak terakhir dari tujuh bersaudara. Dia dibesarkan dari keluarga yang religiusitas agamanya tinggi. Sedari kecil dia dituntut untuk jadi anak yang penurut oleh orang tuanya, tidak boleh keluar rumah terlalu jauh, berbicara pelan (tidak berteriak), dan tidak boleh telalu dekat dengan lawan jenis, dari peraturan-peraturan rumah yang harus dipatuhi Santri Marwah itulah menyebabkan Santri Marwah membatasi komunikasi dan lebih berhati-hati dalam

berinteraksi, karena Santri Marwah merasa takut apabila melakukan kesalahan atau melanggar peraturan sengaja atau tidak akan membuat orang tua marah kepadanya. Perilaku demikian yang mendasari Santri Marwah memiliki perilaku *introvert* dan pemikiran *overthingking*, karena pada faktanya tidak semua peraturan yang dibuat orang tua tidak sepenuhnya mengekang dirinya.

Sikap kehati-hatian dan pendiam yang dianggap berlebihan itulah yang menjadikan Santri Marwah dijauhi teman sekamar, teman pondok, dan sekolahnya karena dianggap aneh. Perilaku yang dianggap aneh oleh teman-temannya menyebabkan Santri Marwah terkadang menerima ejekan atau sekedar omongan dari teman-teman, yang membuat dirinya merasa sakit hati dan tidak nyaman ketika berinteraksi dengan mereka. Selain itu Santri Marwah juga sangat takut untuk memulai interaksi kepada orang baru dilingkungannya, bahkan Santri Marwah sampai saat ini tidak berani berteman, berbicara atau berinteraksi kepada teman laki-lakinya di sekolah maupun pondok karena dianggap teman lawan jenisnya adalah *syaitan* yang mengganggu pikiran, dan ibadahnya. Santri Marwah merasa takut apabila interaksinya dengan lawan jenis diketahui kedua orang tua dan membuat kedua orang tua marah kepadanya.

Dari situlah pihak pondok putri, bu nyai, dan abdhi dhalem memberikan perhatian khusus kepada Santri Marwah, bahkan bu nyai berpesan kepada teman-temannya dan abdhi dhalem apabila Santri Marwah melakukan kesalahan tidak boleh ada yang menegurnya kecuali beliau, karena bu nyai mengetahui bahwa Santri Marwah mempunyai sifat yang sensitif, dan apabila Santri Marwah mempunyai masalah cenderung memendam masalahnya sendiri dan dititik tertentu pemikiran *overthingking* Santri Marwah menyebabkan dia kabur dan enggan kembali lagi ke pondok pesantren apabila tidak dibujuk.

Perlakuan kabur-kaburan Santri Marwah dari Pondok Pesantren Putri itulah terkadang membuat risau pengurus pondok dan bu Nyai, karena setelah ditelusuri oleh pengurus pondok alasannya terkadang tidak masuk akal, yaitu mulai dari perlakuan teman sekamar atau pondok yang dianggap tidak nyaman baginya, tatapan sinis yang dianggap Santri Marwah menyakiti hatinya, takut apabila dijodohkan oleh pengurus pondok, bahkan pengakuan Santri Marwah kepada penulis melalui sesi konseling, bahwa Santri Marwah sering diganggu makhluk halus, jin, dan hantu-hantu yang ada di pondok pesantren.

Setelah mengamati dan menemukan studi masalah yang dialami Santri Marwah maka penulis meminta izin kepada pengurus pondok putri, bu nyai, dan abdhi dhalem untuk membantu menindak lanjuti kasus Santri Marwah dengan pemberian konseling sekaligus melakukan penelitian tentang “*Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior Untuk Mengatasi Santri Introvert Studi Kasus : Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis menjadikan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

1. Bagaimana proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri?
2. Bagaimana hasil akhir dari proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.
2. Untuk mengetahui hasil akhir dari proses Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini, penulis berharap akan mengetahui hasil dari penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi pembacanya, diantaranya sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Dapat memberikan penulis pengetahuan, wawasan berupa ilmu, dan pengalaman lapangan mengenai bidang Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.
 - b. Sebagai sumber informasi, pencarian data, dan referensi bagi Lembaga Pendidikan dan mahasiswa umumnya, mengenai Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert*.
2. Secara Praktis
 - a. Memberikan bantuan secara praktis menggunakan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert*.
 - b. Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan pada penelitian yang hampir serupa, menggunakan Terapi *Behavior* untuk mengatasi santri *Introvert*.

E. Definisi Konsep

Untuk memberikan pemahaman mengenai penelitian yang dilakukan, maka penulis akan menjelaskan definisi operasional sesuai dengan judul yang ditetapkan. Definisi operasional dimaksudkan untuk mengetahui makna dari

judul yang diteliti dan untuk menghindari salah penafsiran tentang inti persoalan yang penulis angkat dalam penelitian.

1. Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan Konseling Islam adalah usaha memberikan bantuan terhadap individu dan kelompok yang membutuhkan bantuan untuk mampu hidup selaras dengan ketentuan yang Allah SWT. berikan, sehingga individu dianggap mampu mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Proses bimbingan konseling Islam sebagaimana kegiatan bimbingan lainnya, tetapi dalam seluruh seginya berdasarkan sesuai ajaran Islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan Hadist.

2. Terapi Behavior

Terapi *behavior* atau yang biasa disebut terapi tingkah laku adalah suatu terapi yang berfokus untuk mengubah tingkah laku suatu individu kearah yang lebih adaptif (menyesuaikan dengan lingkungan baru). Terapi tingkah laku dapat digunakan untuk menyembuhkan penyimpangan yang terjadi pada individu serta berbagai gangguan tingkah laku mulai dari yang sederhana hingga yang kompleks.

Terapi *behavior* yang digunakan dalam penelitian ini, berfokus menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), *reinforcement positif* dan *punishment* untuk mengubah atau memodifikasi perilaku individu yang maladaptif, serta membantu individu tersebut membuang respon-respon lama yang dapat merusak diri, serta mempelajari respon-respon baru yang lebih sehat dan sesuai.

3. Santri

Santri adalah sebutan untuk seseorang yang sedang menimba dan mencari ilmu, khususnya ilmu yang berkaitan dengan agama Islam dalam kurun waktu tertentu, di suatu instansi pendidikan yang biasa disebut pondok pesantren.

Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) disebutkan bahwa, santri memiliki arti, orang yang sedang menuntut ilmu agama Islam.

4. Kepribadian *Introvert*

Introvert adalah salah satu kepribadian yang dimiliki manusia yang cenderung pasif, pendiam, pemalu, tertutup, hati-hati, dan lebih suka menyendiri daripada bersosialisasi dengan lingkungan sekitar yang ramai.

Ciri-ciri individu yang mempunyai kepribadian *introvert* yaitu jiwanya tertutup, sukar untuk bergaul dengan individu lain dan lingkungan yang baru, cenderung merencanakan semuanya terlebih dahulu (tidak suka spontanitas), menganggap semuanya serius, dan cenderung mempunyai pemikiran yang kaku (tidak fleksibel).

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa Santri Marwah juga mempunyai kepribadian *introvert* antara lain menyendiri, cuek, pendiam, pemalu, bersuara lirih, dan menjawab dengan bahasa tubuh (anggukan dan gelengan).

5. Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)

Rational Emotive Behaviour Therapy adalah salah satu teknik yang ada dalam konseling, terapi ini lebih menekankan kepada cara interaksi antara berpikir,

perasaan, perilaku dan menekankan bahwa suatu perubahan yang terjadi bisa melalui pola berpikir, perasaan, dan tingkah laku.

Albert Ellis adalah pengembang *Rational Emotive Behaviour Therapy*, yang memiliki pandangan bahwa (REBT) adalah terapi yang sangat komprehensif karena menangani langsung masalah yang berhubungan dengan emosi, perilaku, dan kognisi.⁴

Dari itu terapi ini sangat membantu klien yang merupakan seorang santri *introvert* untuk menghilangkan pikiran-pikiran negatif yang menjadikan dirinya memiliki perasaan kurang nyaman, tertekan dan rasa kurang percaya diri apabila berinteraksi di lingkungan sosial.

F. Sistematika Pembahasan

Adapun sistematika pembahasan yang ingin disampaikan oleh penulis adalah sebagai berikut:

Bab Pertama. Pendahuluan. Dalam bab pendahuluan, berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian definisi konsep, metode penelitian diantaranya: pendekatan dan jenis penelitian, subjek penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik keabsahan data, dan sistematika pembahasan.

Bab Kedua. Tinjauan Pustaka. Dalam bab ini membahas tentang kajian teoritik serta penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini. Dalam kajian teoritik ini, membahas tentang Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk mengatasi Santri *Introvert* Studi Kasus : Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri. Didalamnya menjelaskan pengertian Bimbingan Konseling Islam,

⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2005), 92.

pengertian dan Teknik *Behavior* berdasarkan teknik yang digunakan penulis, pengertian santri, dan penjelasan mengenai kepribadian *Introvert*.

Bab Ketiga. Metode Penelitian. Pada bab yang akan dipaparkan oleh penulis disini, adalah uraian rinci tentang metode dan langkah penelitian yang menjurus kepada deskripsi umum objek penelitian meliputi konselor (penulis/peneliti), mulai dari pendekatan yang digunakan dalam penelitian, lokasi penelitian, jenis dan sumber data, kumpulan teknik validitas data yang akurat, dan teknik yang digunakan untuk analisis data.

Bab Keempat. Hasil dan Pembahasan Penelitian. Hal pertama yang akan dipaparkan penulis adalah tentang penyajian data, dan yang kedua mengenai pembahasan hasil analisis proses konseling, yang menjawab dari rumusan masalah yang didasarkan dari proses pengumpulan informasi atau data-data yang diperoleh dari hasil observasi, dokumentasi, interview/wawancara, *home visit*, dan lain-lain.

Bab Kelima. Penutup. Bab ini merupakan bab terakhir yang akan memuat kesimpulan atau jawaban langsung dari titik permasalahan yang ada dari hasil penelitian yang telah dilakukan, yang meliputi saran, rekomendasi, dan keterbatas penelitian. Kesimpulan yang ditampilkan harus sesuai dengan rumusan masalah yang diteliti, baik dari segi urutan atau jumlahnya. Selain itu pada bab ini, diberikan rekomendasi untuk mengembangkan karya ini lebih luas lagi, melalui penelitian selanjutnya yang berkaitan langsung dengan hasil penelitian ini.

Diluar bab ini, penulis atau peneliti, akan melampirkan dokumen dan bukti dokumentasi yang dirasa perlu untuk dimuat untuk mendukung penelitian ini.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

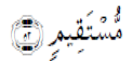
1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling dari segi bahasa dalam bahasa Arab menurut Ahmad Mubarak diterjemahkan dengan *al irsyad al nafsy* yang mengandung arti “bimbingan kejiwaan”. Sedangkan, Hasan Langgulung menterjemahkan bimbingan dan konseling sebagai penyucian jiwa atau dalam bahasa Arab disebut “*tazkiyah al nafsy*”. Dasar dari bimbingan dan konseling ini disebutkan dalam Surat As-Syura ayat 52 yang memberi isyarat kepada manusia untuk memberikan petunjuk kepada orang lain yaitu sebagai berikut :

وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا ۗ مَا كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتَابُ وَلَا الْإِيمَانُ

وَلَكِن جَعَلْنَاهُ نُورًا نَّهْدِي بِهِ مَن نَّشَاءُ مِنْ عِبَادِنَا ۗ وَإِنَّكَ لَتَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ



Artinya : “Kepadamu wahyu (al-Qur’an dengan perintah Kami. Sebelumnya kamu tidaklah mengetahui apa al-Kitab (al-Qur’an) dan tidak pula mengetahui apakah iman itu, tetapi Kami menjadikan Al-Qur’an itu cahaya yang Kami tunjuki dengan dia siapa yang Kami kehendaki di antara hamba-hamba Kami dan Sesungguhnya

Kami benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus.”⁵ (Surat Asy-Syura/42:52).

Pengertian bimbingan dan konseling Islam menurut beberapa ahli diantaranya yaitu :

- 1) Menurut Farid Mashudi, Konseling Islam dimengerti sebagai suatu proses untuk memberikan bantuan kepada individu agar mampu mengembangkan kesadaran serta komitmen beragamanya sebagai khalifah Allah yang bertanggung jawab atas apa kesejahteraan bersama baik di dunia maupun di akhirat.
- 2) Menurut M. Arifin pengertian bimbingan dan konseling Islam adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada individu lain yang sedang mengalami kesulitan khususnya perihal rohaniah di dalam hidupnya. Tujuannya agar individu tersebut mampu mengatasi sendiri kesulitan tersebut dan atas kesadaran serta penyerahan diri terhadap Tuhan Yang Maha Esa sehingga memunculkan cahaya harapan di masa sekarang dan masa yang akan datang.
- 3) Menurut W.S. Winkel, bimbingan mempunyai arti pemberian bantuan kepada sekelompok orang dalam membuat berbagai pilihan secara bijaksana dan dalam penyesuaian diri terhadap berbagai tuntutan hidup.

⁵ Al-Qur'an, Surat Asy-Syura :52.

Dari beberapa pengertian yang diberikan para ahli dapat disimpulkan, bahwa bimbingan konseling Islam adalah upaya bantuan kepada seseorang yang memiliki permasalahan dalam dirinya guna untuk mengembangkan potensi yang ada pada diri dan dituntun untuk lebih lebih bertanggung jawab pada masa sekarang dan masa yang akan datang, sekaligus membantu seseorang untuk memiliki kesadaran dan penyerahan diri sepenuhnya terhadap Allah SWT. tentunya sesuai tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.

b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut Aunur Rahim Faqih dalam bukunya yang berjudul Bimbingan dan Konseling Islam dalam Islam, membagi tujuan Bimbingan dan Konseling Islam menjadi 2 yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

- 1) Tujuan umumnya adalah membantu individu dalam mewujudkan dirinya sebagai manusia yang seutuhnya agar kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat tercapai.
- 2) Tujuan khususnya adalah :
 - a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
 - b) Membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi.
 - c) Membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan situasi serta kondisi yang baik sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Secara garis besar tujuan dari bimbingan dan konseling Islami yaitu membantu menciptakan individu agar menjadi manusia yang seutuhnya,

sedangkan tujuan khususnya adalah untuk mengantarkan individu mengenal, mencintai, dan berjumpa dengan esensi dan citra diri serta zat yang Maha Suci yaitu Allah SWT.

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Dapat dirumuskan fungsi dari Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut :

- 1) Fungsi preventif (pencegahan), yaitu membantu individu untuk mencegah dan menjaga timbulnya masalah bagi dirinya,⁶
- 2) Fungsi korektif, yaitu membantu individu untuk memecahkan masalah yang dialaminya.⁷
- 3) Fungsi preservative, yaitu membantu individu untuk menjaga situasi dan kondisi yang awalnya mengandung masalah (tidak baik) agar menjadi baik (terpecahkan).⁸
- 4) Fungsi development (pengembangan), yaitu membantu individu untuk memelihara dan memberikan arahan yang dapat mengembangkan diri individu tersebut menjadi lebih baik secara keseluruhan, sehingga mengurangi/meminimalisir kemungkinan dirinya untuk terkena masalah.⁹

⁶ Aunnur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), 35-37.

⁷ Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, 18.

d. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam yaitu sebagai berikut:

1) Asas Fitrah

Menurut Islam, manusia dilahirkan di bumi ini dalam atau dengan membawa fitrah, yaitu kecenderungan dan potensi bawaan sebagai muslim. Bimbingan dan konseling mempunyai peran untuk membantuk mengenalkan dan memberi pemahaman kepada individu perihal fitrahnya yang pernah “tersesat” sehingga mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2) Asas-Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Bagi seorang muslim, kebahagiaan duniawi merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara (fana). Kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama bagi setiap muslim, karena sifatnya yang abadi, kekal, dan permanen. Jika setiap manusia ingin mencapai kebahagiaan di akhirat maka ketika hidup di dunia ia harus senantiasa “mengingat Allah SWT”.

3) Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia dalam mengarungi kehidupan di dunia pasti akan menjumpai berbagai masalah dan kesusahan. Jika dilihat dari sudut waktu diperlukannya bimbingan dan konseling, maka hal ini akan berlaku terus hingga akhir hayat. Bimbingan dan konseling juga merupakan bagian dari pendidikan yang berasaskan pendidikan seumur hidup, karena menurut Islam pembelajaran wajib dilakukan oleh setiap muslim tanpa ada batasan umur.

4) Asas “Lillahi Ta’ala”

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah. Ini berarti bahwa semua hal yang pembimbing lakukan berdasarkan rasa ikhlas dan tanpa pamrih. Sedangkan, yang di bimbing harus menerima bimbingan atau konseling dengan ikhlas dan rela. Semua kegiatan yang dilakukan hanya untuk mengabdikan kepada Allah SWT.

5) Asas Keseimbangan Rohaniah

Bimbingan dan konseling Islam menyadari kodrat manusia tersebut dengan berpijak pada fatwa-fatwa Allah SWT serta hadits Nabi, memberikan bantuan kepada konseli agar memperoleh keseimbangan pada diri dalam segi mental rohaniah.

6) Asas Kemajuan Individu

Bimbingan dan konseling Islam, berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang bahwa setiap individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan antara manusia satu dengan yang lain dan mempunyai kemerdekaan atas dirinya (pribadi).

7) Asas Kesehatan Jasmani dan Rohani

Di dalam hidupnya manusia merupakan satu kesatuan yang terdiri dari jasmani dan rohani. Bimbingan dan Konseling Islami memperlakukan kliennya dengan melihat dari kedua sisi tersebut, bukan hanya salah satunya saja. Bimbingan dan Konseling Islami juga membantu individu untuk menyeimbangkan kehidupan dari segi jasmani maupun rohani.

8) Asas Sosialitas Manusia

Manusia sebagai makhluk sosial memiliki beberapa aspek-aspek seperti pergaulan, rasa kasih sayang, rasa aman, rasa nyaman terhadap seseorang semuanya dan lain sebagainya sangat diperhatikan dalam proses Bimbingan dan Konseling Islami, karena merupakan ciri hakiki manusia

9) Asas Keselarasan dan Keadilan

Keharmonisan,keselarasan, keseimbangan, dan keserasian dalam segala hal sangat dikehendaki oleh Islam. Dengan kata lain Islam juga menghendaki manusia untuk selalu berlaku adil terhadap diri sendiri, hak orang lain, hak alam semesta (hewan, tumbuhan dan lain sebagainya) dan juga hak Tuhan.

