KONSELING ISLAM DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE THERAPY* (RET) UNTUK MENANGANI PIKIRAN IRASIONAL SEORANG ANAK AKIBAT *BROKEN HOME* DI SMA NAHDLATUL ULAMA (SMANU) 1 GRESIK

SKRIPSI

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

Oleh:
Ulfi Fadhilah
NIM. B03216040

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

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrohim
Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Ulfi Fadhilah
NIM : B03216040
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik**, adalah

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

Surabaya, 16 Maret 2020
Yang Menyatakan

METERAI TEMPEL
DE865AFF618303601
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Ulfi Fadhilah
NIM. B03216040

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama	: Ulfi Fadhilah
NIM	: B03216040
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Judul	: Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 16 Maret 2020
Telah Disetujui Oleh :
Dosen Pembimbing,

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.
NIP : 197311212005011002

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Konseling Islam Dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* Di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

SKRIPSI

Disusun Oleh
Ulfi Fadhilah
B03216040

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
Pada tanggal, 16 Maret 2020
Tim Penguji

Penguji I	Penguji II
Dr. Lukman Fahmi, S.Ag., M.Pd.	Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes.
NIP. 197311212005011002	NIP.197605182007012022
Penguji III	**Penguji IV**
Drs. H. Cholil, M.Pd.I.	Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I,M.Pd,Kons.
NIP. 196506151993031005	NIP. 197708082007101004

Surabaya, 16 Maret 2020
Dekan,

Dr. H. Abdul 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@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ulfi Fadhilah
NIM : B03216040
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : ulfifadhilah11@gmail.com

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

☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Konseling Islam dengan Pendekatan Rational Emotive Therapy (RET) untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat Broken Home di SMA Mahdlatul Ulama (SMAMU) 1 Gresik.

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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, 5 November 2020

Penulis

(Ulfi Fadhilah)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Ulfi Fadhilah (B03216040), Konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy* (RET) Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana proses pelaksanaan Konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy* (RET) Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik? 2) Bagaimana hasil akhir pelaksanaan Konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy* (RET) Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi kasus. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi yang disajikan dalam bab penyajian data dan analisis data.

Permasalahan konseli yang memiliki pikiran irasional dikarenakan faktor keluarga yaitu *broken home* dan dari faktor ekonomi yang mendukung konseli untuk melakukan pikiran irasional sehingga konseli melakukan perilaku berupa tidak yakin pada dirinya, perasa, dan suka menyendiri.

Hasil penerapan konseling ini sudah mulai sedikit mengalami perubahan dalam dirinya, dari sebelumnya konseli sering tidak yakin pada dirinya, perasa, dan suka menyendiri, dengan menunjukkan perubahan pada perilaku untuk bisa menghargai teman atau orang lain disekitarnya serta konseli dapat mengontrol rasa ketidak yakinan pada dirinya dan mengurangi rasa untuk menyendiri.

Kata Kunci: Konseling Islam, *Rational Emotive Therapy* (RET), Pikiran Irasional, *Broken Home.*

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

ABSTRACT

Ulfi Fadhilah (B03216040), Islamic Counseling with Rational Emotive Therapy (RET) to Address the Irrational Thoughts of a Child Due to Broken Home at Nahdlatul Ulama High School (SMANU) 1 Gresik.

The focus of this research is 1) What is the process of implementing Islamic Counseling with Rational Emotive Therapy (RET) to Address the Irrational Thoughts of a Child Due to Broken Home at Nahdlatul Ulama High School (SMANU) 1 Gresik? 2) What is the final result of the implementation of Islamic Counseling with Rational Emotive Therapy (RET) to Address the Irrational Thoughts of a Child Due to Broken Home at Nahdlatul Ulama High School (SMANU) 1 Gresik?

In answering these problems, this research uses a qualitative method with case studies. Data collection techniques in this study used interviews and observations presented in the chapter on data presentation and data analysis.

The problem of counselees who have irrational thoughts due to family factors namely broken home and from economic factors that support the counselee to do irrational thoughts so that the counselee performs behavior in the form of being unsure of himself, feeling, and like to be alone.

The results of the application of this counseling have begun to experience a slight change in him, from before the counselee is often unsure of himself, feeling, and likes to be alone, by showing changes in behavior to be able to appreciate friends or other people around him and counselees can control the feeling of uncertainty in him and reduce the feeling of being alone.

Keywords: Islamic Counseling, *Rational Emotive Therapy* (RET), Irrational Mind, *Broken Home*.

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

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM ii

PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... Error! Bookmark not defined.

MOTTO v

PERSEMBAHAN vi

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI. Error! Bookmark not defined.

ABSTRAK viii

ABSTRACT ix

KATA PENGANTAR x

DAFTAR ISI xii

DAFTAR TABEL xv

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Rumusan Masalah 5

C. Tujuan Penelitian 5

D. Manfaat Penelitian 5

E. Definisi Konsep 6

1. **Konseling Islam** 6
2. ***Rational Emotive Therapy* (RET)** 8
3. **Pikiran Irasional** 9
4. ***Broken Home*** 10

F. Sistematika Pembahasan 12

BAB II KAJIAN PUSTAKA 15

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

A. Kajian Teoritik 15

1. Konseling Islam 15

2. *Rational Emotive Therapy* (RET) 29

3. Pikiran Irasional 35

4. Broken Home 38

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan 45

BAB III METODE PENELITIAN 49

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian 49

B. Lokasi Penelitian 49

C. Jenis dan Sumber Data 50

D. Tahap-Tahap Penelitian 52

E. Teknik Pengumpulan Data 55

F. Teknik Validitas Data 57

G.Teknik Analisis Data 58

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN ... 59

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian 59

1. Gambaran Lokasi Penelitian 59

2. Deskripsi Konselor dan Konseli 66

3. Deskripsi Masalah 72

B. Penyajian Data 76

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* Di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. 76

2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET)

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

untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* Di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. 99

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data) 100

1. Perspektif Teori 100

2. Perspektif Islam 122

BAB V PENUTUP 127

A. Kesimpulan 127

B. Saran 127

C. Keterbatasan Penelitian 129

DAFTAR PUSTAKA 131

Lampiran 135

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

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Teknik Pengumpulan Data..... 56
Tabel 4. 1 Identitas Konselor 66
Tabel 4. 2 Identitas Konseli..... 69
Tabel 4. 3 Gejala atau Perilau Konseli sebelum Terapi 75
Tabel 4. 4 Jadwal Penelitian..... 77
Tabel 4. 5 Rational Emotive Therapy (RET) Dengan Teori ABCD 94
Tabel 4. 6 Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan 101
Tabel 4. 7 Perubahan Sebelum dan Sesudah Proses Konseling..... 122

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

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia diciptakan oleh Allah SWT untuk selalu hidup secara berdampingan antara satu dengan yang lainnya, dan saling tolong menolong tanpa membedakan suku bangsa, ras maupun budaya atau yang lainnya, sehingga tercapainya suatu kehidupan yang dinamis dan harmonis. Yang mana dalam Q.S Al-Hujurat: 13 adalah.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَ أُنْثٰى وَ جَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَ قَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۚ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللهِ أَتْقَاكُمْ ۚ إِنَّ اللهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ.