10) Asas Kekhalifaan Manusia

Menurut Islam, manusia diciptakan di bumi ini adalah sebagai pengelola alam semesta (*khalifah fil ard*). Dengan kata lain, manusia dipandang sebagai makhluk yang dapat mengolah isi dari alam semesta dengan sebaik-baiknya. Memelihara keseimbangan ekosistem di bumi adalah tugas manusia sebagai khalifah, sebab masalah-masalah kehidupan kerap hadir karena perbuatan manusia itu sendiri.

11) Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Bimbingan dan Konseli Islam membantu klien (konseli) untuk memelihara, mengembangkan, serta menyempurnakan sifat-sifat bawaan yang kurang baik atau lemah agar menjadi lebih baik dan mulia.

12) Asas Kasih Sayang

Setiap individu membutuhkan rasa cinta dan kasih sayang dari orang lain, karena kedua hal itulah yang dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan Konseli Islam dilakukan dengan berlandaskan cinta dan kasih sayang, karena dengan itulah Bimbingan dan Konseli Islam akan berhasil.

13) Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Kedudukan antara pembimbing dengan konseli pada dasarnya sama. Maka dari itu diantaranya keduanya harus saling menghormati dan menghargai sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah SWT.

14) Asas Musyawarah

Bimbingan dan Konseli Islam yang dilakukan konselor terhadap klien dilakukan atas dasar musyawarah. Hal ini bermaksud agar diantara kedua belah pihak terjadi dialog yang baik, tidak ada unsur keterpaksaan dan unsur penekanan.

15) Asas Keahlian

Bimbingsn dan Konseli Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki keahlian serta kemampuan di bidang tersebut, baik dalam metodologi ataupun implementasi serta teknik-tekniknya.

e. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam

Di dalam Bimbingan dan Konseling Islam terdapat unsur-unsur yang saling berkaitan satu sama lain yaitu terkait dengan konselor, klien, dan masalah yang akan dihadapi. Penjelasannya selengkapnya sebagai berikut :

1) Konselor

Salah satu subyek penting di dalam Bimbingan dan Konseling Islam yakni pembimbing atau konselor. Seorang pembimbing atau konselor adalah orang yang mempunyai kompetensi di dalam bidang Bimbingan dan Konseling, selain itu juga mempunyai pengetahuan perihal agama Islam dengan baik, mempunyai wawasan yang luas sehingga tidak melihat masalah dari sisi saja, dan dapat menyelesaikan masalah secara baik dengan melihatnya dari berbagai sudut pandang.

Menurut Arifin (1982 : 2), ada beberapa syarat yang harus dipenuhi oleh pembimbing atau konselor perihal tingkah laku dan sikap yang diterapkan yaitu sebagai berikut :

- a) Memiliki rasa tanggung jawab, rasa berbakti, dan loyalitas terhadap pekerjaannya secara konsisten di tengah pergolakan masyarakat.
- b) Memiliki kekuatan dan kematangan jiwa dalam berfikir, berkehendak, dan merasakan terhadap segala hal yang menyangkut tugasnya.
- c) Mengakui kebenaran agama yang dianutnya serta mengamalkannya, karena sebagai konselor akan memberikan contoh norma agama yang konsekwen.
- d) Memiliki sikap dan kepribadian yang dapat menarik kliennya dan juga orang-orang sekitar.

- e) Memiliki cara komunikasi yang baik terhadap klien dan lingkungan sekitar.
- f) Memiliki rasa cinta yang dalam dan luas terhadap klien, karena dengan rasa cinta itu diharapkan konselor dapat menyelesaikan masalah apapun yang dihadapi oleh klien.
- g) Memiliki sikap tanggap dan peka terhadap persoalan yang dihadapi oleh klien
- h) Memiliki rasa ingin maju dalam kariernya (progresif) dengan meningkatkan kemampuan dirinya sebagai konselor.
- i) Memiliki pengetahuan dan keterampilan teknis tentang metode bimbingan dan konseling Islam serta mampu menerapkan dan melaksanakannya.

2) Klien/Konseli

Konseli merupakan suatu individu yang sedang menghadapi masalah jasmaniah maupun rohaniah yang tidak bisa ia selesaikan sendiri/membutuhkan orang lain. Konseli disebut juga sebagai helpee yang merupakan orang yang memerlukan perhatian terhadap masalah yang sedang dihadapinya.¹⁰ Menurut Kartini Kartono ada beberapa syarat perihal sikap dan sifat yang harus dipenuhi untuk menjadi klien sebagai berikut :¹¹

a) Terbuka

Klien harus mempunyai sifat keterbukaan terhadap masalahnya agar saat sesi konseling bisa membantu proses di

¹⁰ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2005), 51.

¹¹ Kartini Kartono, *Bimbingan Konseling dan Dasar-dasar Pelaksananya*, (Jakarta: CV, Rajawali 1985), 47-49.

dalamnya. Keterbukaan ini juga akan membantu konselor agar bisa menemukan solusi yang pas terhadap masalah yang dihadapi klien.

b) Sikap percaya

Klien harus mempunyai rasa percaya terhadap konselor/pembimbingnya agar konseling dapat berjalan lancar. Ini juga berarti bahwa klien harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolong dan tidak membocorkan rahasianya kepada orang lain.

c) Bersikap jujur

Klien harus bersikap jujur agar solusi yang ditawarkan oleh konselor bisa tepat sasaran. Klien juga harus jujur dalam mengemukakan data-data yang valid serta masalah yang sebenarnya terjadi.

d) Bertanggung jawab

Klien harus mempunyai rasa tanggung jawab terhadap masalahnya sendiri. Ia harus bersedia terlibat dan ikut berpartisipasi dalam proses konseling.

3) Masalah

Masalah merupakan kendala atau persoalan yang harus diselesaikan/ditemukan solusinya baik bersifat ringan maupun berat. Berikut merupakan pengertian masalah menurut beberapa ahli dan kamus Bahasa Indonesia :

a) Menurut kamus KBBI, Masalah adalah sesuatu yang harus diselesaikan.

- b) Menurut Dorothy Craig, Masalah adalah suatu kondisi atau situasi yang tidak kita harapkan kedatangannya.
- c) Menurut James Stoner, Masalah adalah situasi yang dapat menghambat organisasi dalam mencapai satu atau lebih tujuan.
- d) Menurut Sugiyono (2009:52) masalah diartikan sebagai penyimpangan antara yang seharusnya terjadi dengan apa yang sebenarnya terjadi, antara teori dengan praktek, antara aturan dengan pelaksanaannya, antara rencana dengan pelaksana.

Menurut H.M Arifin dalam bukunya Aswadi memberikan keterangan bahwa beberapa jenis masalah yang sedang dihadapi seseorang atau masyarakat umum yang memerlukan Bimbingan dan Konseling Islam yaitu :¹²

- a) Problem karena ketegangan jiwa atau syaraf.
- b) Problem tingkah laku sosial.
- c) Problem dalam perkawinan.
- d) Problem karena alkoholisme.
- e) Problem yang tidak dinyatakan secara umum atau khusus yang memerlukan bantuan.

Berdasarkan penjelasan diatas maka masalah yang dihadapi langsung oleh Bimbingan dan Konseling Islam adalah

¹² Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, 27-28.

masalah-masalah yang dikategorikan ringan yang biasa muncul dalam kehidupan sehari-hari.

f. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

1) Identifikasi Masalah/Kasus

Langkah ini merupakan langkah awal untuk menganali kasus yang akan ditangani beserta gejala-gejala yang nampak. Dalam hal ini pembimbing (konselor) akan mencatat kasus-kasus apa saja yang sedang dihadapi oleh klien dan kasus mana yang akan mendapat penanganan terlebih dahulu/diprioritaskan untuk diselesaikan.

2) Diagnosa

Diagnosa ini bertujuan untuk mengumpulkan data-data apa saja yang dapat digunakan untuk pemecahan masalah dengan mengadakan studi kasus terhadap masalah tersebut.

3) Prognosa

Langkah ini untuk menentukan jenis terapi yang cocok yang digunakan untuk membimbing kasus yang telah ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa.

4) Terapi

Langkah ini merupakan langkah lanjutan dari prognosa berupa pelaksanaan terapi atau bantuan yang ditetapkan.

5) Evaluasi dan *Follow Up*

Langkah ini digunakan untuk menilai atau mengetahui seberapa besar dan sejauh mana langkah terapinya berhasil. Dalam langkah *follow up* akan dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih lama.

g. Metode Bimbingan dan Konseling Islam

Untuk merealisasikan bimbingan dan konseling Islam, maka sebagai konselor wajib mempunyai data yang valid. Pengumpulan data sangat penting perannya untuk menjadi barometer sukses tidaknya proses konseling yang dilakukan. Adapun metode bimbingan konseling Islam yang wajib digunakan untuk memperoleh data, antara lain :

- 1) Observasi, adalah salah satu cara untuk mengumpulkan informasi sekaligus data yang sesuai keinginan, guna untuk memuat informasi yang valid sesuai dengan apa yang terjadi dilapangan.
- 2) *Questionnaire*, merupakan suatu kumpulan daftar pertanyaan-pertanyaan yang wajib dijawab oleh klien atau orang yang menjadi objeknya.
- 3) Interview, adalah metode mengumpulkan informasi dan data lewat suatu pertemuan secara langsung (*face to face relation*) di satu tempat yang sama.
- 4) Sosiometri, adalah suatu metode yang dirancang guna untuk mengetahui tingkat interaksi atau kontak sosial seseorang dengan orang-orang yang ada disekitar lingkungannya.
- 5) Tes, sesuai namanya metode ini digunakan untuk proses penyelidikan melalui pertanyaan soal-soal yang ditentukan yang diikuti oleh standar yang telah dibuat.
- 6) *Case Study*, adalah suatu metode yang mempelajari suatu peristiwa atau kejadian mengenai suatu individu guna, untuk

mengumpulkan informasi tentang riwayat hidup seseorang.¹³

Didalam psikoterapi Islam sendiri metode dalam konseling dibagi menjadi empat bagian, yaitu :

a) Metode *Istinbath*

Istinbath ini berasal dari kata “*nabth*” yang mempunyai arti : “air yang mula-mula memancar keluar dari sumur yang digali”. Dengan kata lain arti *Istinbath* ialah “mengeluarkan sesuatu dari persembunyiannya”.¹⁴ Sedangkan secara istilah adalah “mengeluarkan hukum-hukum *fiqh* dari *al-Qur’an* dan *al-Sunnah* melalui kerangka teori yang dipakai oleh ulama ushul.¹⁵

Metode *Istinbath* mempunyai dasar pada ilmu *fiqh* yang dikembangkan, tetapi dalam praktek yang dilakukan metode ini harus dilengkapi dengan teori-teori yang terkandung dalam keilmuan Islam lainnya

¹³ Salahudin Anas. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV. Pusatka Setia, 72-83.

¹⁴ Haidar Bagir dan Syafiq Basri. *Ijtihad dalam Sorotan*, (Bandung: Mizan Anggota IKAPI, 1996), 25.

¹⁵ Muhammad Hamim Ma’rifatulloh “Mutiarah Hikmah Organisasi NU, *Bahtsul Masail*” dalam <http://excellent165.blogspot.co.id/2014/12/organisasi-nu-bahsul-masail-dan.html>, diakses pada 05 Februari 2020

agar lebih tepat dan sesuai dengan *al-Qur'an* dan *al-Sunnah*.¹⁶

Istinbath ini bisa juga berarti “suatu upaya untuk mengeluarkan sesuatu hukum dari sumber yang ada”. Cara kerja dari metode ini diawali dari Da’i yang diturunkan dari kata *ud’u* yang berarti ajaklah, sedangkan Da’i berarti orang yang mengajak. Materi dakwah yang disampaikan berasal dari kata *sabli rabbika* (jalan Allah), yaitu Islam dengan pokok ajaran pokok yang berasal dari *al-Qur'an* dan *al-Sunnah*. Metode dan media dakwah diturunkan dari kata “*bi*” yang berasal dari kata *bilhikmah*. “*Bi*” dalam bahasa Arab mempunyai arti dengan cara atau dengan menggunakan. Jadi, dapat disimpulkan bahwa ia mempunyai arti menunjukkan metode atau media yang digunakan. Lalu, *Mad’u* yang berarti orang yang diajak berasal dari lafad “*man*” (manusia). Menurut QS. An-Nahl (16) : 125, manusia digolongkan menjadi 2 yaitu manusia yang sesat (*mandhola an sabilih*) yang mempunyai indikator berupa ia menolak agama Islam, sedangkan manusia yang mendapat petunjuk (*al-Muhtadun*) mempunyai indikator berupa ia menerima dakwah yang diberikan kepadanya.¹⁷

¹⁶ Muhammad Sulton, *Desain Ilmu Dakwah*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2003), 107.

¹⁷ Enjang AS dan Aliyudin, *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah*, (Bandung: Widya Padjajaran, 2009), 33.

b) Metode *Iqtibas*

Metode ini mempunyai arti suatu langkah kerja untuk menggali, merumuskan, dan mengembangkan teori-teori dakwah dengan meminjam atau menghubungkannya dengan ilmu-ilmu sosial. Hal ini bukan berarti menjiplak atau menyalin, namun lebih dengan melakukan pendekatan karena hal-hal ini juga lumrah terjadi dalam bidang keilmuan yang lain. Dalam khazanah hal ini disebut juga sebagai ilmu bantu. Hasilnya akan berupa teori-teori dakwah orisinal yang menggunakan bahasa yang lebih demokratis yaitu “perspektif”¹⁸

c) Metode *Istiqro*

Metode ini mempunyai arti suatu langkah kerja untuk menggali, merumuskan, dan mengembangkan teori dakwah melalui penelitian kualitatif maupun kuantitatif, baik itu berupa referensi atau penelitian yang terjun ke lapangan secara langsung. Hasil-hasil dari metode ini dapat melahirkan konsep-konsep baru di bidang dakwah ketika telah teruji secara ilmiah¹⁹

d) Metode *Sadd al-Dzari'ah*

Menurut bahasa arti kata *sad al-dzari'ah* adalah “menutup jalan kepada suatu tujuan”. Hal

¹⁸ Enjang AS dan Aliyudin, *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah*, (Bandung: Widya Padjajaran, 2009), 34.

¹⁹ Muhammad Sulon, *Desain Ilmu Dakwah*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2003), 108.

ini memudahkan untuk mencapai atau mendapatkan *kemaslahatan* (hal-hal baik) dan menjauhkan terhadap kemungkinan terjadinya hal-hal jelek. Jadi, *sadd al-dzari'ah* ini merupakan suatu metode dimana ia secara langsung dapat berhubungan dan memelihara *kemaslahatan* sekaligus menghindari *mafsadah*²⁰

Menurut Fathurrahman Djamil (1997: 143), makna dari *sadd al-dzari'ah* ini merupakan upaya mujtahid untuk menetapkan larangan terhadap suatu kasus hukum yang bersifat mubah. Larangan ini mempunyai maksud untuk menghindari perbuatan atau tindakan lain yang sudah jelas dilarang. Dari sini dapat disimpulkan bahwa metode ini bersifat preventif.²¹

Dari keempat metode diatas dikembangkan lagi menjadi beberapa metode, antara lain :

- a) Terapi Al-Qur'an
- b) Terapi Doa
- c) Terapi Dzikir
- d) Terapi Sholat
- e) Terapi Mandi
- f) Terapi Puasa
- g) Terapi Hikmah
- h) Terapi Tarikat dan Tasawuf

²⁰ Masjkur Anhari, *Usul Fiqh*, (Surabaya: Diantama, 2008), 117.

²¹ Fathurrahman Djamil, *Filsafat Hukum Islam*, (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1997), 143.

2. Terapi Behavior

a. Sejarah Singkat Terapi Behavior

Awal tahun 1950-an dan awal 1960-an adalah tahun pertentangan perspektif psikoanalisis yang dominan. Secara garis besar, sejarah perkembangan terapi behavior dibagi menjadi tiga gelombang, yaitu :

- 1) Gelombang I : Tahun 1960 Albert Bandura mengembangkan teori belajar sosial, yang dikombinasikan antara klasik dan operan kondisioning dengan pembelajaran observasional, darisini muncul kognisi fokus yang sah untuk terapi behavior. Tahun 1960-an pendekatan kognitif mulai bermunculan, dan masih memiliki dampak pada praktek terapi. Tahun 1970-an terapi behavior kontemporer mulai muncul sebagai kekuatan utama di psikologi dan dianggap memiliki dampak yang baik bagi pendidikan, psikoterapi, psikologi, psikiatri, dan pekerjaan sosial. Alasan tersebut menjadikan tahun 1970-an menjadi tahun kejayaan terapi behavior yang bisa disebut dengan “gelombang pertama” di lapangan behavior, karena teknik ini dipandang sebagai pilihan perawatan yang tepat untuk banyak masalah psikologis.
- 2) Gelombang II : Pada tahun 1980-an inovasi terapi behavior mulai bermunculan yang ditandai dengan pencarian konsep dan metode baru yang melampui teori belajar tradisional. Beberapa perubahan mulai terjadi, mulai dari nama dan beberapa deskripsi untuk mengungkapkan pemikiran yang mengintegrasikan terapi perilaku dan kognitif.

- 3) Gelombang III : Awal 2000-an ruang lingkup mengenai penelitian dan praktek mulai diperbesar. Perkembangan terbaru termasuk terapi perilaku dialektis, kesadaran berbasis pengurangan stress, kesadaran berbasis terapi kognitif, terapi komitmen, dan penerimaan.

b. Pengertian Terapi Behavior

Terapi behavior merupakan penerapan dari beberapa teknik dan prosedur mengenai cara belajar. Terapi ini menerapkan prinsip yang sistematis mengenai pembelajaran tingkah laku kearah yang lebih adaptif. Pendekatan behavior memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan ilmu dibidang pendidikan maupun klinis.

Menurut Gerald Corey (1998 : 196), terapi behavior adalah suatu pendekatan konseling yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku agar menjadi lebih adaptif. Terapi behavior merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk mengubah tingkah laku yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak lebih efektif dan mampu menyelesaikan masalah secara efisien dan efektif. Terapi behavior ini merupakan aspek gerakan memodifikasi tingkah laku yang masih berada pada taraf yang masih bias yang didefinisikan secara operasional, diamati dan diukur. Ciri-ciri behavior dapat diketahui dari:

- a) Perhatian dipusatkan pada tingkah laku yang tampak.
- b) Prosedur *treatment* yang dirumuskan secara spesifik yang disesuaikan dengan masalah yang dihadapi.

- c) Menguraikan tujuan-tujuan *treatment* dengan cermat.

Dalam konsep terapi behavior ini, perilaku manusia merupakan suatu hasil pembelajaran yang dapat diubah dengan cara memanipulasi dan mengkondisikan/mengkreasikan suasana belajar. Menurut Singgih (2007 : 194), ciri-ciri pendekatan behavior adalah:

- a) Kebanyakan perilaku manusia merupakan hasil dari proses pembelajaran, karena itu masih dapat dirubah.
- b) Perubahan khusus terhadap lingkungan akan membantu individu atau sekelompok individu untuk merubah perilaku-perilaku yang tidak relevan menjadi lebih relevan.
- c) Perubahan yang terjadi di luar proses konseli akan berpengaruh terhadap nilai keefektifan dan hasil konseling yang diberikan.

c. Ciri-ciri dan Tujuan Terapi Behavior

Terapi behavior memiliki perbedaan atau ciri-ciri dengan terapi lain yang ditandai oleh:

- 1) Pemusatan terapi yang nampak dan spesifik
- 2) Ketelitian, kecermatan dan tujuan terapi yang jelas
- 3) Prosedur terapi yang spesifik dan disesuaikan dengan masalah konseli
- 4) Penyimpulan yang objektif atas hasil terapi yang dilakukan

Terapi behavior tidak hanya berlandaskan sekumpulan konsep yang sistematis, yang berakar pada suatu teori yang dikembangkan. Walaupun mempunyai banyak teknik, terapi behavior memiliki sedikit konsep, yaitu suatu pendekatan induktif yang

berlandaskan eksperimen, dan menerapkan metode eksperimental pada proses terapeutik.²²

Tujuan secara umum terapi behavior adalah pada perubahan atau modifikasi perilaku pada konseli, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.²³ Tujuan terapi behavior antar lain :

- 1) Menciptakan proses belajar yang baru Penghapusan hasil belajar dan perilaku yang kurang baik.
- 2) Memberikan konseli pengalaman belajar yang adaptif.
- 3) Memberikan bantuan kepada konseli untuk mengganti/membuang respon-respon lama yang dapat merusak diri (*maladaptive*) dan mempelajari respon-respon baru yang dapat mengembangkan diri dan lebih sesuai (*adjustive*).
- 4) Konseli mengeleminasi perilaku yang buruk/ tidak sesuai dengan mempertahankan dan memperkuat perilaku yang diinginkan.
- 5) Penetapan pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.

Dalam perumusan tujuan konseling, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan :

- 1) Tujuan konseling dirumuskan sesuai keinginan atau kebutuhan konseli
- 2) Konselor dengan telaten dan bersedia membantu konseli mencapai tujuan konseli.

²² Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Jakarta : PT Indeks, 2011), 199-200.

²³ Gerald Corey, *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*, 200.

- 3) Harus mempertimbangkan kemampuan yang konseli miliki.

Tujuan konseling behavior adalah mencapai tujuan agar konseli bisa menjalani kehidupan tanpa mengalami kesulitan dan hambatan perilaku, yang dapat membuat ketidaknyamanan jangka panjang atau mengalami konflik dengan kehidupan sosial.²⁴

Dari penjabaran diatas bisa ditarik kesimpulan mengenai tujuan dari konseling behavior adalah untuk memperoleh tingkah laku baru, membuang perilaku yang maladaptif dan memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan dalam selang waktu yang lama. Tujuan umum terapi ini adalah menciptakan atau membuat kondisi baru untuk belajar. Dengan alasan bahwa suatu pembelajaran dapat memperbaiki masalah tingkah laku.

d. Tahap-Tahap Terapi Behavior

Tahap-tahap konseling atau terapi behavior terdiri atas 4 tahap, yaitu:

- 1) Melakukan pengukuran (*assesment*)

Tahap ini akan membantu konseli untuk menentukan apa yang akan dilakukannya saat ini. Menurut Kanker dan Saslow yang dikutip oleh Gantina Kumalasari, Eka Wahyuni dan Karsih mengatakan terdapat enam informasi yang dapat digali dalam tahap *assessment*, yaitu:

²⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2008), 137.

- a) Tingkah laku yang dianalisis adalah tingkah laku yang khusus (bermasalah) yang dialami oleh konseli saat ini.
- b) Analisis situasi bermasalah yang konseli hadapi. Melalui analisis konselor bisa mengidentifikasi peristiwa yang merubah tingkah laku dan mengikutinya (*antecedent* dan *consequence*) yang berhubungan dari masalah koseli.
- c) Analisis motivasional
- d) Analisis *self control*, adalah suatu tingkatan kontrol diri yang ada dalam diri konseli, konselor disini dapat menganalisis tingkah laku yang bermasalah agar bisa mengarahkan konseli menuju keberhasilan dalam mengontrol dirinya.
- e) Analisis hubungan sosial, adalah salah satu tipe menganalisa melalui hubungan atau interaksi yang melibatkan orang-orang yang ada disekitar konseli.
- f) Analisis lingkungan fisik sosial budaya. Analisis yang dilakukan konselor disini mengenai dasar norma, peraturan, dan keterbatasan lingkungan yang ada disekitar konseli.

Kegiatan asesmen ABC diperlukan konselor untuk membantu menganalisis permasalahan yang muncul.

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan), yang meliputi :

- a) Tipe tingkah laku.
- b) Frekuensi tingkah laku
- c) Durasi tingkah laku
- d) Intensitas tingkah laku

Data tingkah laku diatas, akan menjadi data awal (*baseline data*) yang akan dibandingkan dengan data setelah intervensi.

C = *Cosequence* (konsekuensi atau akibat perilaku)

2) Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*)

Tujuan konseling harus ditentukan bersama oleh konselor dan konseli sesuai kesepakatan yang dibuat bersama, tentunya didasarkan pada informasi yang terkumpul dan sudah dianalisis. Menurut Eka Wahyuni dan Karsih mengemukakan fase *goal setting* disusun atas tiga langkah :

- a) Konseling diarahkan untuk memandang masalahnya dengan tujuan yang diinginkan.
- b) Tujuan yang telah disepakati harus dipertahankan dari kemungkinan hambatan-hambatan yang akan dihadapi.
- c) Membuat tujuan akhir menjadi sub-tujuan dan menyusunnya menjadi susunan yang urut.

3) Implementasi Teknik

Setelah tujuan konseling disepakati antara konselor dan konseli, selanjutnya dirumuskan untuk menentukan strategi, hal ini bertujuan untuk memudahkan konseli mencapai perubahan perilaku yang diinginkan. Pada tahap ini konselor dan konseli mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami konseli. Dalam implementasi teknik, konselor bisa menjadikan data dan informasi perubahan tingkah laku dan data intervensi untuk dibandingkan.

4) Evaluasi dan Pengakhiran

Evaluasi konseling adalah proses berkesinambungan dari berbagai data atas dasar apa yang konseli perbuat. Patokan tingkah laku seorang konseli digunakan sebagai dasar untuk mengevaluasi efektivitas konselor sekaligus efektivitas tertentu dari teknik yang digunakan. *Terminasi* pada tahap ini sangat diperlukan, dengan cara meliputi :

- a) Menguji yang dilakukan konseli terakhir.
- b) Mencari kemungkinan kebutuhan yang konseli butuhkan kedepan nantinya.
- c) Konselor membantu konseli menafsirkan apa yang dipelajari dalam proses konseling, selanjutnya diterapkan pada tingkah laku konseli.
- d) Tetap memantau perkembangan yang dihadapi konseli,

Pada tahap terakhir, konselor dan konseli mengevaluasi teknik yang telah diterapkan, serta menentukan lamanya intervensi dilakukan konseli sampai proses penerapan tingkah laku diharapkan menjadi permanen.²⁵

e. Teknik Terapi Behavior

Teknik konseling behavioral memiliki dua jenis, yaitu berguna untuk meningkatkan tingkah laku dan untuk menurunkan tingkah laku. Beberapa teknik untuk meningkatkan tingkah laku, meliputi : perjanjian kontrak (*contingency contracting*),

²⁵ Gantina Kumalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta : Indeks, 2011), 177-180.

penguatan positif, pembentukan tingkah laku baru (*shaping*), *token economy*.

Sedangkan teknik untuk menurunkan tingkah laku, meliputi : hukuman (*punishment*), disensitasi sistematis, pembersihan (*flooding*), penghapusan (*extinction*), penenuhan (*satiation*), terapi aversi, dan *time out*. Berikut ini adalah penjelasan dari masing-masing teknik diatas :



1) Penguatan Positif

Penguatan positif yang dimaksud disini adalah dengan memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang sesuai keinginan dimunculkan, hal ini bertujuan agar tingkah laku yang muncul diulangi dengan intensitas yang semakin meningkat dan akhirnya bisa menjadi tingkah laku yang menetap di masa mendatang.

Reinforcement positif, adalah peristiwa yang membuat tingkah laku yang cenderung disenangi untuk terus diulangi. Dalam memahami lebih lanjut macam penguatan harus bisa membedakan antara penguatan positif dan negatif (*negative reinforcement*) yang bertujuan untuk menghilangkan stimulus tingkah laku tidak diinginkan yang biasa dilakukan, untuk lebih ditekan dan dikurangi.

Reinforcement negative adalah penekanan dari suatu peristiwa dari tingkah laku yang harus ditekan kemunculannya yang berguna untuk menghilangkan kebiasaan itu dimasa yang akan datang. Dapat disimpulkan dari penjelasan penguatan positif dan negatif diatas, bahwa *reinforcement* bertujuan untuk menambah ataupun mengurangi suatu tingkah laku, sesuai tujuan yang diinginkan atau dituju.

a) Prinsip-prinsip *Reinforcement Positif*

Sebagai seorang konselor harus bisa memahami prinsip-prinsip yang ada pada *reinforcement* agar bisa menerapkan hasil yang sesuai dan maksimal. Prinsip-prinsip yang ada dalam *reinforcement*, antara lain :

1. *Reinforcement* positif bergantung pada kemunculan tingkah laku yang diinginkan.

2. Tingkah laku yang sesuai atau diinginkan segera diberikan penguatan secepatnya setelah tingkah laku muncul.

3. Ketika melalui tahap awal pemberian *reinforcement*, proses tingkah laku yang diinginkan diberikan penguatan secara berkala atau terus menerus, ketika tingkah laku mulai muncul.

4. Pada tahap selanjutnya, apabila tingkah laku yang diinginkan sudah dirasa cukup dilakukan dengan baik, *reinforcement* bisa dihentikan.

5. Penerapan *reinforcement* pada tahap awal, penguatan sosial selalu diikuti dengan penguatan yang berbentuk benda.

b) Korelasi *Reinforcement* dan tingkah laku

1. Adanya *reinforcement* selalu diikuti dengan tingkah laku yang ada.

2. Tingkah laku yang diinginkan segera diberikan *reinforcement* setelah dimunculkan.

3. Pemilihan *reinforcement* harus tepat dan bermakna, sesuai kebutuhan suatu kelompok maupun individu.

4. Pemberian reward dan pujian yang kecil namun banyak, dinilai lebih efektif dari yang besar namun sedikit.

c) Jenis-jenis *Reinforcement*

Dalam modifikasi perilaku, terdapat tiga cara yang bisa digunakan untuk modifikasi tingkah laku yang muncul, antara lain :

1. *Primary reinforce* adalah pemberian yang bisa langsung diberikan misalnya jajanan, minuman, dan permen.
2. *Secondary reinforce*, pada umumnya perilaku manusia berhubungan dengan pujian, senyuman, uang, pin, hadiah maupun kehormatan.
3. *Contingency reinforcement*, adalah memberikan persyaratan atau tingkah laku kurang menyenangkan sebelum memberikan *reward* atau memberikan perilaku yang menyenangkan.

d) Tahap-tahap pemberian *Reinforcement*

Dalam penerapan reinforcement ada beberapa tahap yang harus dilakukan oleh konselor, yaitu :

1. Menyatukan beberapa data atau informasi menggunakan metode ABC.
2. Menentukan tingkah laku yang ingin dicapai, untuk lebih ditingkatkan.
3. Menggunakan data awal untuk dijadikan sebagai (baseline) atau perilaku awal.
4. Menentukan secara matang *reinforcement*, sebelum memberikan kepada klien.

5. Menyepakati jadwal pemberian *reinforcement*.
6. Mengimplementasikan *reinforcement* positif.

2) Kartu Berharga (*Token Economy*)

Teknik konseling ini bertujuan untuk menghindari pemberian *reinforcement* secara langsung, token merupakan cara pemberian *reward* yang bisa ditukar setelahnya, dengan barang yang diinginkan konseli. Teknik konseling *token economy* ini bisa diterapkan diberbagai model konseling, baik konseling individual, kelompok, maupun kelas, dengan rentang umur dari anak-anak maupun orang dewasa. Pada konsepnya pemberian teknik ini untuk mengembangkan tingkah laku yang diinginkan melalui token, dan apabila konselor sudah mendapati perilaku yang diinginkan, pemberian token bisa dikurangi secara bertahap.

Dengan berjalannya waktu dan menganalisa perubahan tingkah laku, pemberian token bisa dikurangi dan diganti dengan penguatan sosial seperti pujian untuk memberikan motivasi internal kepada individu, karena dalam kehidupan nyata atau bersosial tidak menerapkan system *token economy*.

a. Tahap-tahap Penerapan *Token Economy*

Dalam penerapan *token economy* harus mengikuti tahap-tahap yang telah ditentukan guna untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Berikut ini adalah tahapan penerapan *token economy* :

1. Menerapkan metode ABC sebelum menganalisis tingkah laku yang muncul.

2. Menentukan tingkah laku yang ingin dicapai konseli,
3. Menyepakati besaran harga, hadiah, atau poin token yang sesuai dengan tingkah laku target.
4. Menyepakati bersama kapan waktu yang sesuai untuk pemberian token.
5. Menentukan tingkah laku awal program.
6. Menyepakati tipe token yang digunakan, contohnya stempel, angka, kartu, atau bintang.
7. Mengamati dan mengidentifikasi siapa saja yang terlibat dalam proses penerapan *token economy* misalnya anggota keluarga, guru di sekolah, teman, siswa atau anggota sesama pengguna *token economy*.
8. Menentukan jumlah pemberian dan penukaran poin dalam sehari, misalnya poin token ditukar apabila menyentuh target 30-40 poin.
9. Membuat dan menyepakati pedoman pelaksanaan pemberian token, jumlah token, data apa saja yang diperoleh, siapa saja yang ditunjuk menjadi administratornya, dan system evaluasi yang digunakan.
10. Pedoman yang telah disepakati, selanjutnya diberikan kepada konseli dan orang-orang yang terlibat disekitar konseli.
11. Dalam tahap terakhir, konselor harus melakukan monitoring untuk memantau tingkah laku klien selama penerapan *token economy*.

3) Pembentukan (*Shaping*)

Teknik *Shaping* digunakan untuk pembentukan tingkah laku baru yang sebelumnya tidak dimunculkan klien, dengan proses pemberian *reinforcement* secara teratur dan langsung apabila tingkah laku yang diinginkan dimunculkan klien. Perilaku klien diubah secara bertahap dengan mencari unsur yang memperkuat tingkah laku yang diinginkan secara berturut turut hingga menuju tingkah laku akhir.

a. Tahap-tahap Penerapan *Shaping*

1. Menggunakan analisis yang khas di teknik behavior, yaitu metode analisis ABC.
2. Menetapkan target tingkah laku yang ingin dicapai konseli.
3. Menyepakati bersama jenis *reinforcement* positif yang akan digunakan.
4. Membuat rencana pencapaian tingkah laku yang diinginkan, misalnya telat datang ke sekolah, diubah menjadi tidak telat ketika berangkat ke sekolah.
5. Perencanaan bisa diubah atau dimodifikasi selama program berlangsung.
6. Penetapan pemberian *reinforcement* pada waktu atau tahap tertentu, misal setelah beberapa kali percobaan yang diberikan berapa kali perilaku target yang muncul dalam satu tahap.

4) Pembuatan Kontrak (*Contingency Contracting*)

Contingency Contracting adalah teknik pembuatan kontrak atau kesepakatan yang dibuat oleh konseli dan juga konselor, guna untuk membentuk atau membatasi tingkah laku yang ditampilkan oleh konseli.

a. Prinsip Teknik Pembuatan Kontrak

1. Setiap kontrak yang dibuat harus diiringi dengan penguatan.
2. Pola pemberian *Reinforcement* harus diberikan dengan segera.
3. Kontrak yang dibuat harus disepakati dahulu oleh konseli dan juga konselor.
4. Kontrak yang telah dibuat harus dilakukan oleh konseli, dengan tanggung jawab dan keterbukaan.
5. Kontrak yang disepakati antara konseli dan konselor harus jelas, seperti lamanya kontrak, frekuensi, dan tingkah laku yang ingin dicapai.

b. Tahap – tahap Pembuatan Kontrak

1. Tentukan tingkah laku yang ingin diubah, dengan menerapkan analisis ABC.
2. Tentukan tingkah laku awal yang ingin diubah.
3. Memberikan *reinforcement* dengan segera, sesuai jadwal kontrak yang telah disepakati.
4. Segera memberikan penguatan setiap tingkah laku yang diinginkan sudah

tercapai atau mulai menetap, misal pujian.

5) Pencontohan (*Modeling*)

Percontohan adalah metode belajar melalui pengamatan atau observasi dengan mengurangi atau menambahkan perilaku yang terdeteksi, yang melalui proses kognitif. Ada beberapa jenis atau tipe dalam teknik modeling ini, berikut adalah tipe-tipe *modeling* :

- a. *Modeling* tingkah laku baru, yaitu metode *modeling* dengan mengubah tingkah laku yang didapat klien secara sosial individu ketika memperoleh tingkah laku baru.
- b. *Modeling* tingkah laku lama, adalah metode yang digunakan dengan cara meniru tingkah laku yang kurang atau tidak diterima.
- c. *Modeling* simbolik, adalah teknik yang menyajikan contoh tingkah laku melalui film, televisi yang terlihat berpotensi sebagai model tingkah laku untuk ditiru.
- d. *Modeling Kondisioning*, model ini sering digunakan untuk mempelajari respon emosional yang ada. Peran konselor disini adalah untuk mengobservasi model tingkah laku emosional yang mendapatkan penguatan. Contoh emosi yang muncul apabila melihat film pembunuhan yang dilampiaskan ke obyek yang ada disekitar klien, yang mengakibatkan munculnya perilaku kekerasan, dan pembunuhan.

6) Pengelolaan Diri (*Self Management*)

Prosedur *Self Management* adalah prosedur dimana klien sendiri yang bisa mengontrol perilaku yang ingin ditiadakan atau ingin ditimbulkan. Dalam teknik pengelolaan diri. Pada penerapan teknik ini harus mempertahankan beberapa komponen dasar yang yaitu, menentukan sasaran perilaku, memantau perilaku, menentukan dan menerapkan prosedur yang ditentukan, dan mengevaluasi efektivitas prosedur yang ditentukan.