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal".[2] (Q.S Al-Hujurat: 13)

Salah satu Sunnatullah yang penting dalam Islam adalah pernikahan. Pentingnya ajaran tentang pernikahan tersebut maka dalam Al-Qur'an ada beberapa ayat yang mengenai masalah pernikahan. Arti dari Nikah yaitu menghimpun atau mengumpulkan. Salah satu upaya untuk menyalurkan naluri seksualitas seorang suami dan istri dalam rumah tangga serta sarana untuk menghasilkan keturunan yang dapat menjamin kelangsungan eksistensi manusia di bumi ini. Adanya pernikahan sejalan dengan lahirnya seorang manusia di bumi

[2] TNI Angkatan Darat, *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*, (Jakarta: PT. Sari Agung, 2002), hal. 1035.

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

ini merupakan sebagai fitrah manusia yang diberikan oleh Allah SWT kepada hamba-Nya.[3]

Jika keluarga adalah pondasi umat, maka pernikahan juga menjadi pondasi bagi keluarga. Pernikahan untuk membentuk keluarga yang bahagia tak lepas dari kondisi lingkungan dan budaya dalam membina dan mempertahankan jalinan hubungan antara suami dan istri. Tanpa adanya kesatuan tujuan tersebut berakibat terjadinya hambatan-hambatan pada kehidupan keluarga, yang akhirnya dapat mengakibatkan kesenjangan dan membutuhkan penyesuain diri satu sama lain.

Pada umumnya masing-masing kedua belah pihak telah mempunyai pribadi sendiri, pribadinya telah terbentuk. Karena untuk dapat menyatukan satu dengan yang lain perlu adanya saling penyesuaian, pengorbanan, pengertian, dan hal tersebut harus disadari benar-benar oleh kedua belah pihak yaitu oleh suami dan istri.[4] Sama halnya dengan perekonomian dalam keluarga membutuhkan keseimbangan dan menyebabkan anggota keluarga untuk memenuhi keuangan keluarga.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari Guru Bimbingan dan Konseling diketahui Aisyah merupakan anak korban *broken home*, ia bersekolah di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik kelas XII IPA 5. Aisyah berasal dari keluarga yang kurang mampu, ia merupakan anak ke enam dari tujuh bersaudara, terdiri dari dua perempuan dan lima laki-laki. Aisyah sekarang tinggal bersama Ibu dan adiknya, karena kakak-kakaknya sudah pada berkeluarga. Orang tua Aisyah mengalami *broken home* saat ia kelas XI dikarenakan Ayahnya selingkuh. Disaat Ibunya melahirkan

---

[3] Achmad Kuzairi, *Nikah Sebagai Perikatan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1995), hal. 13-14.

[4] Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Perkawinan*, (Yogyakarta: ANDI Offset, 2017), hal. 83.

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

anak ke tujuh Ibunya mengalami tunanetra. Ketika Ayahnya meninggalkan keluarga, Aisyah berinisiatif untuk mencari rezeki sendiri untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarganya dengan cara berjualan kebab di Gresik sebagai karyawan, meskipun kakak-kakaknya sudah bekerja dan ia tidak ingin meminta uang terus-terusan (merepotkan) kakak-kakaknya.

Aisyah sebagai seorang pelajar bercita-cita ingin menjadi seorang guru dan berkeinginan untuk melanjutkan studinya ke jenjang perguruan tinggi supaya ilmu yang ia dapatkan bisa bermanfaat untuk orang lain, tetapi dengan uang jerih payahnya sendiri tidak akan mungkin cukup untuk masalah administrasi kuliahnya. Dan ia sudah yakin, bahwa ia tidak akan bisa masuk dalam perguruan tinggi karena ia ingin terus bekerja saja untuk menghidupi serta mengurus Ibu dan adiknya.

Setelah mengetahui faktor penyebab klien mengalami sedih karena merasa ingin meneruskan sekolahnya karena orang tua yang bercerai. Konseli juga mempunyai pikiran yang irasional, yaitu berfikir negative tentang dirinya, perasa dan suka menyendiri. Kemudian konselor menetapkan alternative bantuan yang akan diberikan pada klien dalam proses konseling individual. Dan untuk membantu klien dalam mengatasi masalahnya, maka digunakan model dan teori konseling *Rational Emotive Therapy (RET)*. *Rational Emotive Therapy* digunakan karena konselor ingin mengajak klien untuk berpikir, menilai, memutuskan, menganalisis dan ingin mengajak dengan benar, yang mana RET ini akan dapat memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berpikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berpikir yang rasional dengan pemberian motivasi secara terus menerus dengan perspektif Islam berdasarkan Al-Quran dan Al-Hadis, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri, berpikir positif, fleksibel

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

dan ilmiah serta dapat menerima keadaan diri secara keseluruhan.

Ada berbagai macam tipe kepribadian untuk menggambarkan seseorang yang sebenarnya, termasuk pola pikir, perasaan, dan perilaku yang membuatnya berbeda dari orang lain. Dan ada teori kepribadian tipe ABCD, yaitu tipe A karakteristik yang mengacu pada agresif, kompetitif, suka bersaing, terobsesi pada pekerjaan, dan tidak sabar, tipe B karakteristik memiliki tingkat imajinasi dan kreativitas yang tinggi serta lebih toleran teradap orang lain, tipe C selalu bekerja dengan semangat, berpakaian rapi, konsisten dan mengikuti semua aturan, dan tipe D sering mengalami emosi negatif, sering khawatir, mudah marah dan menghindari situasi sosial.