Klien memiliki tanggung jawab sepenuhnya dengan keberhasilan proses konseling, sedangkan konselor mempunyai peran sebagai fasilitator, motivator, dan penyampai gagasan.

a. Langkah – Langkah Pengelolaan Diri :

1. Tahap Observasi

Tugas klien disini adalah mengamati perilakunya sendiri selanjutnya untuk dicatat dan di observasi. Catatan yang ditulis berupa frekuensi tingkah laku, intensitas, dan durasi perilaku muncul.

2. Tahap Evaluasi

Tugas klien selanjutnya adalah membandingkan catatan yang diberikan dengan target yang ingin dicapai. Hal ini bertujuan untuk melihat seberapa efektivitasnya teknik dan target yang diberikan. Apabila ditengah jalan teknik dan target yang ditentukan tidak berhasil, konselor wajib melakukan evaluasi lebih dalam lagi.

3. Tahap Penentuan (Penguatan, Penghapusan, dan Hukuman)

Tugas klien pada tahap ini adalah mengendalikan dirinya sendiri, dengan pemberian penguatan, mengurangi atau menghapus, dan memberikan hukuman untuk dirinya sendiri. Tahapan ini bisa terbilang sulit karena klien perlu mendapatkan kemauan yang kuat dari dalam dirinya sendiri.

7) Penghapusan (*Extinction*)

Cara kerja teknik ini adalah dengan memberikan *reinforcement* kepada tingkah laku, yang sebelumnya sudah diberikan *reinforcement*.

Tahapan teknik penghapusan, yaitu :

- a. Menggunakan analisis ABC untuk menentukan tingkah laku yang akan dihentikan.
- b. Bekerjasama dengan orang-orang disekitar lingkungan klien, untuk mengabaikan apabila tingkah laku muncul kembali.
- c. Teknik ini dinilai lebih akurat apabila dikombinasikan dengan teknik penguatan positif.

8) Pembanjiran (*Flooding*)

Cara kerja teknik ini adalah membanjiri klien dengan keadaan yang menyebabkan kecemasan atau perilaku yang tidak diinginkan, hingga klien merasa kecemasan yang muncul tidak terjadi lagi.

Teknik ini diberikan secara hati-hati kepada klien, guna untuk menghindari reaksi emosi yang

berlebihan. Teknik ini cocok digunakan kepada klien yang memiliki kasus *phobia*. Hal ini bertujuan untuk menurunkan rasa takut yang ditimbulkan, dengan pemberian stimulus-stimulus sehingga berdampak terjadinya penurunan tanpa pemberian penguatan.

9) Penjenuhan (*Satitiation*)

Penjenuhan adalah bagian dari *flooding* untuk kontrol diri. Kontrol diri adalah cara individu untuk mengolah tingkah lakunya. Tujuan kontrol diri adalah untuk menghindari kondisi yang bisa berpengaruh buruk bagi tingkah laku.

Tujuan penjenuhan adalah untuk membuat diri jenuh dan mengurangi atau menghilangkan tingkah laku yang muncul. Pemberian penguatan sangat membantu dalam pelaksanaan teknik ini, dikarenakan pemberian penguatan yang semakin banyak dan berulang-ulang akan menjadikan individu menghentikan tingkah laku yang tidak diinginkan.

10) Hukuman (*Punishment*)

Teknik hukuman digunakan konselor untuk menurunkan atau mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan. Penerapan teknik ini adalah dengan pemberian stimulus yang tidak menyenangkan guna untuk mengurangi kecenderungan tingkah laku.

Pemberian hukuman memiliki efek emosional yang cenderung mengarah ke negatif (emosi tinggi dan depresi). Pemberian teknik ini harus diimbangi dengan penguatan positif.

11) Time-Out

Teknik *time out* berguna untuk mengurangi peluang klien untuk mendapatkan penguatan positif. Penerapan teknik ini biasanya dilakukan dikelas untuk siswa yang mempunyai perilaku yang tidak diinginkan. Sehingga dalam kondisi diasingkan berharap siswa yang bermasalah, berupaya untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.

12) Terapi Aversi

Teknik aversi bertujuan untuk mengurangi gangguan tingkah laku spesifik, yang menggunakan stimulus yang menyakitkan sehingga terjadinya perilaku yang tidak diinginkan. Pemberian stimulus dibarengi dengan kejutan listrik atau obat yang membuat mual. Penerapan aversi melibatkan pengurangan penguatan positif dan pemberian hukuman.

Pemberian obat mual biasanya diberikan kepada klien yang memiliki ketergantungan rokok, alkohol, narkotika, berjudi, penyimpangan sosial, homoseksual, dll. Tahapan aversif bertujuan untuk menahan respons maladaptive, sehingga ada kesempatan klien mendapatkan tingkah laku yang bisa diterima.

13) Disensitisasi Sistematis

Teknik ini digunakan untuk mengurangi dan menghapus perilaku kecemasan dan tingkah laku menghindar. Teknik disensitisasi sistematis diterapkan dengan pengondisian yang menurunkan atau melemahkan stimulus penghasil kecemasan dan diganti dengan stimulus yang positif.

Teknik ini melibatkan teknik relaksasi, yang melatih klien untuk lebih santai dengan pengalaman

pribadi yang mengingatkan munculnya kecemasan yang divisualisasikan.

3. Santri

a. Pengertian Santri

Santri secara umum didefinisikan sebagai suatu individu atau kelompok yang mempelajari ilmu khususnya ilmu agama Islam di sebuah tempat yang bernama pesantren/pesantrian.²⁶ Santri juga dapat disebut sebagai seseorang yang tinggal di dalam lingkungan dan mengabdikan dirinya di pesantren. Menurut C.C. Berg, kata santri berasal dari bahasa India yaitu “*shastri*” yang mempunyai arti orang yang mempunyai ilmu pengetahuan terhadap buku-buku suci agama Hindu. Sementara menurut Nurcholish Madjid, asal-usul kata “santri” dapat dilihat dari dua pendapat. *Pertama*, pendapat yang menyatakan bahwa kata santri berasal dari bahasa sansekerta “*sastri*” yang berarti melek huruf. Pendapat ini diberikan atas dasar orang Jawa yang berusaha belajar dan mendalami ilmu agama melalui kitab-kitab yang bertuliskan dan berbahasa Arab. *Kedua*, pendapat yang menyatakan bahwa kata “santri” berasal dari bahasa Jawa yaitu “cantrik” yang berarti suatu individu yang selalu mengikuti gurunya kemanapun guru tersebut menetap.²⁷

Jadi, dapat dikatakan bahwa santri adalah individu atau sekelompok orang yang kehidupannya tidak dapat dipisahkan dari kehidupan para ‘ulama. Santri adalah siswa atau mahasiswa yang dididik untuk

²⁶ Mansur Hidayat, *Model Komunikasi Kyai dengan Santri di Pesantren*, (Yogyakarta, 2016, Vol.2, no.2), 387.

²⁷ Yasmadi, *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish terhadap Pendidikan Islam Tradisional*, (Jakarta: Ciputat Press, 2005), 61.

melanjutkan perjuangan para ‘ulama terdahulu. Santri juga merupakan suatu elemen penting dalam kelembagaan pesantren, karena lewat merekalah perjuangan para kyai atau ‘ulama sebelumnya dapat berlanjut. Santri mempunyai beberapa alasan sehingga ia memilih untuk pergi dan menetap di pesantren yaitu sebagai berikut:

- 1) Santri mempunyai keinginan untuk mempelajari kitab-kitab lain yang membahas Islam lebih dalam lagi dibawah bimbingan orang yang berkompeten (dalam hal ini kyai) yang memimpin suatu pesantren;
- 2) Santri ingin mendapat pengalaman kehidupan saat di pesantren, baik dalam bidang belajar-mengajar, organisasi maupun hubungan dengan pesantren-pesantren lain yang lebih terkenal;
- 3) Santri ingin memfokuskan studinya di pesantren tanpa disibukkan oleh kewajiban sehari-hari saat di rumah. Selain itu, dengan menjalani kehidupan di pesantren yang sangat jauh dari rumah membuatnya lebih mandiri dan tidak perlu bolak-balik ke rumah, meski kadang ada rasa rindu dengannya.²⁸

Menurut Zamakhsyari Dhofir, santri dibagi menjadi dua kelompok sesuai dengan tradisi pesantren yang ada, yaitu:

- 1) Santri mukim, yaitu santri yang memilih untuk menetap dan diberikan tanggung jawab mengurus segala kepentingan yang berhubungan dengan pondok pesantren. Semakin lama tinggal di pondok

²⁸ Yasmadi, *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish terhadap Pendidikan Islam Tradisional*, 89.

biasanya status dari santri tersebut akan bertambah dan diberikan tanggung jawab oleh kyai berupa mengajarkan kitab-kitab dasar kepada santri-santri yang lebih junior.

- 2) Santri kalong, yaitu santri yang memilih untuk pulang ke rumah setelah menyelesaikan kegiatan belajarnya di pondok.²⁹

4. Kepribadian *Introvert*

a. Pengertian Kepribadian

Istilah “kepribadian” (personality) berasal dari bahasa latin “*persona*” yang mempunyai arti topeng atau kedok. Yang dimaksud dengan topeng atau kedok adalah watak, sifat, perilaku atau kepribadian seseorang. Bagi bangsa Yunani, “*persona*” memiliki peran dimana seseorang tersebut menggambarkan dirinya terhadap orang lain. Pada masyarakat awam, *personality* adalah tingkah laku atau kepribadian seseorang yang ditempatkan di lingkungan sosial.³⁰

Menurut Gordon Allport, kepribadian merupakan suatu organisasi yang dinamis yang ada di dalam tiap-tiap individu yang terdiri dari sistem-sistem psikofisis yang menentukan bagaimana cara beradaptasi di lingkungan sosial. Sistem psikofisis yang dimaksud terdiri dari kebiasaan, kepercayaan, sikap, nilai, kepercayaan, motif, emosi dan sentimen.³¹ Dinamis mempunyai arti bahwa kepribadian yang ada dapat berubah seiring dengan proses pembelajaran dan pengalaman-pengalaman yang dilalui.

²⁹ Harun Nasution et. al, *Ensiklopedia Islam*, (Jakarta: Depag RI, 1993), 1036.

³⁰ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UM Press, 2004), 8.

³¹ Hurlock, *Developmental Psychology Life Span Approach. Fifth Edition*, (New Delhi: Tata Mc. Graw Hill, 1981), 524-525.

Jung mempunyai konsep terhadap tipe kepribadian yang disebut “ekstraversi” dan “intraversi”. Jung melihat bahwa pribadi yang ekstraversi (ekstrovert) mempunyai cara pandang yang objektif atau tidak secara personal perihal dunia, sedangkan pribadi yang intraversi (introvert) mempunyai cara pandang yang lebih subjektif atau secara personal dalam melihat sesuatu.³² Yusuf dan Nurihsan menjelaskan bahwa kata kepribadian digunakan untuk menggambarkan:

1) Identitas diri, jati diri seseorang

Contoh: “Saya seorang yang pemberani”, “Saya seorang yang tertutup”

2) Kesan seseorang terhadap diri anda atau orang lain

Contoh: “dia lembut” atau “dia pembohong”

3) Fungsi-fungsi kepribadian yang sehat atau bermasalah

Contoh: “saya seorang yang jahat” atau “Dia seorang yang pemaaf”.

Yusuf juga mendefinisikan kepribadian ke dalam beberapa unsur yaitu sebagai berikut:

1) Organisasi dinamis, yang bermaksud bahwa kepribadian individu dapat juga berubah dan berkembang seiring bertambahnya pengalaman di dalam hidupnya meskipun memang ada sebagian kepribadian yang sifatnya mengikat.

2) Psikofisis, hal ini berarti bahwa kepribadian bukan hanya soal kerja fisik saja (neural), namun juga perpaduan dari aspek dan fisik dalam kesatuan.

³² Jess Feist & Gregory, *Theories of Personality* terj. Yudi Santoso S.Fil., (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2008), 354.

- 3) Istilah menentukan, berarti bahwa kepribadian mempunyai peran untuk menentukan (determinasi) dalam menentukan tingkah laku individu.
- 4) *Unique* (khas), berarti bahwa diantara satu orang dengan yang lain pasti memiliki kepribadian berbeda-beda.
- 5) Menyesuaikan diri terhadap lingkungan, menunjukkan bahwa kepribadian berperan mengantarkan individu ke dalam lingkungan fisik serta sosialnya, dapat juga menguasai lingkungan tersebut. Maka dari itu, kepribadian dikatakan juga mempunyai peran untuk beradaptasi dengan lingkungan.³³

b. Faktor Terbentuknya Kepribadian

Kepribadian merupakan suatu karakteristik yang cenderung stabil yang dipengaruhi oleh banyak faktor, tidak bisa muncul secara spontan, tetapi merupakan hasil dari pengalaman, pengamatan, lingkungan sosial di sekitar, budaya, usia, dan faktor-faktor individu dari:

- 1) Pengalaman Awal: menurut Sigmund Freud, pengalaman yang terjadi saat masih kanak-kanak dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian. Trauma saat proses kelahiran, serta pemisahan dari ibu kandung merupakan salah satu pengalaman yang sulit untuk dilupakan ataupun dihapus dari ingatan.
- 2) Pengaruh Budaya: dalam hal ini anak dituntut untuk mengembangkan pola kepribadian yang sesuai dan berkembang dengan standar yang ada di masyarakat sekitar.

³³ Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2001), 127.

- 3) **Kondisi Fisik:** kondisi ini mempunyai efek langsung dan tidak langsung yang dapat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang. Kondisi fisik juga mempunyai peran dalam menentukan apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh individu tersebut. Kondisi seperti kekurangan nutrisi (malnutrisi), kelelahan tubuh maupun pikiran, penyakit yang menahun dan tidak kunjung sembuh, dan gangguan kelenjar endokrin ke tiroid (membuat individu tersebut gelisah, depresi, hiperaktif dan sebagainya)
- 4) **Daya Tarik:** orang yang mempunyai daya tarik lebih dinilai lebih baik di masyarakat dan lebih diinginkan keberadaannya daripada orang yang dinilai kurang menarik. Bagi mereka yang memiliki kelebihan daya tarik akan jauh diuntungkan di lingkungan sosial.
- 5) **Intelegensi:** perhatian akan lebih diberikan kepada individu yang mempunyai tingkat kecerdasan yang tinggi, tetapi jika hal ini diberikan secara berlebihan dapat menyebabkan individu tersebut menjadi sombong dan membuat orang yang kurang pandai merasa bahwa ia bodoh.
- 6) **Emosi:** ledakan emosi dapat menyebabkan hal-hal yang tidak diinginkan yang mempunyai kecenderungan kasar, tidak mau bekerja sama dan sibuk sendiri. Emosi yang meluap-luap ini juga menandakan bahwa individu tersebut kurang matang.
- 7) **Penerimaan Sosial:** individu yang diterima di lingkungan sosialnya akan membuat ia mempunyai rasa percaya diri yang lebih daripada individu yang lain. Sebaliknya, jika individu tersebut tidak diterima maka ia cenderung akan membenci orang lain, selalu cemberut dan mudah tersinggung.
- 8) **Pengaruh Keluarga:** faktor ini sangat berpengaruh terhadap terbentuknya kepribadian suatu individu,

karena waktu yang dihabiskan paling banyak pasti saat bersama keluarga dan di dalam keluarga itulah terbentuk sendi-sendi kepribadian.

- 9) Perubahan Fisik: perubahan kepribadian dapat juga disebabkan oleh perubahan kematangan fisik. Entah itu mengarah ke yang lebih baik atau dapat juga bertambah buruk.

Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian ada dua, yaitu faktor bawaan (psikis, fisik) dan faktor lingkungan (segala sesuatu yang hidup dan mati).

c. Tipe-tipe Kepribadian

Menurut Ernst Kretschmer, tipe kepribadian berdasarkan atas aspek biologis dibagi menjadi 4 kelompok besar yang berfokus pada struktur fisik dan watak atau tingkah laku. Berikut penjelasan dari tipe-tipe manusia tersebut:³⁴

- 1) Tipe Pignis atau *pyknoid*: merupakan individu yang mempunyai perawakan gemuk, memiliki sifat yang humoris, periang serta optimistis.
- 2) Tipe Atletis: merupakan individu yang mempunyai tubuh atletis, cenderung realistis, selalu ingin berkuasa, *ekstrovert* dan supel dalam pergaulan.
- 3) Tipe Astenis: merupakan individu yang mempunyai tubuh kurus (tipis), cenderung pemurung, kaku dalam bergaul dengan sekitar serta mudah tersinggung (sensitif).
- 4) Tipe Displastis (*hypoplastic*): termasuk orang yang berkembang secara tidak normal (abnormal), atau

³⁴ Harun Nasutionet. al, *Ensiklopedia Islam*, 157-158.

dengan kata lain *under developed* (kerdil) dan mempunyai perasaan inferioritas.

Tipe manusia sebenarnya beragam, tergantung pada pendekatan apa yang dipakai. Berdasarkan arah perhatiannya, menurut Jung C.G. manusia dapat diklasifikasikan menjadi tiga golongan:³⁵

- 1) Tipe manusia *extraverse*, tipe manusia ini biasa disebut *extravert*
- 2) Tipe manusia *introverse*, tipe manusia ini biasa disebut *introvert*
- 3) Tipe manusia ambiverse, tipe manusia ini biasa disebut *ambivert*

Eysenck membagi kepribadian menjadi 2 tipe berdasarkan pada dimensi tempramen, yaitu antara lain:³⁶

- 1) *Neurotisme*: kepribadian ini mencakup orang-orang yang normal hingga orang yang mempunyai kecenderungan gugup.
- 2) Ekstraversi-introversi: orang yang mempunyai sifat ekstraversi mempunyai kendali diri yang cenderung baik, begitu pula sebaliknya bahwa introversi mempunyai kendali diri yang buruk.

d. Ciri-ciri Kepribadian Introvert

Menurut Jung tipe kepribadian introvert dapat ditandai dengan sifat yang tidak tenang, pasif, cenderung tidak ramah, mempunyai kehati-hatian yang tinggi, pendiam, lebih bijaksana, pesimis, damai, tenang dan terkendali.³⁷

³⁵ Andi dalam <http://haidarblogs.wordpress.com>, diakses pada 03 Februari 2020.

³⁶ Boeree, 2006, 231-232.

³⁷ Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002, 370.

Seseorang yang memiliki sifat introvert juga memiliki beberapa karakteristik antara lain: sedikit bicara, malu-malu, mawas diri, gemar membaca dibandingkan berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar. Mereka juga cenderung menjaga jarak terhadap orang lain, kecuali terhadap teman yang mereka anggap dekat. Segala yang dilakukan harus direncanakan, tidak suka spontanitas dan tidak percaya dengan faktor kebetulan. Mereka tidak menyukai suasana yang ramai, memikirkan segala sesuatu secara serius serta menyukai keteraturan. Individu introvert mempunyai kontrol diri yang lebih baik terhadap perasaan, tidak agresif dan sabar. Mereka termasuk orang yang dapat diberikan kepercayaan, optimistis dan mempunyai ketetapan standar yang tinggi terhadap etika.³⁸

Menurut Jung, orang yang introvert lebih mendapat pengaruh dari dirinya sendiri, tidak dipengaruhi dunia obyektif. Orientasinya tertuju ke dalam: pikiran, perasaannya yang paling dasar terutama ditentukan oleh dirinya sendiri bukan dari lingkungan.

Menurut Eysenck, penyebab adanya perbedaan antara ekstrovert dan introvert bukanlah dari perilaku, tetapi berasal dari faktor biologis dan genetik. Eysenck juga percaya bahwa penyebab perbedaan ini merupakan salah satu tingkat *cortical arousal* yaitu sebuah kondisi fisiologis yang sebagian besar berasal dari pewarisan genetik daripada proses belajar. Introvert memiliki tingkat *cortical arousal* yang lebih tinggi dibandingkan dengan ekstrovert, sehingga mereka mengalami reaksi yang lebih besar untuk

³⁸ Eysenck dalam Atkinson, 1993, 371.

stimulasi sensorik. Individu dengan kepribadian introvert juga menghindari sesuatu yang membuat mereka terlalu gembira agar mereka dapat mempertahankan tingkat optimal rangsangan. Maka dari itu, kepribadian introvert menghindari kegiatan seperti acara sosial, olahraga yang bersifat kompetitif, memimpin suatu kelompok atau juga bermain lelucon yang terlalu berlebihan.³⁹

5. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

a. Pengertian Rational Emotive Behavior Therapy

Menurut W.S. Winkel bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* ini lebih menekankan individu untuk berfikir lebih sehat (rasional) dan disesuaikan dengan fakta yang ada, berperasaan (*emoting*) dan berperilaku (*acting*).⁴⁰ Gerald Corey juga mengemukakan pendapatnya perihal *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) bahwa terapi ini merupakan suatu pemecahan masalah yang lebih menekankan kepada aspek berpikir, menilai, memutuskan serta tertuju langsung (*to the point*) tanpa banyak memikirkan aspek perasaan.⁴¹ *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah aliran psikoterapi yang mempunyai landasan bahwa setiap individu dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional maupun irrasional, baik maupun buruk.

³⁹ Ibid. Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002.

⁴⁰ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling Islam di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 1991), 364.

⁴¹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Eresco, 1988), 240.

Dari definisi ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* merupakan terapi yang berfokus untuk menghilangkan cara berpikir klien yang irrasional, tidak berdasar, tidak logis dan menggantinya menjadi lebih rasional dengan menyerang, menentang, mempertanyakan pernyataan-pernyataan irrasional.

b. Teori Kepribadian Menurut Rational Emotive Behavior Therapy

Manusia pada dasarnya memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irrasional. Ketika individu tersebut memilih untuk berpikir rasional maka akan menciptakan pemikiran yang efektif, membuat dirinya lebih bahagia dan berkompeten. Ketika individu tersebut memilih untuk berpikir irrasional maka akan menciptakan pemikiran yang tidak efektif, menghambat dirinya secara psikologis atau emosional. Ellis mempunyai pandangan terhadap konsep manusia sebagai berikut:

- 1) Manusia harus beradaptasi terhadap perasaan yang dapat menggungunya.
- 2) Kecenderungan biologisnya sama dengan kulturalnya yang menyalahkan dirinya sendiri dan tidak berguna.
- 3) Memiliki kompetensi untuk memilih reaksi yang harus ia lakukan.
- 4) Memiliki hak untuk menolak apapun yang dapat mengecewakan dirinya sendiri.
- 5) Mengembangkan dirinya melalui latihan mempertahankan diri dari segala gangguan yang akan terjadi.

Patterson juga mengemukakan pandangannya terhadap konsep manusia yang dilihat dari sudut pendekatan terapi rasional-emotif dan perkembangan yang mengarah pada timbulnya perasaan tidak bahagia dikarenakan gangguan emosi, yaitu sebagai berikut:

- 1) Manusia merupakan pribadi yang unik, rasional dan irrasional. Jika manusia dapat berpikir secara rasional maka dapat menyebabkan ia mampu bertindak efektif dan lebih merasa bahagia.
- 2) Gangguan emosi maupun psikologis merupakan dampak yang terjadi apabila individu tersebut berpikir secara irrasional.
- 3) Pikiran irrasional ini berakar pada hal-hal yang tidak logis yang biasanya terjadi secara biologis, diperoleh dari keluarganya dan lingkungan budaya yang berkembang disekitarnya.
- 4) Manusia berpikir menggunakan symbol ataupun juga bahasa. Jika pikiran muncul atas dasar emosi, maka akan muncul pikiran-pikiran irrasional.
- 5) Berlanjutnya hambatan emosi adalah suatu akibat dari *self-verbalization*, jadi bukan sesuatu yang muncul dari luar dirinya, melainkan dari pengamatan dan sikap yang diambil olehnya terhadap kejadian yang menyimpannya.
- 6) Manusia memiliki sumber yang luas untuk mengoptimalkan kemampuan yang ada di dalam dirinya. Sumber ini mampu mengubah tujuan pribadi maupun sosialnya.
- 7) Pemikiran yang negatif dapat merusak diri sendiri, karena itu harus dilawan melalui

penyusunan ulang pengamatan dan pikiran agar menjadi lebih logis serta rasional.⁴²

c. Teori ABCD

Ellis mengemukakan konsep-konsep dasar untuk mengatasi dinamika kepribadian yang terdiri dari tiga hal, yaitu *Activating* (A), *Belief* (B) dan *Consequence* (C), lalu disusul dengan *Disputing* (D) yang menghasilkan *Effect* (E). Berikut adalah penjelasannya:

A = *Activating* atau *Antecedent Event*, yaitu peristiwa-peristiwa yang dialami yang dapat menggerakkan individu tersebut.

B = *Belief*, yaitu keyakinan, pandangan, penilaian diri terhadap peristiwa yang menimpanya. Keyakinan dibagi menjadi dua, yaitu rasional (*rational belief* atau rB) dan irrasional (*irrational belief* atau iB). Keyakinan rasional adalah suatu pemikiran atau cara berfikir yang tepat, masuk akal, bijaksana dan produktif. Sedangkan, keyakinan irrasional adalah suatu pemikiran yang tidak masuk akal, salah, emosional dan tidak produktif.

C = *Emotional Consequence* (C), yaitu reaksi emosional individu terhadap apa yang sedang dialaminya. Reaksi ini adalah suatu bentuk akibat atau reaksi yang berbentuk perasaan yang berkaitan dengan (A). Konsekuensi ini bukanlah

⁴² Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 234-235

efek langsung dari (A), tapi disebabkan oleh keyakinan individu (B).

D = *Disputing*, yaitu penerapan prinsip ilmiah yang berguna untuk menentang atau mengalahkan pikiran-pikiran individu yang cenderung irrasional dan tidak bisa dibuktikan.

E = *Effect*, yaitu suatu respon yang berupa perubahan perilaku kognitif ataupun emotif.

Jika A-B-C-D berlangsung dalam proses berpikir yang rasional, maka hasil yang di dapat berupa perubahan perilaku individu yang menjadi lebih baik (positif), sebaliknya jika proses berpikir yang dihasilkan cenderung irrasional, maka hasil yang di dapat berupa perubahan perilaku individu yang menjadi lebih buruk atau menyimpang (negatif). Teori ini menyorot aspek B secara khusus karena hal tersebut lah yang mengawali individu untuk melakukan kegiatannya, maka dari itu konselor mempunyai peran untuk membimbing dan mengarahkan klien (konseli) untuk mengubah cara berpikirnya menjadi lebih rasional.

d. Tujuan Rational Emotive Behavior Therapy

Menurut Ellis, tujuan dari terapi ini untuk membantu individu agar mempunyai pemikiran yang lebih realistis. Terapi ini menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi-verbalisasi diri mereka merupakan sumber utama terciptanya gangguan-gangguan emosional.⁴³ Sedangkan

⁴³ Rochman Natawidjaya, *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan*, (Bandung: Rizqi Press, 2009), 275.

menurut Mohammad Surya terapi ini bertujuan sebagai berikut:

- 1) Memperbaiki dan mengubah perilaku serta pola pikir klien yang irrasional dan tidak logis agar menjadi lebih terarah, mempunyai dasar, dan lebih logis.
- 2) Menghilangkan segala gangguan emosional yang dapat merusak citra diri sendiri.
- 3) Untuk membangun *Self Interest, Self Direction, Acceptance Uncertainty, Flexible*, rasa toleransi, berkomitmen dan bertanggung jawab, pemikiran yang mempunyai dasar ilmiah serta rasa yang mampu menerima segala resiko.⁴⁴

Adapun lebih rinci pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut:

- 1) Membantu konseli untuk menunjukkan bahwa pola pikir mereka tersebut tidak logis dan membantu konseli untuk memahami mengapa pemikiran tersebut bisa muncul.
- 2) Memberikan contoh lewat demonstrasi bahwa *self-verbalization* merupakan sumber gangguan yang harus dihilangkan.
- 3) Mengeluarkan pemikiran yang lebih logis dan efisien serta efektif, tidak berhubungan dengan emosi diri yang negatif yang mampu memberikan efek buruk.
- 4) Mengubah pola pikir konseli yang awalnya irrasional menjadi rasional.

⁴⁴ Mohammad Surya, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003).

e. Teknik-teknik Pada *Rational Emotive Behavior Therapy*

Dalam menggunakan teknik ini ada beberapa pendekatan yang mencakup tiga aspek yakni kognitif, afektif dan behavior sehingga pemilihan teknik ini perlu disesuaikan dan memperhatikan kondisi serta masalah yang dialami konseli.

Wilis menyebutkan beberapa teknik yang digunakan dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) antara lain:

- 1) *Sosiodrama*, yaitu sandiwarra singkat yang menjelaskan perihal masalah-masalah kehidupan sosial.
- 2) *Modelling*, dalam hal ini konseli mengamati serta mencontoh perilaku yang dilakukan oleh sang model.
- 3) *Reinforcement*, yaitu sebuah teknik yang bertujuan untuk mendorong konseli menjadi lebih rasional dan logis dengan memberikan *reward* jika konseli berhasil menyelesaikan tugas yang diberikan dan *punishment* jika konseli gagal menyelesaikan tugas yang diberikan.
- 4) *Dispute Cognitive*, yaitu teknik yang digunakan untuk mengubah pemikiran irrasional konseli dengan melalui *philosophical, persuasion, didactic, presentation, socratic dialogue, vicarious experiences* dan berbagai aspek verbal lainnya.
- 5) *Self Control*, disini konseli diberikan pengarahan tentang cara-cara mengendalikan diri serta emosi.

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Referensi dalam penelitian ini tidak bisa terlepas dari penelitian terdahulu, untuk dijadikan pertimbangan dan perbandingan lebih lanjut. Pada setiap penelitian terdahulu terdapat beberapa sudut pandang dan pembahasan berbeda untuk menghasilkan suatu karya tulis yang baik. Pada penelitian dahulu terdapat juga beberapa referensi dari jurnal maupun referensi dari peneliti lain guna memperkuat hasil penelitian. Adapun penelitian terdahulu yang relevan, yang digunakan sebagai referensi penelitian ini yaitu :

1. Ihdatur Faizah. *Konseling Behavior Dalam Mengatasi Siswa Introvert Di SMP Negeri 3 Surabaya*. Prodi Kependidikan Islam. Fakultas Tarbiyah. IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2010.

Perbedaan : Penelitian dahulu meneliti di Instansi sekolah yang dibantu guru BK untuk menindaklanjuti permasalahan yang ada di siswa tersebut, yaitu mengenai gejala-gejala sering tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), sering melamun dan tidak memperhatikan penjelasan guru ketika pelajaran berlangsung, bahkan boleh dikatakan tidak aktif dalam diskusi, pendiam, sukar bergaul dengan teman, cuek dan cenderung menutup diri (*introvert*). Teknik yang digunakan peneliti dahulu, menggunakan teknik behavior secara umum.

Persamaan : Penelitian yang dahulu dengan yang diangkat penulis adalah sama-sama menggunakan konseling behavior, untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang ada di siswa maupun Santri Marwah dengan tahap-tahap konseling dan prosedur yang sesuai. Metode penelitian yang digunakan peneliti terdahulu dengan penulis juga sama yaitu dengan menggunakan metode penelitian kualitatif, guna untuk mengumpulkan data yang ada di subjek penelitian, informan, maupun

data yang ada dilapangan, lalu selanjutnya dianalisis untuk membentuk suatu kesimpulan hasil akhir penelitian.

2. Puput Rosalia. Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior Menggunakan *Assertive Training* Untuk Mengatasi Perilaku *Introvert* Studi Kasus Siswi XI IPS MA Hasyim Asy'sri Bangsri Sukodono Sidoarjo. Prodi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. UINSA 2017.

Perbedaan : Penelitian terdahulu meneliti siswi di instansi pendidikan berupa MA (Madrasah Aliyah) yang menunjukkan gejala-gejala introvert yang di tandai dengan sulitnya bersosialisai di lingkungan rumah maupun sekolah. Hal ini terbukti dari kesehariannya yang suka menyendiri di dalam rumah, menonton tv, dan jarang membantu ibunya dalam mengurus pekerjaan rumah. Sedangkan di sekolah, dia berangkat dan pulang hanya seorang diri, bahkan di dalam kelas dia tidak memiliki teman untuk mengobrol dan teman untuk menemaninya ke kantin. Dari sikapnya itulah dia sering di ejek temannya, bahkan dia tidak pernah keluar dari kelas saat jam istirahat berlangsung. Sedangkan terapi yang digunakan peneliti dulu adalah jenis terapi *behavior assertive training* dan terbukti efektif pada klien yang ditangani.

Persamaan : Metode yang digunakan penulis dengan penelitian terdahulu adalah pendekatan kualitatif. Peneliti menggunakan metode kualitatif, karena peneliti ingin memahami situasi sosial secara mendalam. Dengan metode ini peneliti akan mendapatkan data berupa data deskriptif berupa kata-kata atau teks bukan berupa angka.

3. Dewi Mitha Mauliddhah Hanum. Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi *Rational Emotive Behavior* Untuk Meningkatkan *Self Confidence* Pada Siswa *Introvert* Di SMA Khadijah Surabaya. Prodi Bimbingan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UINSA 2019.

Perbedaan : Peneliti dalam hal ini meneliti tentang siswa berkarakter introvert, siswa tersebut adalah seorang siswi di SMA Khadijah Surabaya yang masih duduk di kelas sepuluh. Melalui gejala-gejala yang muncul ditemui peneliti adalah klien belum bisa menyesuaikan dirinya dilingkungan sosial, belum bisa mengontrol dirinya untuk mengembangkan potensi dirinya, yang menyebabkan klien kurang memiliki rasa percaya diri. Selain itu klien cenderung menyendiri dan menarik diri dari lingkungannya.

Persamaan : Peneliti menggunakan metode kualitatif sekaligus menggunakan teknik REBT untuk menangani siswa *Introvert* dan sudah terbukti efektif. Peneliti ingin memahami situasi sosial secara mendalam. Dengan metode ini peneliti akan mendapatkan data berupa data deskriptif berupa kata-kata atau teks bukan berupa angka.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode Penelitian memiliki dua arti kata yaitu, metode dan penelitian. Metode berasal dari bahasa Yunani “*Methodos*” yang memiliki arti cara atau jalan. Sedangkan Penelitian merupakan sarana untuk pengembangan suatu ilmu melalui cara ilmiah yang bertujuan untuk mendapatkan data-data tertentu.⁴⁵

Jadi kesimpulan dari metode penelitian adalah strategi pengumpulan data-data untuk menganalisa suatu permasalahan oleh penulis, guna untuk mengembangkan penelitiannya.

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, yang berfokus meneliti pada kondisi objek yang alamiah dengan pendekatan deskriptif yang diperoleh dari data-data lapangan.

Penulis disini menggunakan jenis penelitian studi kasus, yaitu jenis penelitian yang mengeksplorasi suatu masalah dengan terperinci dengan meyeritakan berbagai sumber informasi guna mengumpulkan data-data yang akurat.

Oleh karena itu penulis menggunakan metode penelitian kualitatif jenis deskriptif untuk melihat gambaran proses dan hasil akhir *Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior Untuk Mengatasi Santri Introvert Studi Kasus : Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri*”

⁴⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), 2.

B. Subjek Penelitian

Subjek merupakan lokasi atau tempat selama melakukan penelitian oleh penulis, yang bertujuan untuk mengumpulkan data-data guna untuk memperkuat hasil data penulis. Adapun sasaran penelitian adalah seorang santri putri yang mempunyai sikap introvert di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri, yang beralamat lengkap di Jl. Raya Purwoasri, Papar 64154 Kabupaten Kediri

C. Tahap-tahap Penelitian

Dalam penelitian penulis membagi tahapan menjadi tiga tahap penelitian, yaitu :

1. Tahap Pra Lapangan
 - a. Menyusun rancangan penelitian : penulis membuat permasalahan terlebih dahulu untuk dijadikan objek penelitian, untuk kemudian membuat outline usulan judul penelitian sebelum membuat proposal penelitian.
 - b. Memilih Lapangan Penelitian : penulis memilih tempat penelitian yang terletak di di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri, yang beralamat lengkap di Jl. Raya Purwoasri, Papar 64154 Kabupaten Kediri.
 - c. Observasi dan Menilai Lapangan : penulis langsung meninjau keadaan lapangan dengan datang langsung Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri, dan bertemu dengan para santri dan mengikuti kegiatan dan jadwal santri selama sehari- semalam, lalu berkunjung kepada pengurus pondok, bu nyai, dan berbincang-bincang dengan kakak senior pondok (abdhi dhalem)
 - d. Memilih Informan Yang Akurat : gunakan menggali informasi tentang Santri Marwah yang berkepribadian

introvert di ponpes putri, maka dibutuhkan beberapa informasi yang mengerti dan faham tentang Santri Marwah. Dalam hal ini informan adalah kakak senior (abdhi dhalem) yang bertugas membantu kepengurusan di pondok putri.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

- a. Memahami Latar Penelitian : sebelum observasi atau terjun langsung ke lapangan secara langsung, penulis perlu mempersiapkan diri baik secara fisik maupun mental.
- b. Memasuki Lapangan : penulis memahami obyek penelitian terlebih dahulu termasuk mencari informan yang bisa membawa izin masuk kedalam pondok, untuk melakukan penelitian.
- c. Peran Serta : penulis dalam hal ini adalah sebagai konselor dalam membantu klien dan mencatat semua hasil dari proses konseling tersebut.