Menurut penelitian yang saya lihat bahwasanya klien ini mempunyai masalah yang perlu mendapatkan penanganan yaitu dengan cara memberikan motivasi serta masukan-masukan yang positif kepada klien. Banyak sekali cara untuk membuat permasalahan klien ini dapat keluar dari masalahnya, seperti mendaftarkan dirinya untuk mendapatkan beasiswa, mendaftarkan dirinya untuk mengikuti proses bidikmisi, atau dengan cara menabung terlebih dahulu selama satu tahun, kemudian hasil uang tersebut didaftarkan untuk masuk kuliah tahun ajaran berikutnya atau dengan cara masuk kuliah terlebih dahulu, dan melaksanakan pekerjaan sampingan yang ia dapatkan.

Berlatar belakang dari penelitian yang telah konselor lakukan, konselor sangat tertarik untuk mengatasi adanya berbagai permasalahan yang dialami anak *broken home*. Maka dari itu konselor melakukan sebuah penelitian untuk skripsi dengan judul **"Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik".**

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

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana proses pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik?
2. Bagaimana hasil dari proses pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik?

C. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui proses pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.
2. Untuk mengetahui hasil dari proses pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat baik secara teoritis dan maupun praktis adalah:

1. Secara Teoritis

a. Memberikan pengetahuan dan wawasan bagi mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi (FDK) khususnya mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) terkait dengan konseling Islam dengan Teori Kepribadian ABCD untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat

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

broken home yang membutuhkan perhatian dalam proses perkembangannya.

b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca mengenai konseling Islam dengan Teori Kepribadian ABCD untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat *broken home*.

2. Secara Praktis

a. Bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai salah satu teknik pendekatan yang efektif untuk diterapkan dalam mengatasi pikiran irasional seorang anak akibat *broken home*.

b. Bagi konselor, hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai salah satu teknik pendekatan yang efektif.

E. Definisi Konsep

Untuk mempermudah pemahaman mengenai penelitian yang akan diteliti maka diperlukannya penjelasan beberapa istilah yang terdapat dalam judul skripsi ini. Adapun istilah-istilah dalam penelitian ini peneliti berpijak pada literatur yang terkait dengan judul penelitian ini yaitu:

1. Konseling Islam

Konseling Islam adalah layanan bantuan kepada konseli untuk dapat menerima keadaan dirinya yang telah ditetapkan oleh Allah SWT dengan apa adanya dalam segi baik dan buruknya serta kekuatan dan kelemahannya, sehingga hal tersebut dapat menyadarkan manusia untuk selalu berikhtiar kepada Allah SWT. Kelemahan dalam diri manusia bukan untuk disesali secara terus menerus dan sebaliknya kekuatan yang ada pada diri manusia bukan membuatnya menjadi lupa diri, dengan kata lain tujuan dari konseling Islam sendiri yaitu untuk mengarahkan dan mendorong konseli untuk selalu bertawakkal atau berserah diri kepada Allah SWT

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

sekaligus memohon petunjuk dan pertolongan-Nya agar setiap permasalahan yang dialaminya dapat terselesaikan.[5]

Menurut Ahmad Mubarok, konseling Islam merupakan suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin agar dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawi dan ukhrawi.[6] Sedangkan menurut Erhanwilda, konseling Islam adalah bantuan yang diberikan kepada konseli oleh seorang konselor dalam memecahkan permasalahannya sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadis sehingga konseli mampu menggunakan potensi-potensi yang dimilikinya untuk menghadapi hidup dan kenyataan hidup dengan wajar dan benar.[7]

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan konseling Islam yaitu suatu aktifitas pemberian bantuan berupa bimbingan kepada individu atau kelompok untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya agar konseli dapat mengembangkan potensi akal pikirannya dan keimanannya yang dapat menanggulangi problematika hidupnya dengan baik dan benar serta berlandaskan Al-Qur'an dan Al-Hadis, sehingga dalam hidupnya mendapatkan petunjuk dari Allah SWT.

---

[5] Lubis Saiful Akhyar, *Konseling Islam Kyai dan Pesantren*, (Yogyakarta: ELSAQ Press, 2007), hal. 79.

[6] Ahmad Mubarok, Al-Irsyad An-Nafs, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 4-5.

[7] Pudji Rahmawati, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23.

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

2. *Rational Emotive Therapy* (RET)

Rational Emotive Therapy dikembangkan oleh Albert Ellis, Glesser berpandangan bahwa manusia memiliki kebutuhan dasar yaitu kebutuhan fisiologis dan psikologis dimana kedua kebutuhan tersebut dinamakan dengan identitas *(identity)* untuk berpikir secara rasional.[8] Menurut Glesser, pada pendekatan terapi ini adalah untuk membantu klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang ada pada psikologisnya, yang mencakup kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, dan bahwa klien tersebut berguna baik bagi dirinya maupun orang lain.[9]

Pendekatan *Rational Emotive Therapy* berfokus pada pola pikir klien yang irasional dan diubah menjadi pola pikir yang rasional sehingga tujuan dari pendekatan ini termodifikasi atau pengubahan keyakinan irasional yang telah merusak berbagai emosional dan tingkah laku klien.[10] Dengan melalui *Rational Emotive Therapy* ini konselor menyadarkan konseli akan pola pikir irasionalnya dengan menilai pemikiran konseli. Kemudian konselor memberikan tugas perubahan dan memotivasi konseli untuk tugas perubahan yang dilakukannya, selain itu motivasi tersebut ditujukan pada konseli supaya rasa percaya dirinya semakin kuat, dan mengubah pemikiran irasional konseli mengenai jenjang pendidikannya. Motivasi ini ditujukan berupa wacana yang dapat mencerminkan perilaku konseli itu tidak benar.

---

[8] Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014), hal. 116.

[9] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), hal. 264.

[10] Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), hal. 156.

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

Adapun *Rational Emotive Therapy* ini mempunyai landasan dari penggunaan teknik yaitu, teori kepribadian yang dikenal dengan teori kepribadian ABCD yang merupakan satu kesatuan proses yang terjadi dalam diri individu dan tidak terpisahkan. Pandangan pada pendekatan Rational Emotive Therapy ini tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis, yaitu Antecedent event (A) yang merupakan peristiwa pembangkit yang berada pada suatu fakta, kejadian atau perilaku serta sikap seseorang berbeda, Belief (B) yang merupakan keyakinan, nilai, pandangan, atau verbalisasi seseorang terhadap suatu peristiwa, Emotional Consequence (C) merupakan konsekuensi emosional sebagai reaksi individu atau akibat yang terbentuk dalam perasaan senang atau hambatan emosi, Desputing (D) merupakan tidakan untuk menjadikan seseorang irasional menjadi rasional. Dan pada penelitian tujuan terapi ini adalah untuk meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri klien dan membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang secara realistik.

3. Pikiran Irasional

Pikiran irasional adalah bahwa seseorang hanya berpikiran pantas atau merasa dirinya berharga jika menonjol dalam segala bidang, tercukupi segala kebutuhannya, serta bahwa kegagalan kecil atau besar dalam bidang apa pun yang merupakan aib yang melekat sepanjang hidupnya. Pikiran irasional juga merupakan pola atau cara seseorang berfikir lebih condong pada sisi yang negatif sehingga sulit untuk seseorang tersebut

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

melihat sesuatu dalam sisi positif, rasional, dan realistis.[11]

Sesuatu yang tidak sesuai dengan akal atau pikiran yang sehat. Pendekatan ini sering digunakan oleh orang-orang yang tidak memiliki kemampuan bidang akademik dan berpikir logis yang baik. Tindakan yang diambil cenderung tidak mampu untuk dicerna oleh akal sehat, namun benar-benar terjadi, dengan kata lain dalam hal ini logika tidak bicara, tapi batin atau perasaan saja yang bekerja.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menangani pikiran irasional seorang anak yang berakibat *broken home*. Dimana anak ini sering mengalami berpikiran negatif yang disebabkan berbagai hal yaitu, merasa dirinya tidak yakin untuk bisa meneruskan sekolahnya di perguruan tinggi (PT) dikarenakan kurangnya ekonomi dalam keluarga dan sang Ibu tidak menginginkan konseli untuk melanjutkan sekolahnya agar bisa mengurus sang Ibu di rumah. Merubah pikiran irasional ini diperlukan agar anak mudah dalam menghadapi tantangan dalam kehidupannya sekaligus dapat memberikan dampak yang positif terhadap psikisnya.

4. *Broken Home*

Broken home dalam bahasa Indonesia yaitu, sebuah keluarga dimana orang tua telah bercerai atau berpisah.[12] Dalam arti lain, *broken home* merupakan kurangnya perhatian dari anggota keluarga maupun kurangnya perhatian orang tua kepada anak akibat sibuknya orang tua dalam pekerjaan maupun orang tua yang berpisah atau bercerai. Perceraian merupakan berakhirnya suatu

---

[11] Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000), hal. 67.

[12] Jonathan Crowther, *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Curret English* (Walton Street: Oxford University, 1995), hal. 141.

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

pernikahan yang tidak bahagia dan pasangan tersebut memutuskan untuk berpisah secara fisik dan bertempat tinggal yang berbeda atap.[13]

Dan keluarga adalah lembaga yang pertama dan terutama untuk anak tempat sosialisasi dirinya. Di sinilah seorang anak mengtahui arti kehidupan, cinta-kasih, dan simpati mendapatkan sebuah bimbingan dan pendidikan serta merasakan suasana yang aman dan tenang.[14] Banyak dampak yang ditimbulkan dari keluarga broken home, terutama pada seorang anak yang tumbuh dan berkembang dalam keluarga broken home yang akan berdampak pada psikologisnya. Mulai dari sikap enggan bersosialisasi, sering di bully, dan karena malu sudah tidak punya orang tua yang lengkap lagi. Dari permasalahan inilah yang sering sekali muncul, permasalahan seperti tidak adanya tujuan hidup atau keinginan adalah masalah yang mutlak terjadi dan permasalahan-permasalahan tersebut dapat memicu pola pikir seorang anak yang irasional.

Dan juga tidak heran jika anak pada akhirnya sukar dalam menempatkan dirinya dalam posisinya sebagai anak. Dalam penelitian ini, peneliti akan membantu klien yang menjadi korban anak dari *broken home* dikarenakan sang Ayah selingkuh dengan wanita lain untuk bisa menjalin hubungan konseli dengan keluarga menjadi baik, saling pengertian, dan bisa saling memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi, sehingga tidak terhambat dalam komunikasi keluarga jika ada problema baru.

---

[13] Nisfiannoor, M dan Eka Yulianti, *Perbandingan Perilaku Agresif Antara Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Bercerai Dengan Keluarga Utuh*, (Jurnal Psikologi, 2005), hal. 9.

[14] Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju, 2000), hal. 73.

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

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan untuk mempermudah pembaca dalam mengetahui tentang gambaran penulisan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Bab Awal: Terdiri dari Judul Penelitian (Sampul), Persetujuan Pembimbing, Pengesahan Tim Penguji, Motto, dan Persembahan, Pernyataan Otentisitas Skripsi, Abstrak, Kata Pengantar, daftar Isi, dan Daftar Tabel.

BAB I: Menjelaskan tentang Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode Penelitian (Pendekatan dan Jenis Penelitian, Subjek Penelitian, Tahap-Tahap Penelitian, Jenis dan Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data, Teknik Keabsahan Data).

BAB II: Menjelaskan tentang Kajian Teoritik meliputi Konseling Islam (Pengertian Konseling Islam, Tujuan Konseling Islam, Fungsi Konseling Islam), Terapi *Rational Emotive Therapy*, Pengertian Pikiran Irasional, Pengertian *Broken Home*, serta pendahuluan terdahulu yang relevan, yang merupakan referensi hasil penelitian oleh peneliti terdahulu yang mirip dengan kajian peneliti.

BAB III: Dalam bab ini menguraikan mengenai tentang metode penelitian yaitu pendekatan dan jenis penelitian, subyek maupun obyek penelitian, wilayah penelitian, jenis, dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis dan teknik keabsahan data.

BAB IV: Bagian ini menjelakan tentang penyajian hasil pembahasan dari penelitian yang telah dilakukan sekaligus analisis dari hasil penelitian, yaitu megenai pikiran irasional seorang anak.

BAB V: Menjelaskan tentang bagian yang berisi gambaran dari keseluruhan proses penelitian serta

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

memberikan saran-saran terkait penelitian yang telah dilakukan.

BAB Akhir: Terdiri dari daftar pustaka dan lampiran-lampiran.