3. Tahap Analisis Data

Dalam tahap analisis data, penulis menganalisa data yang diperoleh dilapangan dengan tujuan untuk mengetahui proses dan hasil akhir dari penelitian.

D. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Dalam penelitian ini penulis membagi dua data primer dan sekunder. Data primer adalah data yang diperoleh dari sumber pertama melalui *interview* dan *observasi*. Data primer adalah data dalam bentuk kata-kata dan tindakan, yang menjadi data primer dalam penelitian ini yaitu data yang diperoleh dari hasil

wawancara yang dilakukan penulis kepada klien atau Santri Marwah dan informan yang membantu.

Sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumentasi, arsip resmi yang tidak bisa didapatkan dari subjek penelitian. Yang menjadi data sekunder dalam hal ini yaitu arsip-arsip mengenai lokasi penelitian dan arsip klien.

a. Data Primer

Data ini diambil dari sumber pertama di lapangan, yang diambil oleh peneliti untuk mengumpulkan hasil data.⁴⁶ Data primer diperoleh dari perilaku klien atau konseli yang bersangkutan, kegiatan lapangan, latar belakang masalah, dan keadaan dari konseli.

b. Data Sekunder

Data ini diambil dari sumber kedua atau berbagai informan guna melengkapi data primer.⁴⁷ Data ini biasanya diperoleh dari lingkungan klien, seperti kondisi keluarga, kondisi lingkungan, lingkup pertemanan klien, yang merupakan data-data dari orang lain guna melengkapi data primer.

2. Sumber Data

Sumber data didapatkan untuk memberikan informasi tentang keadaan yang berkesinambungan dengan penelitian. Adapun yang membantu dalam penelitian ini adalah klien atau Santri Marwah, konselor, informan (Bu nyai dan Abdhi Dhalem).

⁴⁶ Iqbal Hasan. 2004. *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta : Media Grafika. 19.

⁴⁷ Burhan Bungin. 2001. *Metode Penelitian Sosial : Format-Format Kualitatif dan Kuantitatif*. Surabaya : Universitas Airlangga. 128.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam metode kualitatif, sangat penting guna mengumpulkan data *valid*. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Wawancara

Wawancara dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan data dari subyek penelitian dengan wawancara yang tidak berstruktur atau runtut guna memperoleh data-data yang mendukung penelitian.

Data yang diperoleh dari wawancara yaitu mengenai, identitas klien, gejala-gejala yang nampak dan mengenai keadaan keluarga subjek.⁴⁸

2. Observasi

Menurut Darlington observasi adalah cara yang sangat efektif untuk mengetahui apa yang dilakukan orang dalam konteks tertentu, pola rutinitas, pola interaksi dari kehidupan mereka sehari-hari.⁴⁹

Observasi pada penelitian ini, yaitu dengan pengamatan terhadap suatu benda, kondisi, situasi, proses atau perilaku. Pengumpulan data dengan alat indera lalu mengumpulkan catatan data-data mengenai gejala-gejala yang akan diteliti. Dalam penelitian ini penulis mendapatkan data bahwa Santri Marwah mempunyai perilaku Introvert, dan selalu berusaha kabur dari pondok pesantren.

3. Dokumentasi

⁴⁸ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, (Jakarta: Ani Offset, 1986), 193.

⁴⁹ Albi Anggita & Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi : CV Jejak, 2018), 110.

Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk mendapatkan informasi yang berhubungan dengan data-data tentang latar belakang klien, masalah dan gejala klien, arsip lokasi penelitian, yang cenderung mengarah pada pengumpulan data-data sekunder berupa foto, video, rekaman suara, atau bukti fisik lainnya.

F. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif adalah manajemen data mentah atau yang belum terstruktur yang berasal dari data kuesioner kualitatif, wawancara kualitatif, observasi kualitatif, data sekunder, refleksi tertulis, dan catatan lapangan ke dalam unit-unit bermakna yang terstruktur menjadi satu kesatuan hasil penelitian. Analisis data dalam penelitian kualitatif berarti melakukan organisasi secara jelas, rinci, dan komprehensif data-data menjadi kesimpulan ringkas untuk menghasilkan teori induktif yang berdasarkan pada data.⁵⁰

Analisis data merupakan proses mengurutkan data pada kategori dan satuan uraian dasar, sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan sebagai hipotesa. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan analisa deskriptif untuk klarifikasi mengenai fenomena dengan mendeskripsikan variable yang bersangkutan dengan permasalahan yang diteliti, penulis lalu membandingkan dengan teori dengan praktek di lapangan, yaitu mengenai proses bimbingan konseling Islam dengan terapi behavior untuk mengatasi santri *introvert* di ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri beserta hasil akhir konseling.

⁵⁰ Fattah Hanurawan, *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*, (Jakarta : RajaGrafindo Persada, 2016), 124.

G. Teknik Validitas Data

Sebelum menyimpulkan hasil yang ada, penulis melakukan pengecekan terhadap data-data yang diperoleh sebelumnya. Hal ini bertujuan agar data-data yang diperoleh benar-benar akurat dan terhindar dari kesalahan-kesalahan baik yang dilakukan penulis, atau data yang diambil di lapangan. Dalam hal ini peneliti melakukan:⁵¹

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Keikutsertaan penulis sangat menentukan dalam pengumpulan data, yang memerlukan waktu lumayan lama. Dengan perpanjangan keikutsertaan, penulis dapat menguji kebenaran dan tidak kebenaran informasi yang masuk, baik dari data penulis sendiri, subyek penelitian maupun informan yang bersangkutan. Hal ini juga berfungsi sebagai pendeteksi agar data yang masuk di penelitian sesuai dengan yang ada di lapangan dan bisa dipertanggung jawabkan.

2. Ketekunan pengamatan

Ketekunan pengamatan berfungsi sebagai cara untuk menemukan ciri-ciri, serta unsur lainnya yang relevan dengan persoalan yang diteliti dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal secara rinci sehingga data dapat dipahami dan tidak diragukan.

Dalam hal ini penulis dengan tekun mengamati perilaku-perilaku yang ditampakkan klien atau konseli dalam aktivitas sehari-hari.

3. Triangulasi

⁵¹ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2016), h. 72

Triangulasi yaitu pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan data dari luar atau data dari peneliti lainnya untuk pembandingan terhadap data sekaligus untuk keperluan kepercayaan data. Pemanfaatan pengamatan lain bertujuan untuk mengurangi kesalahan dalam pengumpulan data. Adapun tahap tahap triangulasi adalah :

- a. Membandingkan hasil wawancara dengan wawancara.
- b. Membandingkan apa yang diketahui informan dengan apa yang dibutuhkan.
- c. Membandingkan hasil wawancara dengan isi data atau dokumen yang berkaitan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Deskripsi Umum Subjek Penelitian

1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah Kediri.

Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah Purwoasri adalah salah satu cabang dari Pondok Pesantren Induk Al-Hikmah Purwoasri. Pondok pesantren Al-Hikmah ini adalah lembaga pendidikan pesantren yang berdiri pada tahun 1941, memiliki haluan Ahlussunnah Wal Jama'ah. Pendirinya yaitu KH. Badrus Sholeh Arif dan istri Beliau yang bernama Ibu Nyai H. Azzah Badriyah Badrus. Beliau wafat pada tahun 1987 dan meninggalkan delapan orang anak yang pada akhirnya mengikuti jejak beliau dengan mendirikan pondok-pondok pesantren cabang Al-Hikmah Purwoasri. Pondok pesantren Al-Hikmah ini mempunyai berbagai macam lembaga formal antara lain:

- a. Sekolah Tinggi Agama Islam Badrus Sholeh (STAI-BA)
- b. Madrasah Aliyah Al-Hikmah
- c. Madrasah Tsanawiyah Al-Hikmah
- d. Sekolah Dasar Terpadu Al-Hikmah
- e. Madrasah Ibtida'iyah Al-Hikmah
- f. Taman Kanak-Kanak Al-Hikmah
- g. Play Group Al-Hikmah

Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah yang didirikan pada tahun 1995 ini adalah salah satu cabang dari Pondok Pesantren Induk Al-Hikmah. Nama ini diambil dari pendirinya yang bernama KH. Ahmad Dain Arif yang merupakan anak ke-5 dari KH. Badrus Sholeh Arif pendiri Pondok Pesantren Induk Al-Hikmah. KH.

Ahmad Dain Arif mempunyai 9 orang anak, namun anak yang terakhir telah meninggal dunia saat masih balita. Sebelum mempunyai nama seperti sekarang, ponpes ini sempat diberi nama Al-Furqon yang merupakan anak pertama Beliau yaitu Moh. Furqon Dain. Namun pada akhirnya nama tersebut diganti dikarenakan anak-anak beliau yang lain merasa iri.

Pada awal berdiri, fasilitas yang terdapat pada pondok pesantren ini hanya berupa dua buah kamar, satu kamar mandi dan sebuah musholla yang berukuran kecil yang dipergunakan untuk kegiatan mengaji dan shalat berjamaah lima waktu. Setelah beberapa tahun, pondok pesantren mengalami perubahan secara perlahan dan pada tahun 1997 pondok pesantren khusus putra dan putri dibangun secara bertahap, begitu juga musholla yang diperluas. Fasilitas-fasilitas yang lain pun dibangun, seperti koperasi, dapur, kamar mandi, dll. Berkat kesabaran, keteguhan, serta usaha beliaulah pada tahun 2010 pondok ini memiliki dua buah masjid, dua gedung untuk pondok putra dan pondok putri yang terdiri atas tiga lantai. Selain fasilitas tersebut, ada pula fasilitas untuk olahraga berupa lapangan sepakbola dan bulu tangkis.

Hingga saat ini, Pondok Pesantren Al-Hikmah selalu dan terus berkembang menjadi pondok pesantren yang baik dan terkenal bukan hanya di pulau Jawa tetapi juga hingga ke pulau-pulau lain. Kegiatan yang dilaksanakan di dalam pondok pun setiap tahunnya selalu bertambah demi memenuhi kebutuhan ilmu duniawi maupun ukhrawi kepada santriwan dan santriwati. Terdapat kegiatan harian, mingguan, bulanan serta tahunan yang selalu diadakan dan dikembangkan secara berkelanjutan. Kegiatan ini

diadakan agar dapat membentuk karakter dan kepribadian yang sesuai agar para santriwan maupun santriwati menjadi orang yang sukses dan berguna bagi agama, bangsa dan kedua orang tua.⁵²

2. Profil Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah Kediri.

a. Identitas Pondok Pesantren

Nama Pondok Pesantren : Pondok Pesantren
Ahmada Al-Hikmah
Nomor Statistik : 512350616154
Alamat Pesantren : Jl. Garuda No.01
Purwoasri, Kabupaten Kediri, Jawa Timur
No. Telp : (0354) 529156
Kode Pos : 64154

b. Pendidikan di Pondok Pesantren

Pesantren menyediakan berbagai lembaga pendidikan mulai dari lembaga pendidikan formal hingga non formal. Hal ini bertujuan agar siapapun yang akan menjalani pendidikan di pesantren tersebut bukan hanya ilmu agama saja yang diterima tetapi juga ilmu umum karena keduanya tidak dapat dipisahkan. Berbagai macam pendidikan formal dan non formal yang ada antara lain:

Pendidikan Formal:

- 1) TK Plus Kusuma Al-Hikmah
- 2) SD Plus Al-Hikmah
- 3) MTs Al-Hikmah
- 4) MA Al-Hikmah

⁵² Nadiya Labaika, Ketua Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah. Wawancara pada tanggal 11 Oktober 2019, Kantor PP. Ahmada Al-Hikmah pada pukul 14.00 WIB.

5) Sekolah Tinggi Agama Islam Badrus Sholeh (STAI-BA)

Pendidikan Non Formal:

- 1) Madrasah Diniyah
- 2) Tahfidzul Qur'an

c. Santri

Santri di pondok pesantren putri setiap tahunnya berjumlah kurang lebih 80-95 orang. Rata-rata santri yang berada di Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah berasal dari Kediri dan sekitarnya, dan sebagian kecil santri berasal dari luar Jawa seperti Bali, Sulawesi, Kalimantan, dan Sumatra.

Santri putri yang berada di dalam pondok merupakan siswa Madrasah Tsanawiyah, Madrasah Aliyah, dan beberapa mahasiswa dari STAI-BA.



Gambar 4.1 Dokumentasi Peneliti Dengan Santri Ponpes Ahmada Al-Hikmah

d. Sarana/Prasaran

- 1) Musholla/Masjid

Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah mempunyai masjid yang dapat menampung

hingga ratusan santri dan digunakan yang shalat lima waktu dan tempat untuk mempelajari kitab kuning di waktu selain shalat. Pada tahun 2010 dibangunlah sebuah masjid di sebelah Timur masjid lama, dikarenakan semakin bertambahnya santri yang ada.⁵³

2) Asrama Putri

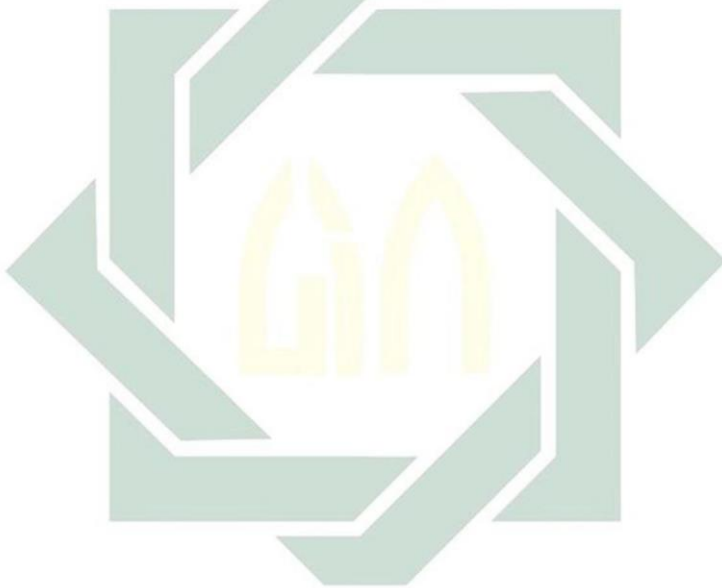
Gedung ini terletak di belakang *Dalem* (rumah) Kiai. Hal ini bertujuan agar Bu Nyai dapat memantau dan mengawasi para santriwati. Gedung ini mempunyai bentuk *letter L* yang dibatasi oleh halaman yang biasanya digunakan para santriwati untuk makan.

Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana

No.	Jenis	Jumlah	Kondisi
1.	Asrama Santri Putri	2	Baik
2.	Kamar Santriwati	8	Baik
3.	Kamar Pengurus	1	Baik
4.	Kamar Abdi Dalem	1	Baik
5.	Kamar Mandi & WC	16	Baik
6.	Dapur	2	Baik

⁵³ Nadiya Labaika, Ketua Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah. Wawancara pada tanggal 11 Oktober 2019, Kantor PP. Ahmada Al-Hikmah pada pukul 16.00 WIB.

7.	Koperasi	1	Baik
8.	Tempat Wudhu	1	Baik
9.	Aula	1	Baik
10.	Rak Kitab/Al-Qur'an	5	Baik
11.	Setrika	2	Baik



- e.
e. Kegiatan

Tabel 4.2 Kegiatan Santri

No.	Waktu	Kegiatan
1.	04.00-05.00	Jama'ah Shubuh
2.	05.00-06.00	Ngaji Al-Qur'an, setoran Al-Qur'an bagi yang hafalan, metodologi yanbu'a
3.	06.00-07.00	Istirahat (Persiapan Sekolah)
4.	07.00-12.45	Sekolah (MTs / MA / STAI-BA)
5.	12.45-13.00	Jama'ah Dhuhur
6.	13.00-14.00	Mengaji Shahih Bukhari Bagi Anak
		<u>Aliyah Keatas</u>
7.	14.00-15.00	Istirahat
8.	15.00-16.00	Jama'ah Ashar
9.	16.00-17.00	Diniyah (Formal)
10.	17.00-17.45	Isitrahah/Persiapan Jama'ah Maghrib
11.	17.45-18.15	Jama'ah Maghrib
12.	18.15-19.00	Diniyah (Formal)
13.	19.00-19.45	Jama'ah Isya'
14.	19.45-20.40	Mengaji Tafsir Jalalain dan Shahih Bukhari
15.	20.40-21.30	Musyawaharah Diniyah
16.	21.30-22.30	Belajar (Pelajaran Sekolah)
17.	22.30-04.00	Istirahat



Gambar 4.2 Kegiatan Malam Santri



Gambar 4.3 Kegiatan Musyawarah Santri

f. Potensi Pengembangan Pondok Pesantren

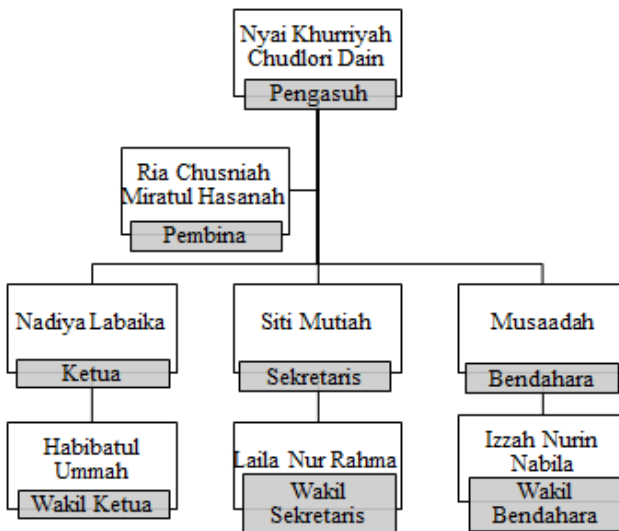
Saat ini ada beberapa program yang diselenggarakan oleh pondok yang bertujuan untuk mengembangkan potensi para santri, sebagai berikut:

- 1) Menggunakan Bilingual Language berupa bahasa Arab dan Inggris yang digunakan dalam percakapan sehari-hari.
- 2) Program Tahfidz Al-Qur'an yang diwajibkan kepada seluruh santri agar mempunyai bekal berupa ilmu agama, bukan hanya ilmu umum saja.

- 3) Ekstrakurikuler pondok: Imamh, Khitobah, Muhadlarah (Latihan Pidato/Dakwah), Life Skill, Marchingband. Komputer, Pramuka dan Seni Hadroh.

3. Struktur Organisasi

Gambar 4.4 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah



B. Analisis Data Gejala-Gejala Santri *Introvert*

1. Deskripsi Klien

Santri Marwah merupakan salah satu santri putri yang mendapatkan perhatian dan bimbingan khusus dari pengurus pondok dengan permasalahan yang ada pada dirinya. Berbagai cara dan upaya telah ditempuh pengurus pondok ada yang berhasil dan tidak, termasuk pula kepribadian introvert Santri Marwah yang memerlukan perhatian khusus. Adapun data diri Santri Marwah yang peneliti kumpulkan, adalah :

- a. Nama : Santri Marwah (Nama Samaran)
- b. TTL : Kediri, 08 Februari 2020
- c. Usia : 20 Tahun
- d. Jenis Kelamin : Perempuan
- e. Agama : Islam
- f. Riwayat Pendidikan :
 - 1) SD Negeri Wonotengah
 - 2) MTsN Purwoasri
 - 3) MA Al-Hikmah
- g. Alamat Rumah : Ds. Wonotengah RT.05/RW.02 – Purwoasri

2. Latar Belakang Klien

Santri Marwah adalah anak terakhir dari tujuh bersaudara, dimana semua saudaranya sudah menikah dan salah satu kakak perempuannya adalah seorang guru di MA Al-Hikmah. Santri Marwah masuk pondok ketika dia duduk di bangku kelas satu Madrasah Aliyah, yang

merupakan yayasan yang berdiri dibawah pondok Santri Marwah tinggal.

Ketika dirumah Santri Marwah tinggal bersama kedua orang tua dan kakak perempuan yang berprofesi sebagai guru di MA. Pendidikan tentang agama sudah ditanamkan kepada Santri Marwah sejak kecil yang menjadikan dia sebagai pribadi yang penurut di rumah, sekaligus pribadi yang tertutup (*introvert*) karena kurangnya interaksi sosial dengan tetangga sekitar termasuk teman sebaya yang ada di sekitar rumahnya.

Data wawancara yang dikumpulkan peneliti ketika melakukan *home visit* (ketika Santri Marwah kabur dari pondok kurang lebih 3 bulan) menyebutkan bahwa pekerjaan atau kegiatan sehari-hari yang dilakukannya adalah sholat, menonton tv, bersih-bersih rumah, makan dan tidur, sama sekali tidak melakukan interaksi dengan tetangga dan juga teman sebayanya, karena menurut pengakuan Santri Marwah dia sama sekali tidak mempunyai teman dekat dilingkungan rumahnya.

Kepribadian itulah yang menjadikan Santri Marwah ketika di pondok menjadi pribadi yang cenderung suka menyendiri, cuek, pendiam, pemalu apabila diajak berkomunikasi, menjawab dengan suara lirih dan terkadang menjawab suatu pertanyaan dengan anggukan dan gelengan saja.

3. Latar Belakang Pendidikan

Menurut data yang dikumpulkan peneliti, sedari kecil Santri Marwah mendapatkan pendidikan yang tidak terlalu jauh dari rumahnya. Mulai dari pendidikan SDN pdi Wonotengah, MTsN Purwoasri, dan pendidikan terakhirnya di MA Al-Hikmah yang merupakan yayasan dimana tempat dia dipondokan.

4. Latar Belakang Keagamaan

Santri Marwah merupakan pribadi yang taat dengan agama, hal ini berasal dari didikan orang tua sedari kecil, ditambah dengan pendidikan sekolah maupun pondok yang Santri Marwah dapatkan.

Sampai saat ini tidak ada permasalahan khusus dengan ibadah yang dilakukannya, hanya saja ketika sehabis mendapatkan pelajaran agama di sekolah dulu maupun pondok, Santri Marwah langsung kembali ke kelas atau kamar pondok tanpa melakukan interaksi yang terlalu banyak dengan teman-temannya.

5. Latar Belakang Ekonomi

Menurut data yang didapatkan penulis ketika melakukan home visit, Santri Marwah berasal dari keluarga yang memiliki latar belakang ekonomi menengah kebawah. Dilihat dari kedua orang tuanya yang merupakan buruh tani di desa. Hal inilah yang menjadikan alasan Santri Marwah enggan meneruskan kuliah karena terhalang pembiayaan dana.

6. Latar Belakang Sosial

Seperti yang telah peneliti jabarkan diatas, Santri Marwah bukan pribadi yang terlalu banyak bersosialisasi dengan lingkungannya, baik di rumah maupun di pondok. Kepribadian *introvert* yang dimilikinya menjadikan Santri Marwah memiliki pemikiran dan dunianya sendiri. Hal inilah yang secara tidak langsung membuat Santri Marwah memiliki pemikiran yang cenderung *overthinking* kepada hal yang tidak seharusnya bahkan tidak sesuai fakta yang ada. Misanya, Santri Marwah

dilihat orang lain atau teman sekamarnya, yang Santri Marwah dapatkan dan fahami adalah tatapan yang membenci dirinya sehingga menjadikan dirinya sendiri merasa kurang nyaman berada dilingkungan teman-temannya, dan pada suatu titik tertentu dia memutuskan untuk kabur dari pondok dengan alasan yang kadang kurang masuk akal.

1) Data Lapangan

Berdasarkan hasil data data yang dikumpulkan dilapangan, peneliti dapat menganalisa dengan analisis deskriptif komparatif, yaitu membandingkan data yang diperoleh di lapangan dengan teori yang ada, dengan menggunakan tabel.

Tabel 4.3 Perbandingan Antara Teori dan Data Lapangan Mengenai Gejala-Gejala Santri Marwah *Introvert*

Data Teori	Data Lapangan
<p>Teori kepribadian <i>Introvert</i> menurut Carl Gustav Jung (1875-1961), memiliki ciri-ciri, yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memiliki jiwa yang tertutup. 2) Memiliki dunianya sendiri. 3) Sulit menyesuaikan dengan dunia luar atau lingkungan. 4) Tidak suka bergaul. 5) Tidak memiliki 	<p>Data-data Santri Marwah yang di dapat dari lapangan dan menunjukkan kepribadian <i>Introvert</i>, yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Cenderung menyendiri. 2) Cuek dengan lingkungan sekitar. 3) Jarang berbicara (pendiam). 4) Pribadi yang pemalu ketika berinteraksi

<p>ketertarikan bersosialisasi dengan orang lain.</p> <p>6) Ego dalam diri yang tinggi dijadikan sebagai pusat kesadaran dirinya.</p> <p>7) Cuek dengan lingkungan</p>	<p>dengan orang lain.</p> <p>5) Tidak suka berinteraksi dengan orang lain.</p> <p>6) Intonasi suara yang lirih ketika berbicara (kurang percaya diri).</p> <p>7) Menggunakan isyarat gelengan dan anggukan untuk menjawab pertanyaan.</p> <p>8) Memiliki pola pikir yang <i>overthinking</i> yang menjadikan alasan dia kabur dari pondok.⁵⁴</p>
--	---

Berdasarkan uraian tabel 4.4 diatas menunjukkan beberapa gejala Santri Marwah sebagai kepribadian *introvert*. Peneliti disini menyimpulkan bahwa Santri Marwah menunjukkan ciri-ciri yang sama dengan teori yang dipaparkan oleh Carl Gustav Jung, seperti suka menyendiri, cuek dengan lingkungan sekitar, pendiam, tidak suka bersosialisasi, memiliki dunianya sendiri, dan *overthinking*.

⁵⁴ Data lapangan peneliti tentang perilaku keseharian Santri Marwah, pada tanggal 21 September 2019

Tabel 4.4 Perbandingan Antara Teori Data Lapangan Mengenai Tingkat Kepercayaan Diri Santri Marwah Karena Pribadi *Introvert*

Data Teori	Data Lapangan
<p>Teori kepercayaan diri menurut Lauster (2003), memiliki ciri-ciri, yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Memiliki toleransi. 2) Mandiri. 3) Memiliki ambisi. 4) Memiliki pendapat sendiri yang kuat. 5) Tidak berlebihan. 	<p>Data-data Santri Marwah yang di dapat dari lapangan dan menunjukkan tingkat kepercayaan diri Santri Marwah, yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> A. Kurang memiliki sikap toleransi atau sosialisasi terhadap temannya. B. Cuek dengan lingkungan sekitar. C. Intonasi suara yang liris ketika berbicara (kurang percaya diri). D. Menggunakan isyarat gelengan dan anggukan untuk menjawab pertanyaan. E. Memiliki pola fikir yang <i>overthinkin</i> yang menjadikan

	dia kabur dari pondok. ⁵⁵
--	--------------------------------------

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, peneliti menyimpulkan bahwa Santri Marwah memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, dimana dia cenderung memiliki sikap toleransi yang rendah, pemalu, pendiam, berbicara dengan lirih, dan menggunakan gerakan tubuh untuk menjawab suatu pertanyaan, dan pada titik tertentu Santri Marwah bisa memutuskan kabur dari pondok karena memiliki pola fikir yang *overthinking*, karena Santri Marwah enggan berbagi cerita dengan lingkungan sekitar. Sifat *introvert* yang dimiliki Santri Marwah secara tidak langsung mempengaruhi tingkat kepercayaan diri Santri Marwah.

C. Analisis Data Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi *Behavior* Untuk Mengatasi Santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.

Ketika melakukan proses Bimbingan Konseling Islam menggunakan teknik terapi *Rational Emotive Behavoioour* (REBT) peneliti menggunakan langkah-langkah melakukan proses konseling pada umumnya yaitu, langkah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi (*Treatment*), evaluasi, dan *Follow Up*.

Hal yang menjadi fokus pada proses bimbingan dan konseling ini adalah, untuk menekan pribadi introvert Santri Marwah untuk lebih berbaur kepada lingkungan sekitar dan menekan pemikiran Santri Marwah yang *overthinking*.

⁵⁵ Data lapangan peneliti tentang perilaku keseharian Santri Marwah, pada tanggal 21 September 2019

**Tabel 4.5 Fokus Peneliti Ketika Melakukan Proses Bimbingan
Konseling dengan *Rational Emotive Behavior (REBT)***

Indikasi	Efek yang Ditimbulkan
1. <i>Introvert</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Menyendiri 2) Cuek dengan lingkungan sekitar. 3) Pendiam 4) Pemalu ketika berinteraksi. 5) Tidak suka banyak interaksi 6) Berbicara lirih (kurang percaya diri) 7) Menggunakan isyarat gelengan dan anggukan untuk menjawab pertanyaan.
2. <i>Overthinking</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1) Berfikir yang berlebihan, bahkan belum tentu terjadi. 2) Tatapan mata yang diartikan Santri Marwah, tatapan sinis. 3) Pemikiran Santri Marwah bahwa dirinya sering diganggu hantu, jin. Dan <i>syaitan</i>. 4) Kabur dari pondok

Fungsi tabel 4.6 diatas adalah penerapan dari asesmen ABC, yaitu :

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan)

C = *Consequence* (akibat perilaku yang ditimbulkan)

Data diatas akan dijadikan data dasar (*baseline data*) yang akan menjadi pembanding data tingkah laku setelah pemberian proses Bimbingan Konseling Islam dengan terapi REBT, sehingga peneliti dan juga Santri Marwah bisa menentukan tujuan yang jelas (*goal setting*) yang telah disepakati bersama. Berikut adalah langkah-langkah proses konseling yang diambil peneliti, yaitu :

Tabel 4.6 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi *Rational Emotive Behavior*

(Identifikasi Masalah)⁵⁶

Data Teori	Data Empiris (Lapangan)
Langkah identifikasi masalah berfungsi sebagai cara untuk mengumpulkan data-data dari berbagai sumber untuk mengetahui berbagai permasalahan yang	Peneliti mengumpulkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan bu nyai, abdi dhalem, teman-teman sekamar dan juga teman pondok, untuk mengetahui permasalahan yang ada pada Santri

⁵⁶ Pengumpulan data lapangan pada tanggal 09 Oktober 2019

muncul dan juga gejala-gejala yang ada dalam diri klien.	Marwah, sekaligus data yang diperoleh dari proses konseling yang dilakukan kepada Santri Marwah. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti menyimpulkan, bahwa Santri Marwah memiliki kepribadian <i>introvert</i> .
--	---

Tabel 4.7 adalah identifikasi masalah untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber mengenai gejala-gejala yang muncul dari Santri Marwah. identifikasi masalah ini dikumpulka peneliti dari beberapa data hasil wawancara dan observasi pada berbagai sumber dan kepada Santri Marwah.

Tabel 4.7 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dalam Pelaksanaan *Emotive Behavior* (Diagnosa)⁵⁷

Data Teori	Data Empiris (Lapangan)
Diagnosa adalah langkah menetapkan masalah yang dialami klien dengan latar belakang penyebabnya.	Setelah mengidentifikasi permasalahan yang ada pada Santri Marwah, peneliti menyimpulkan bahwa Santri Marwah memiliki kepribadian <i>introvert</i> , yang menimbulkan

⁵⁷ Pengumpulan data lapangan pada tanggal 10 Oktober 2019

	<p>permasalahan antara lain pendiam, cuek, kurang bersosialisasi, menggunakan bahasa tubuh untuk menjawab pertanyaan. Dari kepribadian <i>introvert</i> Santri Marwah memiliki pola pikir yang <i>overthinking</i> yang menyebabkan Santri Marwah sering kabur dari pondok.</p>
--	---

Tabel 4.8 adalah tahap diagnosa, pada tahapan ini peneliti menetapkan permasalahan yang ada pada diri Santri Marwah. Peneliti menetapkan bahwa Santri Marwah memiliki kepribadian *introvert* yang menyebabkan dia memiliki pola pikir yang *overthinking*. Kesimpulan peneliti ini, diperkuat oleh munculnya gejala-gejala yang ada pada Santri Marwah, yakni pemalu, pendiam, cuek, kurang bersosialisasi, menggunakan bahasa tubuh untuk menjawab pertanyaan, dan dari sifat *introvert* nya Santri Marwah memiliki pola pikir yang *overthinking* untuk memandang suatu hal atau kondisi, yang menyebabkan Santri Marwah sering kabur dari pondok.

Tabel 4.8 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi *Rational Emotive Behavior*

(Prognosa)⁵⁸

⁵⁸ Pengumpulan data lapangan pada tanggal 29 Oktober 2019

Data Teori	Data Empiris (Lapangan)
<p>Prognosa adalah langkah menentukan jenis terapi yang sesuai dengan klien, berdasarkan diagnosis yang didapatkan konselor.</p>	<p>Dari identifikasi masalah yang ada bisa disimpulkan bahwa Santri Marwah memiliki kepribadian <i>introvert</i> yang akhirnya mempengaruhi pola pikir yang <i>overthinking</i>, hal itu terbukti dari sifat tertutupnya dan kurang bersosialisasi kepada teman pondok, mengakibatkan Santri Marwah memendam permasalahannya sendiri, sehingga mengganggu pikiran. Misal tidak betah dipondok karena ditinggalkan, hantu, <i>syaitan</i>. Apabila dilihat teman pondok yang kurang dekat Santri Marwah mengartikan bahwa temannya tidak menyukai dia dan memberikan tatapan sinis kepadanya, sedangkan pada faktanya teman pondok tidak ada yang memandang Santri Marwah dengan tatapan sinis namun sebaliknya yaitu berusaha mengajak Santri Marwah berbaur kepada teman lainnya.</p>

	<p>Jenis terapi yang ditentukan peneliti, berdasarkan hasil diagnosa Santri Marwah adalah pemberian bantuan Bimbingan Konseling Islam dengan terapi <i>REBT</i>. Selain itu peneliti memiliki alternatif terapi penguatan positif kepada Santri Marwah, guna untuk membantu penyelesaian permasalahan yang dialami Santri Marwah yaitu yang berfokus pada kepribadian <i>introvert</i> nya yang mempengaruhi pemikiran <i>overthinking</i>.</p>
--	---

Tabel 4.9 adalah tahap prognosa, pada tahapan ini peneliti menetapkan terapi atau jenis bantuan yang sesuai untuk diberikan kepada Santri Marwah, dengan berbagai situasi, kondisi yang berlangsung selama proses konseling, dan ketika pengumpulan data data awal pada proses identifikasi masalah.

Peneliti disini memutuskan untuk menggunakan bantuan berupa terapi *Rational Emotive Behavior* untuk perilaku *introvert* Santri Marwah, dengan memadukan teknik *reinforcement positif* dan juga *punishment* (hukuman).

Tabel 4.9 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi *Rational Emotive Behavior*

(Terapi)⁵⁹

Data Teori	Data Empiris (Lapangan)
<p>Terapi, tahap ini adalah pelaksanaan bantuan oleh konselor dan merupakan lanjutan dari tahap prognosa yang telah disetujui.</p>	<p>Dalam menangani Santri Marwah yang memiliki kepribadian <i>introvert</i> adalah dengan menyadarkan sambil menyelipkan nasehat dan motivasi bahwa apa yang telah dilakukan Santri Marwah adalah tindakan kurang tepat. Menyadarkan secara perlahan bahwa selama ini kepribadian cuek, pendiam, tidak peduli lingkungan sekitar, dan akhirnya memiliki pola fikir yang <i>overthinking</i> adalah hal yang tidak baik.</p> <p>Adapun langkah-langkah yang peneliti ambil yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none">1) Membantu Santri Marwah menyakinkan bahwa sikap cuek, pendiam, tidak mau bersosialisasi adalah hal yang merugikan dirinya, karena sejatinya kita adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain untuk saling

⁵⁹ Pengumpulan data lapangan pada tanggal 05 November 2019

	<p>bantu membantu, sharing, belajar, atau sekedar berbagi permasalahan yang memerlukan orang lain untuk membantu mencari jalan keluar.</p> <p>2) Memberikan pemahaman kepada Santri Marwah, menjawab pertanyaan menggunakan bahasa tubuh itu kurang tepat dilakukan kepada orang yang lebih tua, karena dinilai kurang sopan.</p> <p>3) Menyadarkan Santri Marwah bahwa perlakuan <i>overthinking</i> adalah perlakuan kurang tepat, karena semua dugaan, firasat, asumsi, dan anggapan kita belum tentu sesuai dengan fakta yang ada. Disini peneliti mendorong Santri Marwah untuk senantiasa <i>berhuznudzon</i> kepada orang lain.</p> <p>4) Mendorong Santri</p>
--	---

	<p>Marwah untuk belajar berbaaur dengan teman pondok dan teman sebayanya di rumah, karena dengan memiliki teman dekat, kita akan memiliki tempat untuk bertukar cerita dan mengurangi beban permasalahan yang ada.</p> <p>5) Memberikan penguatan positif agar Santri Marwah merasa nyaman dan aman untuk belajar di pondok pesantren bersama teman-teman.</p> <p>6) Pemberian penguatan positif kepada Santri Marwah dibarengi dengan pemberian <i>punishment</i>, yang telah disetujui dan disepakati bersama dengan peneliti tanpa memberatkan salah satu pihak.</p>
--	---

Tabel 4.9 adalah tahap terapi atau pemberian bantuan. Pada tahapan ini peneliti melakukan terapi atau jenis bantuan yang telah sesuai untuk diberikan kepada Santri Marwah. Dalam proses terapi ini peneliti menggunakan

teknik REBT yang dipadukan dengan *reinforcement positif*, dan juga *punishment*.