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

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Konseling Islam

b. Pengertian Konseling Islam

Konseling berasal dari bahasa Inggris yaitu *Counseling*, dan diambil dari kata *Counsel* yang artinya nasihat (*to abtain counsel*), anjuran (*to give counsel*) dan pembicaraan (*to abtain counsel*). Maksud tersebut yaitu, konseling adalah pemberian nasihat dan anjuran melalui pembicaraan serta bertukar pikiran untuk menyelesaikan masalah antara konselor dan konseli.[15] Dan Islam merupakan agama yang telah diwahyukan kepada Nabi Muhammad SAW kepada umat-umatnya. Islam pada hakikatnya untuk membimbing manusia untuk berbuat kebaikan dan menghindari larangan-Nya. Dalam Islam, kata manusia telah diciptakan dari saripati tanah (*At-Tiin*) maka kita sebagai manusia harus bisa hidup berdampingan dan harmonis.[16]

Konseling Islam adalah sebuah proses pemberian bantuan terarah dan sistematis kepada individu supaya ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah sesuai agama yang dianutnya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam Al-Quran dan Al-Hadis ke dalam dirinya, agar ia mendapatkan hidup yang sesuai dengan

---

[15] Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1990), hal. 16.

[16] Aswadi, Iyadah dan Ta'ziyah, *Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 9.

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

tuntunan Al-Quran dan Al-Hadis.[17] Konseling Islam juga dapat disebut sebagai layanan konselor kepada konseli untuk dapat menumbuh kembangkan kemampuan dalam menyelesaikan suatu permasalahan dan untuk mengantisipasi masa depan dengan memilih alternative tindakan yang terbaik demi suatu kebahagiaan didunia maupun dibawah naungan ridho Allah SWT.[18]

Dalam literature Arab kata konseling memiliki kata sebanding yang tepat dengan Al-Irsyad atau Al-Istisyaroh. Dengan demikian kata konseling Islam adalah term Arab yang disebut, yaitu Al-Irsyadul Islam. Lubis menyimpulkan beberapa maksud dari konseling Islam, yaitu:[19]

1) Konseling Islam adalah layanan bantuan kepada konseli agar konseli bisa mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai hakikatnya, atau mampu mengetahui hakikat yang ada pada dirinya.
2) Konseling Islam yaitu, untuk mendorong dan mengarahkan konseli untuk tawakkal atau berserah diri kepada Allah, mengkonsultasikan semua permasalahan, sekaligus memohon petunjuk dan pertolongan dari Allah untuk bisa menyelesaikan setiap permasalahan yang kita hadapi.
3) Konseling Islam adalah layanan bantuan kepada konseli untuk memaham situasi dan kondisi yang dihadapinya saat ini.

---

[17] Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hal. 16.

[18] Thohari Musnamar, dkk, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 5.

[19] Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami Kyai dan Pesantren*, (Yogyakarta: elSAQ Press, 2007), hal. 87-89.

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

Dan bahwa dalam konseling Islam adalah suatu kegiatan yang dilaksanakan oleh seorang konselor untuk memberikan bantuan kepada seorang klien yang mengalami kesulitan baik lahiriyah ataupun batiniyah agar konseli dapat mengatasi dengan sendirinya, karena timbulnya suatu kesadaran dan penyerahan diri terhadap kekuasaan Allah SWT atas perbuatan yang timbul pada pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup untuk saat ini ataupun masa depan.[20]

Maka dapat dijelaskan bahwa, konseling Islam adalah perilaku seorang konselor dalam memberikan bimbingan dan membantu konseli untuk mengembangkan potensi akal pikiran, serta keimanan dapat menanggulangi problematika dalam keluarga, sekolah maupun masyarakat secara baik dan benar dan berlandaskan sesuai Al-Quran dan Hadis. Sebagaimana Firman Allah SWT dalam, QS. Al-Isra' ayat 82:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ وَلاَ يَزِيْدُ الظّٰلِمِيْنَ إِلَّا خَسَارًا.

Artinya: "Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang dzalim Al-Qur'an itu hanya akan menambah kerugian".[21]

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT yang telah menurunkan Al-Qur'an sebagai penawar segala penyakit bagi orang beriman agar dapat hidup

---

[20] Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), hal. 25.

[21] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Intersema, 1986), hal. 147.

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

dalam kedamaian dan bagi orang yang dzalim akan menambah kerugian.

c. Tujuan Konseling Islam

Secara implisit tujuan konseling Islam sudah dalam batasan atau definisi konseling Islam, yaitu mewujudkan individu menjadi manusia yang seutuhnya agar mencapai suatu kebahagiaan didunia ataupun diakhirat. Sedangkan tujuan Konseling Islam yang lebih khusus, yakni:[22]

1) Untuk menghasilkan suatu perbaikan, perubahan, serta kebersihan jiwa dan sisi mentalnya. Jiwa menjadi tenang, damai (*muthma'innah*), dan lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan suatu pencerahan, taufik serta hidayah dari Allah SWT (*mardhiyah*).
2) Untuk menghasilkan suatu kesopanan dalam tingkah laku yang bisa memberikan manfaat untuk diri sendiri dan orang lain.
3) Untuk mengembangkan rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.
4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual individu sehingga muncul rasa ingin taat kepada Tuhannya, serta tulus menjalani perintah-Nya, dan sabar dalam menerima ujian-Nya.

Maka dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling Islam, yakni ditengah-tengah perjalanan manusia terutama para remaja terkadang mereka dihadapkan suatu masalah, maka pada dasarnya tujuan konseling Islam adalah membantu mengatasi suatu masalah yang dihadapi dan membantu mencari alternative

[22] Baidi Bukhori, *"Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam"*, Konseling Religi: Jurnal Bimbingan, Konseling Islam, Vol. 5 No. 1, (Juni, 2014), hal. 12.

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

pemecahannya berdasarkan ajaran Islam dengan kesabaran dan melalui upaya untuk mencari metode yang tepat.

d. Fungsi Konseling Islam

Ada beberapa fungsi konseling Islam menurut para ahli, yaitu sebagai berikut:

1) Fungsi preventif (pencegahan), yaitu membantu individu atau mencegah timbulnya masalah yang ada pada dirinya.[23]
2) Fungsi pemahaman, yaitu menghasilkan pemahaman tentang segala sesuatu oleh pihak-pihak tertentu yang sesuai dengan perkembangan para peserta didik.[24]
3) Fungsi kuratif (penyembuhan), yaitu mengobati individu yang bermasalah. Untuk membantu memecahkan masalah yang dialami individu.[25]
4) Fungsi preservasi, yaitu untuk individu yang sudah sembuh untuk menjaga dirinya agar tetap sehat dan melakukan perlindungan bagi klien yang sudah sembuh.[26]
5) Fungsi development (pengembangan), yaitu membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap selalu baik, sehingga tidak

---

[23] I. Jumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV Ilmu, 1975), hal. 104.

[24] Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Ciputat Pers, 2002), hal. 60.

[25] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 37.

[26] Achmad Mubarok, *Al-Irsyad An-Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Parawira, 2000), hal. 92.

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

menjadi sebab munculnya masalah bagi dirinya.[27]

Maka kesimpulan dari pembahasan di atas, yaitu fungsi konseling Islam adalah setiap individu mempunyai suatu hak untuk menemukan jalan keluarnya dari masalah yang dihadapi, dengan segala bantuan dan pencegahan sebelum timbulnya simtom yang ada pada diri individu tersebut.

e. Prinsip-Prinsip Konseling Islam

Maksud dari prinsip disini adalah hal-hal yang menjadi bahan pegangan didalam Bimbingan dan Konseling Islam. Prinsip-prinsip tersebut adalah sebagai berikut:[28]

1) Setiap individu adalah seseorang yang dinamis dengan kelainan kepribadian yang bersifat individual dan masing-masing individu mempunyai sifat yang kemungkinan akan berkembang dan menyesuaikan dirinya di lingkungan yang ia tinggali.
2) Suatu kepribadian yang bersifat individual itu terbentuk dari dua faktor yaitu adanya pengaruh dari dalam dan luar.
3) Setiap individu adalah organisasi yang berkembang (tumbuh), dan ia berada dalam keadaan selalu berubah, serta perkembangannya bisa dibimbing ke arah pola hidup yang nantinya akan menguntungkan dirinya sendiri di masyarakat terdekatnya.
4) Setiap individu mempunyai adanya fitrah atau kemampuan dasar beragama yang dapat

[27] I. Jumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV Ilmu, 1975), hal. 104.

[28] Achmad Mubarok, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000), hal. 76-78.

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

berkembang dengan baik jika individu tersebut juga bisa melalui kesempatan bimbingan dengan baik.

5) Konseling agama juga harus dijalani dengan ikhlas sebagai pekerjaan ibadah yang dilakukan semata-mata hanya karena Allah SWT.
6) Adanya proses pemberian bantuan konseling harus sesuai dengan tuntunan Al-Quran dan hadis.

Dari prinsip-prinsip diatas dapat disimpulkan bahwa manusia adalah ciptaan dari Allah SWT yang telah diciptakan lebih istimewa dari makhluk lainnya, dan manusia diberikan akal sehat untuk berfikir, dan manusia diciptakan sebagai *Khalifatullah* (khalifah Allah).

f. Langkah-Langkah Konseling Islam

Dalam memberikan bimbingan dan konseling Islam, ada beberapa langkah-langkah Konseling Islam, yaitu:[29]

1) Langkah Identifikasi

Suatu langkah atau proses dalam penelitian dengan mengidentifikasi kasus agar dapat mengetahui masalah apa yang akan ditanganinya. Dan dengan cara penggalian data seperti observasi, wawancara, dan survey pada klien.

2) Langkah Diagnosis

Suatu langkah dimana seorang peneliti menetapkan masalah yang sedang dialami klien dengan melihat latar belakang klien. Dan peneliti dapat menyimpulkan diagnosis permasalahan klien dengan berbagai cara, yaitu dengan teknik pengumpulan data.

---

[29] Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Surabaya: UINSA Press, 2014), hal. 77-78.

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

3) Langkah Prognosis

Merupakan langkah yang menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan digunakan dalam proses konseling. Dan langkah ini berdasarkan adanya kesimpulan dan langkah diagnosis, yaitu setelah ditetapkannya masalah serta latar belakang klien.

4) Langkah Treatment

Langkah ini merupakan proses pelaksanaan bantuan (bimbingan) atau terapi apa yang bisa membantu klien. Dan langkah ini ditetapkan setelah langkah prognosis.

5) Langkah Evaluasi (*Follow Up*)

Langkah ini merupakan tindakan untuk menilai atau mengetahui sejauh mana terapi konseling yang pada klien yang dilakukan dan telah mencapai hasilnya. Dan langkah pada tindak lanjut (*follow up*) dilihat dari tindak lanjut perkembangan selanjutnya, serta dilakukan dengan jangka panjang.

g. Unsur-unsur Konseling Islam

Beberapa unsur utama yang saling terkait antara satu dengan lainnya didalam bimbingan koseling, yaitu: konselor, konseli dan masalah yang dihadapi. Berikut adalah penjelasannya:

1) Konselor

Konselor merupakan oang yang membantu mengatasi masalah konseli dalam upaya menyelamatkan dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka pendek maupun jangka panjang.[30] Konselor juga merupakan seseorang yang akan membantu permasalahan konseli dengan langkah-langkah

[30] Hallen, *Bimbingan dan konseling,* (Jakarta: Ciputat Press, 2000), hal. 16.

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

sesuai kode etik konselor. Secara umum karakteristik kepribadian konselor yang berlaku di Indonesia telah diuraikan secara terperinci oleh *Willis* seperti berikut:[31]

a) Beriman dan bertaqwa
b) Penyayang
c) Komunikasi yang terampil dan pendengaran baik
d) Fleksibel, tenang, sabar
e) Menguasai keterampilan dan memiliki intuisi
f) Memahami etika
g) Respek, jujur, asli, menghargai, dan tidak menilai
h) Empati, memahami, menerima, hangat, dan bersahabat
i) Fasilitator dan motivator
j) Objektif, rasional, logis, dan konkret
k) Konsisten dan bertanggung jawab

Sedangkan syarat yang harus dimiliki konselor Islam diantaranya:[32]

a) Beriman
b) Bertaqwa kepada Allah SWT
c) Pribadi yang baik atau ramah, jujur, betanggung jawab dan sabar
d) Keahlian yang kreatif dan terampil
e) Berwawasan luas, terutama dalam bidang konseling.

2) Konseli

[31] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik,* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 31.

[32] Syamsu Yusuf Dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rosdakarya, 2010), hal. 80.

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

Konseli atau bisa disebut klien adalah seseorang yang diberikan bantuan secara professional oleh konselor atas keinginan konseli sendiri maupun orang lain.[33] Kartini Kartono telah menguraikan berbagai sikap dan sifat yang haus dimiliki oleh seorang konseli sebagai berikut:[34]

a) Terbuka

Keterbukaan konseli akan sangat membantu jalannya proses konseling, karena jika konseli masih tertutupakan menjadi sebuah hambatan tersendiri dan akan memakan waktu yang tidak singkat.

b) Sikap percaya

Konseli harus percaya kepada konselor, bahwa konselor akan benar-benar membantu dalam menyelesaikan dan menjaga adanya kerahasiaan permasalahan yang dialami oleh konseli.

c) Bersikap Jujur

Agar semua permasalahan dapat teratasi dengan baik, konseli harus bersedia jujur dalam mengemukakan apa yang di alami maupun yang di rasakan.

d) Bertanggung Jawab

Konseli bertanggung jawab untuk menyelesaikan masalahnya sendiri meskipun dengan pendampingan oleh konselor.Jadi, seorang konselor secara sadar bertanggung jawab atas pilihan dan tindakan yang telah diambil dan yang akan dilakukan.