Reinforcement positif disini berguna untuk membantu Santri Marwah untuk melakukan perilaku ke arah lebih *rasional*, seperti untuk mengurangi sikap cuek, pendiam, menyendiri, tidak mau berosisalisasi, menjawab pertanyaan orang lain dengan bahasa tubuh, dan *overthinking*. Sedangkan fungsi *punishment* disini berfungsi untuk menekan nilai-nilai keyakinan *irrasional* (negatif) yang ada pada diri Santri Marwah misal, kabur dari pondok.

Adapun kesepakatan tentang Santri Marwah dan peneliti tentang *punishment*, yaitu apabila Santri Marwah kabur dari pondok tanpa sepengetahuan atau izin ibu nyai, pengurus pondok putri, dan juga abdi dhalem (kakang senior) akan diberikan hukuman untuk memasukkan uang sebesar 5000 rupiah untuk beramal di masjid, dan mengartikan (memaknai) kitab kuning sebanyak 10 lembar. Dan apabila Santri Marwah selama sebulan tidak mengulangi perilaku kabur dari pondok, pengurus pondok putri akan memberikan *reward* (hadiah) berupa mukenah, Al-Qur'an baru, atau kerudung. Jadi untuk pemberian *reward* disini berasal dari pengurus pondok putri yang sekaligus menjadi *stakeholder* (pihak yang bekerjasama) yang membantu peneliti untuk mengawasi perkembangan tingkah laku Santri Marwah.

Tabel 4.10 Langkah-Langkah Proses Bimbingan Konseling Islam dan Pelaksanaan Terapi *Rational Emotive Behavior*

(Evaluasi / Follow Up)⁶⁰

Data Teori	Data Empiris (Lapangan)
Evaluasi / Follow Up dilakukan untuk	Dari terapi yang diberikan, peneliti mulai melihat adanya

⁶⁰ Pengumpulan data lapangan pada tanggal 28 Februari 2020

mengetahui sejauh mana langkah terapi berhasil

perubahan yang terjadi pada tingkah laku Santri Marwah walau tidak menunjukkan hasil yang signifikan. Baik tingkah laku yang peneliti amati sendiri, maupun tingkah laku yang diamati *stakeholder* (pengurus pondok putri).

Setelah dilakukan proses konseling, Santri Marwah mengalami perubahan pada dirinya yaitu mulai berbaur kepada teman sekamar, mulai bercanda bersama teman pondok, dan menjawab pertanyaan dengan jawaban bukan dengan gerakan tubuh (“Ya” dengan anggukan, dan “Tidak” dengan gelengan).

Santri Marwah mengaku melalui sikap *huznudzon* dia mendapatkan ketenangan karena tidak perlu memerlukan fikiran yang berlebihan dan berusaha menekan pola fikir yang *overthinking*.

Untuk sikap kabur tanpa izin dari pondok untuk saat ini masih bisa dikendalikan, karena Santri Marwah sudah mulai mengikuti kegiatan pondok seperti sediakala.

	<p>Pasca terakhir Santri Marwah kabur dari pondok bulan Desember 2019- Februari minggu ke-2 bulan Februari 2020, yang membuat proses konseling yang dilakukan peneliti berlangsung di kediaman orang tua Santri Marwah, sekaligus melakukan kunjungan <i>home visit</i>.</p>
--	--

Tabel 4.10 adalah tahap evaluasi / *follow up*, langkah ini berguna untuk menilai dan mengetahui seberapa besar dan sejauh mana tingkat keberhasilan terapi. Dengan hasil yang dipaparkan pada tabel diatas menunjukkan, bahwa Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi *behavior* untuk mengatasi santri *introvert* studi kasus Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah Kediri, sudah menunjukkan keberhasilan.

D. Analisis Data Akhir Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi *Behavior* Untuk Mengatasi Santri *Introvert* di Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri.

Sebelum melihat hasil akhir proses Bimbingan dan Konseling Islam, berikut peneliti uraikan jadwal konseling dan pengerjaan langkah-langkah bimbingan dan konseling Islam bersama Santri Marwah :

Tabel 4.11 Jadwal Konseling dan Pengerjaan Langkah-Langkah Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Behavior

		Status
--	--	---------------

Kegiatan	Tanggal	Belum Terlaksana	Terlaksana
Observasi Ponpes	21-23 September 2019		✓
Menemukan permasalahan	23 September 2019		✓
Konseling 1	05 Oktober 2019		✓
Tahap Identifikasi Masalah	10 Oktober 2019		✓
Tahap Diagnosa	10 Oktober 2019		✓
Konseling 2	29 Oktober 2019		✓
Tahap Prognosa	29 Oktober 2019		✓
Konseling 3	04 November 2019		✓
Tahap Terapi	05 November 2019		✓
Konseling 4	20 November 2019	✓	
Konseling 5	08 Desember 2019	✓	
Konseling 6	16 Desember 2019	✓	
Konseling 7	09 Januari 2020	✓	
Home Visit (Konseling 8)	16 Januari 2020		✓

Home Visit (Konseling 9)	23 Januari 2020		✓
Konseling 10	10 Februari 2020		✓
Tahap Evaluasi/ Follow Up	28 Februari 2020		✓

Untuk melihat hasil akhir dari suatu proses Bimbingan Konseling Islam berhasil atau tidak nya, diperlukan analisis skala perbandingan perubahan yang terjadi pada Santri Marwah, yang diamati oleh peneliti secara langsung dan *stakeholder*. Adapun tingkat keberhasilan pada penelitian ini adalah :

Tabel 4.12 Perubahan Santri Marwah Sebelum Proses Konseling dan Sesudah Proses Konseling

Indikasi	Sebelum Konseling			Sesudah konseling		
	A	B	C	A	B	C
Mampu bersosialisasi dengan teman-teman pondok.			X		X	
Mampu mengatur pola pikir overthinking			X		X	
Merespon pertanyaan dengan gerakan tubuh, “Ya” anggukan, “Tidak” gelengan.			X	X		
Menurunkan tingkah laku kabur tanpa izin dari Pondok Pesantren			X			X

Keterangan :

A = Mampu

B = Cukup Mampu

C = Tidak Mampu

Dari tabel 4.13, peneliti membuat empat skala perbandingan berhasil atau tidaknya suatu terapi, karena empat masalah ini merupakan masalah yang sering Santri

Marwah hadapi selama menempuh pendidikan di pondok pesantren.

Dalam tabel diatas terlihat bahwa Santri Marwah mengalami perubahan perilaku setelah dilakukan proses konseling. Terlihat pada tabel sebelum dilakukan proses konseling, Santri Marwah masih kurang melakukan sosialisasi dengan teman-teman pondok, dia cenderung pendiam, pemalu, cuek , sulit berbaur dan kurang berkomunikasi. Sering berfikiran *overthinking* yang terkadang membuat Santri Marwah merasa tidak nyaman dan aman, misalnya terkena gangguan jin dan hantu. Masih menggunakan bahasa tubuh untuk menjawab suatu pertanyaan Ya & Tidak (anggukan dan gelengan) walaupun sedang berbicara dengan orang tua misal bu nyai, dan pengasuh pondok. Dan perilaku negatif yang sering menjadi permasalahan Santri Marwah, adalah kabur dari pondok tanpa seizin pengurus pondok dan bu nyai.

Pada tabel diatas setelah dilakukan proses konseling terhadap Santri Marwah, terlihat perubahan yang signifikan misalnya menjawab pertanyaan dengan bahasa tubuh, dan beberapa perilaku masih memerlukan pantauan lebih lanjut mengenai cara bersosialisasi, pola fikir yang *overthinking*, dan kebiasaan kabur tanpa izin dari pondok pesantren.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dianalisis, ditemukan beberapa gejala-gejala yang muncul pada Santri Marwah yang memiliki kepribadian Introversi, berupa perilaku yang cenderung penyendiri, cuek, pendiam, dan pemalu. Selain itu ditemukan juga beberapa tingkah laku negatif lain misalnya berfikir *overthinking*, merespon dengan gerakan tubuh (Ya dengan anggukan, dan Tidak dengan gelengan) walaupun sedang berbicara dengan orang yang lebih tua, dan perilaku kabur tanpa izin yang sering merisaukan pengurus pondok dan bu nyai.

Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi *behavior* untuk mengatasi santri *introvert* studi kasus Ponpes Ahmada Al-Hikmah, dilakukan dengan langkah-langkah proses konseling pada umumnya yaitu, melalui tahap identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, terapi yang menggunakan terapi *Rational Emotive Behavior* (REBT) yang menekankan pada pemberian teknik *reinforcement positif* berupa nasehat, motivasi agama, dan target yang telah disetujui bersama dengan Santri Marwah dengan pemberian *punishment* (hukuman) berupa sedekah 5000 rupiah ke masjid, dan memaknai kitab kuning sebanyak 10 lembar, guna untuk menekan perilaku negatif Santri Marwah yang sering kabur tanpa izin dari pondok. Tentunya pemberian *punishment* diikuti dengan pemberian *reward*, yang akan diserahkan oleh pengurus pondok apabila Santri Marwah menunjukkan perilaku positif kedepannya. Skala keberhasilan proses terapi dan konseling ditunjukkan dari perubahan tingkah laku Santri Marwah, yang sudah bisa berbaur terhadap teman-teman pondoknya, Santri Marwah juga mulai terbiasa menjawab pertanyaan dengan baik dan

tidak mengguakan bahasa tubuh lagi, dan beberapa perilaku yang masih memerlukan pantauan lebih lanjut mengenai, pola pikir yang *overthinking*, dan kebiasaan kabur tanpa izin dari pondok pesantren, yang sementara ini menunjukkan hasil perubahan yang baik dan juga positif dari tingkah laku Santri Marwah.

B. Saran

Saran yang bisa diberikan dari penelitian “Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk Mengatasi Santri *Introvert* Studi Kasus : Ponpes Ahmada Al-Hikmah Kediri” antara lain :

1. Bagi Konselor

Penerapan Teori *Rational Emotive Behavior* (REBT) untuk mengatasi kepribadian *Introvert*, lebih baik menggunakan perpaduan teknik maupun terapi yang lebih beragam, karena melihat jenis kepribadian dan masalah setiap individu itu kompleks (beragam) dan unik, hal ini bertujuan untuk memudahkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahan yang ada pada klien, tentunya dengan menggunakan dan memperbanyak sumber-sumber yang relevan.

2. Bagi Klien (Santri Marwah)

Setiap individu pasti mempunyai permasalahan baik yang berasal dari diri sendiri, maupun orang lain. Sebagai makhluk sosial tentunya kita memerlukan bantuan orang lain yang dianggap mampu menolong kita, apabila ada suatu permasalahan. Cara pandang kita akan suatu hal setidaknya akan berpengaruh kepada pola pikir kita, maka dari itu ajaran agama Islam mengajarkan untuk senantiasa ber-*huznudzon*, karena dengan *huznudzon* terhadap berbagai situasi dan kondisi akan membuat kita merasa nyaman dan aman, karena energi

positif yang kita salurkan dari pola pikir yang seterusnya akan mempengaruhi tingkah laku.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang bisa peneliti berikan kepada peneliti selanjutnya mengenai kajian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan *Introvert* adalah, dapat menindak lanjuti dengan sebaik mungkin, agar kekurangan yang ada pada penelitian ini bisa disempurnakan.

4. Bagi Pembaca

Harapan peneliti bagi pembaca adalah untuk memberikan tambahan wawasan ilmu pengetahuan, tentang bagaimana cara menangani kepribadian *Introvert* dengan menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) , terlebih lagi apabila pembaca sedang menghadapi peristiwa yang sama dengan penelitian ini.

5. Bagi Pondok Pesantren Ahmada Al-Hikmah

Saran yang bisa peneliti sampaikan kepada Ponpes Ahmada Al-Hikmah adalah dengan membentuk anggota atau tim khusus (berasal dari kakak senior) atau merekrut guru/ *ustadzah* yang sekiranya mampu memberikan konseling didalam pondok pesantren. Melihat dari berbagai permasalahan yang peneliti temui ketika observasi di dalam pondok pesantren, santri-santri memiliki permasalahan baik dari *eksternal* maupun *internal*. Hal ini bertujuan untuk santri mendapatkan bimbingan dan konseling khusus apabila ada permasalahan yang terjadi dipondok, guna untuk mendapatkan rasa aman dan nyaman terhadap santri yang bermasalah, sekaligus membantu untuk menyelesaikan permasalahan yang ada sehingga santri tidak merasa menanggung permasalahannya sendiri, dan tetap bisa fokus untuk menempuh pendidikan selama di pondok pesantren.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini, telah diusahakan dan dilaksanakan peneliti sesuai prosedur ilmiah yang ada, namun demikian masih terdapat bagian atau batasan yang kurang sempurna, mengenai :

1. Rumusan masalah pada penelitian ini, yang terkait dengan proses konseling dan hasil akhir, sedangkan didalam teknik konseling ada beberapa jenis teknik yang sekiranya lebih sesuai untuk menangani kasus Santri Marwah yang memiliki kepribadian introvert.
2. Adanya keterbatasan informasi mengenai, nama klien (Santri Marwah), latar belakang keluarga lebih jauh, hasil foto dokumentasi bersama Santri Marwah, yang dimana pihak peneliti tidak bisa menjelaskan secara jelas karena permintaan dari pihak pondok pesantren, dan keluarga klien demi melindungi privasi seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi Kepribadian* (p. 08). Malang: UM Press.
- Anas, S. (2010). *Bimbingan dan Konseling* (pp. 72-83). Bandung: CV. Pusatka Setia.
- Anggita, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (p. 110). Sukabumi: CV. Jejak.
- Anhari, M. (2008). *Usul Fiqih* (p. 117). Surabaya: Diantama.
- Aswadi. (2009). *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam* (pp. 27-28). Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Aswadi. (2009). *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (p. 18). Surabaya: Dakwah Digital Press.
- Bagir, H., & Basri, S. (1996). *Ijtihad dalam Sorotan* (p. 25). Bandung: Mizan Anggota IKAPI.
- Boeree, G. (2006). *Dasar-Dasar Psikologi* (pp. 231-232). Yogyakarta: Prismsophie.
- Bungin, B. (2001). *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kualitatif dan Kuantitatif* (p. 128). Surabaya: Universitas Airlangga.
- Corey, G. (1998). *Teori & Praktek Konseling dan Psikoterapi* (p. 196). Bandung: Eresco.

- Corey, G. (2011). *Teori & Praktek Konseling dan Psikoterapi* (pp. 199-200). Jakarta: PT. Indeks.
- Corey, G. (2011). *Teori & Praktek Konseling dan Psikoterapi* (p. 200). Jakarta: PT. Indeks.
- Data Lapangan Peneliti tentang Perilaku Keseharian Santri Marwah, pada Tanggal 21 September 2019.
- Djamil, F. (1997). *Filsafat Hukum Islam* (p. 143). Jakarta: Logos Wacana Ilmu.
- Enjang, A., & Aliyudin. (2009). *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah* (p. 33). Bandung: Widya Padjajaran.
- Enjang, A., & Aliyudin. (2009). *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah* (p. 34). Bandung: Widya Padjajaran.
- Faqih, A. R. (2001). *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (pp. 35-37). Jakarta: UII Press.
- Feist, J., & Gregory. (2008). *Theories of Personality* (S. Yudi Santoso, Trans., p. 354). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Gerald, C. (1988). *Teori & Praktek Konseling dan Psikoterapi* (p. 240). Bandung: PT. Eresco.
- Gunarsa, S. D. (2000). *Konseling dan Psikoterapi* (pp. 234-235). Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. (1986). *Metodologi Research* (p. 193). Jakarta: Ani Offset.
- Hanurawan, F. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi* (p. 124). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hasan, I. (2004). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik* (p. 19). Jakarta: Media Grafika.

- Hurlock. (1981). *Development Psychology Life Span Approach* (5th ed., pp. 524-525). New Delhi: Tata Mc Graw Hill.
- Kartono, K. (1985). *Bimbingan Konseling dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya* (pp. 47-49). Jakarta: CV. Rajawali.
- Kumalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling* (pp. 177-180). Jakarta: PT. Indeks.
- Labaika, Nadiyah (Ketua Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah). Wawancara pada tanggal 11 Oktober 2019, Kantor PP. Ahmada Al-Hikmah pada pukul 14.00 WIB.
- Labaika, Nadiyah (Ketua Pondok Pesantren Putri Ahmada Al-Hikmah). Wawancara pada tanggal 11 Oktober 2019, Kantor PP. Ahmada Al-Hikmah pada pukul 16.00 WIB.
- Latipun. (2005). *Psikologi Konseling* (p. 92). Malang: UMM Press.
- Latipun. (2005). *Psikologi Konseling* (p. 51). Malang: UMM Press.
- Latipun. (2008). *Psikologi Konseling* (p. 137). Malang: UMM Press.
- Nasution et. al, H. (1993). *Ensiklopedia Islam* (p. 1036). Jakarta: Depag RI.
- Nasution et.al, H. (1993). *Ensiklopedia Islam* (pp. 157-158). Jakarta: Depag RI.
- Natawidjaya, R. (2009). *Konseling Kelompok Dasar & Pendekatan* (p. 275). Bandung: Rizqi Press.
- Pengumpulan Data Lapangan tentang Perilaku Keseharian Santri Marwah, pada Tanggal 09 Oktober 2019.

Pengumpulan Data Lapangan tentang Perilaku Keseharian Santri Marwah, pada Tanggal 10 Oktober 2019.

Pengumpulan Data Lapangan tentang Perilaku Keseharian Santri Marwah, pada Tanggal 29 Oktober 2019.

Pengumpulan Data Lapangan tentang Perilaku Keseharian Santri Marwah, pada Tanggal 28 Februari 2020.

Singgih. (2007). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Diterbitkan oleh Anggota IKAPI.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (p. 02). Bandung: Alfabeta.

Sukmadinata, N. S. (2003). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Sulton, M. (2003). *Desain Ilmu Dakwah* (p. 107). Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Sulton, M. (2003). *Desain Ilmu Dakwah* (p. 108). Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Surya, M. (2003). *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

Tohirin. (2016). *Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling* (p. 72). Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Winkel, W. (1991). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (p. 364). Jakarta: Grasindo.

Yasmadi. (2005). *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish Terhadap Pendidikan Islam Tradisional* (p. 61). Jakarta: Ciputat Press.

Yasmadi. (2005). *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish Terhadap Pendidikan Islam Tradisional* (p. 89). Jakarta: Ciputat Press.

Yusuf. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (p. 127). Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

Yusuf, S., & Nurihasan, J. (2008). *Teori Kepribadian* (p. 98). Bandung: Remaja Posdakarya.