---

[33] Sofyan S. Wilis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, hal. 111.

[34] Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, hal. 14-15.

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

e) Masalah

Sudarsono menyatakan dalam kamus konseling bahwa masalah adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok mengalami kerugian.[35] Masalah juga bisa dikatakan sebagai sesuatu yang menghambat dan tidak sesuai dengan keinginan. Bentuk hambatan atau rintangan tersebut dapat berupa gangguan, godaan dan tantangan yang ditimbulkan oleh situasi hidup.

Masalah yang terjadi karena suatu keadaan yang tidak sesuai dengan adanya harapan. Beberapa masalah dapat dipecahkan dengan sendirinya dan juga ada masalah yang membutuhkan bantuan dari orang lain seperti konselor. Dan dapat dijelaskan semua manusia pasti mengalami permasalahan karena adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan.

h. Asas-Asas Konseling Islam

Adapun asas-asas dalam bimbingan dan konseling Islam, antara lain:

a) Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Kehidupan di dunia hanya sementara dan tidak abadi, kehidupan yang kekal dan abadi hanyalah di akhirat maka dari itu konselor berusaha membantu konseli untuk mencapai kebahagiaan di akhirat.[36]

---

[35] Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1997), hal. 138.

[36] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 28.

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

b) Asas Fitrah

Manusia lahir di dunia dibekali fitrah atau potensi diri masing-masing. Jika manusia menjalankan hidupnya sesuai fitrahnya maka akan mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun di akhirat. Disini konselor berupaya untuk membantu konseli untuk mencapai fitrahnya kembali.[37]

c) Asas Lillahi Ta'ala

Adanya bimbingan dan konseling senantiasa untuk membantu seseorang yang sedang mengalami masalah semata-mata untuk karena Allah SWT. Konseli yang menerima bantuan dan berkeinginan untuk menyelesaikan masalaahnya juga semata-mata karena ingin kembali kepada Allah SWT.[38]

d) Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup didunia tidak luput dari masalah dan tidak ada yang sempurna kecuali Allah SWT. Maka dari itu diperlukan bimbingan dan konseling untuk membimbing manusia agar dapat hidup sesuai petunjuk Allah SWT. Bimbingan dapat dilihat dari segi pendidikan, karena pendidikan dibutuhkan oleh manusia tanpa mengenal usia.[39]

e) Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Dalam bimbingan dan konseling Islam diperlukan jasmaniah yaitu konseli yang bermasalah serta rohaniah sebagai keadaan jiwa konseli yang bermasalah. Maka dari itu bimbingan

---

[37] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), hal. 23.

[38] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 24.

[39] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 25.

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

dan konseling membantu individu untuk dapat hidup dengan keseimbangan jasmani dan rohani.[40]

f) Asas Keseimbangan Rohaniah

Rohaniyah dalam manusia memiliki daya kemampuan pikir, hawa nafsu dan akal pikiran untuk mengetahui apa yang perlu diketahuinya. Setelah memperoleh apa yang perlu diketahuinya maka seseorang akan memperoleh keyakinan dan akan dianalisis untuk meyakinkan lebih dalam untuk mendapatkan keseimbangan rohaniah nya.[41]

g) Asas Kemaujudan Individu

Menurut Islam seorang individu mempunyai kesuksesan atau pencapaian tersendiri sebagai kemampuan yang dimiliki individu masing-masing.[42]

h) Asas Sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial dan sosialita diakui untuk memperlihatkan hak individu. Dalam proses bimbingan dan konseling Islam aspek-aspek sosial sangat diperhatikan karena merupakan ciri-ciri yang hakiki pada manusia.[43]

i) Asas Kekhalifahan Manusia

Dalam Islam, manusia sebagai khalifah Allah SWT untuk mengelola alam semesta sebaik-baiknya. Tugasnya sebagai memelihara keseimbangan ekosistem di dunia dan menjaga ciptaan Allah di bumi. Disamping itu juga

---

[40] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 29.

[41] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), hal. 27.

[42] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 29.

[43] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 30.

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

bertujuan untuk mendapatkan kebahagiaan di dunia.[44]

j) Asas Keselarasan dan Keadilan

Dalam agama Islam, menganjurkan untuk hidup dalam keharmonisan, keselarasan, keseimbangan dan keserasian agar manusia dapat berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain ataupun lingkungannya.[45]

k) Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Bimbingan dan Konseling Islam membantu dan membina konseli untuk dapat berakhlak yang baik dan memnyempurnakan sifat-sifat yang kurang baik dalam diri konseli.[46]

l) Asas Kasih Sayang

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan penuh rasa kasih dan sayang, karena dengan rasa kasih sayang dapat mengalahkan segala rasa amarah.[47]

m) Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Konselor dan konseli pada dasarnya memiliki suatu kedudukan yang sama, yang membedakan hanyalah fungsinya masing-masing yaitu, konselor sebagai pemberi pelayanan dan konseli yang membutuhkan pelayanan terhadap masalahnya. Sehingga konselor dan konseli terjalin hubungan yang harus saling menghargai dan menghormati.[48]

n) Asas Musyawarah

---

[44] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 32.

[45] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 30.

[46] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 30.

[47] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), hal. 33.

[48] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 33.

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

Antara konselor dan konseli akan terjadi musyawarah untuk mencari jalan keluar atas masalah yang sedang dialami konseli agar tidak terjadi kesalahpahaman.[49]

o) Asas Keahlian

Konselor harus mempunyai keahlian dalam bidang konseling agar terjalannya proses konseling dengan baik. Keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling Islam harus mampu diterapkan oleh seorang konselor.[50]

Adapun Konseling Islam yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada konseli (anak akibat *broken home*) yang mengalami pikiran irasional, karena menginginkan bisa melanjutkan studinya di jenjang perkuliahan tinggi (PT). Dengan berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Nabi konselor akan membantu menangani pikiran irasional tersebut agar tidak menjadi kebiasaan buruk yang dilakukan konseli terhadap pikiran irasionalnya dan konseli dapat hidup selaras dengan cita-cita yang diinginkannya.

2. *Rational Emotive Therapy* (RET)

a. Pengertian *Rational Emotive Therapy*

Rational Emotive Therapy dikembangkan oleh seorang eksistensialisme Albert Ellis pada tahun 1962. Dan diketahui aliran ini dilatarbelakangi oleh filsafat eksistensialisme yang berusaha memahami manusia dengan apa adanya. Manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar

[49] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 31.

[50] Aswadi, *Iyadah dan Tazkiyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 32.

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

akan objek-objek yang dihadapinya.[51] *Rational Emotive* mengajarkan anggota keluarganya untuk bertanggung jawab terhadap perbuatannya dan berusaha mengubah reaksinya terhadap situasi keluarga. Anggota keluarga tersebut ditujukan sebagai suatu keluarga, dimana mereka mempunyai kekuatan untuk mengontrol pikiran-pikiran dan perasaannya secara individual. Setiap individu di dalam keluarga mengawasi perubahan-perubahan perilaku yang ada pada dirinya dan secara tidak langsung akan merubah situasi kehidupan keluarga secara keseluruhannya.[52]

Rational Emotive Therapy merupakan terapi yang berlandaskan pada asumsi, bahwa manusia dilahirkan dengan adanya potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir, dan mencintai serta bergabung dengan orang lain. Akan tetapi, manusia juga memiliki kecenderungan untuk menghancurkan dirinya.[53] Dari beberapa pengertian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *Rational Emotive Therapy* adalah terapi yang berusaha untuk menghilangkan cara berpikir konseli yang tidak logis atau irasional dengan merubahnya menjadi pemikiran yang logis atau rasional melalui perdebatan, penentangan yang mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan keyakinan irasional pada konseli.

b. Tujuan *Rational Emotive Therapy*

---

[51] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 75.

[52] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), hal. 238.

[53] Elfi Mu'awanah, Rifa Hidayah, *Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah Dasar*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 113-114.

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

Tujuan utama dari terapi ini adalah meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri dari klien dan membantu klien untuk mendapatkan filsafat hidup yang lebih realistik. Dengan demikian, terapi ini mendorong untuk tidak diarahkan semata-mata pada penghapusan gejala, tetapi untuk mendorong klien agar menguji secara kritis nilai-nilai yang paling dasar terhadap dirinya.Tujuan dari *Rational Emotive Therapy* adalah:[54]

1) Mengubah dan memperbaiki segala perilaku yang irasional atau tidak logis, menjadi rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan dirinya.
2) Menghilangkan adanya gangguan emosional yang telah rusak.
3) Untuk membangun adanya *Self Interest, Tolerance, Fleksible, Commitment,* dan *Risk Tasking* pada klien.

Dalam tujuan *Rational Emotive Therapy*, peneliti menyimpulkan bahwa konselor juga perlu memahami dunia klien serta perilaku klien dari sudut itu sendiri. Dan memahami perilaku klien yang tidak logis atau irasional tanpa terlibat dengan perilaku tersebut sehingga konselor dapat mendorong klien supaya klien menghentikan cara berpikir yang tidak rasional.

[54] Mohammad Surya, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, (Yogyakarta: Kota Kembang, 1988), hal.182.

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

c. Ciri-Ciri *Rational Emotive Therapy*

Rational Emotive Therapy mempunyai beberapa karakteristik, yaitu sebagai berikut:[55]

1) Aktif-direktif, adalah bahwasanya dalam hubungan konseling atau terapeutik, konselor atau terapis lebih aktif membangun atau membantu mengarahkan klien dalam menghadapi dan memecahkan masalah.
2) Kognitif-eksperiensial, adalah hubungan yang dibentuk harus berfokus pada aspek kognitif dari klien dan fokus pada inti pemecahan masalah yang rasional.
3) Emotif-eksperiensial, adalah bahwa hubungan yang dibentuk juga harus melihat aspek emotif klien dengan mempelajari sumber-sumber gangguan emosional, dan membongkar akar-akar keyakinan yang keliru yang mendasari gangguan tersebut.
4) Behaviriostik, adalah suatu hubungan yang harus dibentuk dengan menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan perilaku dalam diri klien tersebut.

d. Teknik-Teknik Pendekatan *Rational Emotive Therapy*

Pendekatan pada *Rational Emotive Therapy* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, dan afektif (emotif) yang disesuaikan dengan kondisi klien. Dan ada juga beberapa teknik yang dimaksud, antara lain adalah:[56]

---

[55] Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 16.

[56] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 78.

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

1) Teknik *Assertive Training*, yaitu melatih dan membiasakan klien terus menerus untuk menyesuaikan diri dengan perilaku tertentu yang akan diinginkannya.
2) Sosiodrama merupakan sandiwara yang singkat untuk menjelaskan masalah-masalah dikehidupan sosial.
3) *Self modelling*, yaitu teknik yang bertujuan untuk menghilangkan perilaku tertentu, dimana konselor menjadi model dan klien berjanji akan mengikuti.
4) *Social modelling*, yaitu teknik yang membentuk perilau baru melalui media sosial dengan cara imitasi dan observasi.
5) Teknik reinforcement, yaitu memberikan reward kepada klien terhadap perilakunya yang rasional (*reinforce*).
6) Desensitisasi sistematik.
7) *Relaxation.*
8) Simulasi, yaitu teknik yang melalui bermain peran antara konselor dan klien.
9) Diskusi.
10) Homework atau Assignment (metode tugas).
11) Bibliografi (memberikan bahan bacaan).

Adapun *Rational Emotive Therapy* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah adalah terapi yang berusaha untuk menghilangkan cara berpikir konseli yang tidak logis atau irasional dengan merubahnya menjadi pemikiran yang logis atau rasional. Dan memberikan terapi *Rational Emotive Therapy* ini agar konselor bisa menghilangkan adanya gangguan emosional yang telah rusak serta memahami dunia klien serta perilaku klien dari sudut itu sendiri. Setelah itu konselor akan memberikan terapi tersebut dengan

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

meyakinkan konseli bahwasanya apabila kita mempunyai keinginan dan meyakini Allah SWT sebagai penolong hambanya, maka setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.

Adapun landasan dari penggunaan teknik ini adalah seperti yang dikemukakan oleh Ellis yaitu, teori kepribadian yang dikenal dengan teori A-B-C-D yang mana teori ini suatu kesatuan proses yang terjadi dalam diri individu. Dan yang membangun tingkah laku individu lebih jelasnya, yaitu:[57]

a. *Antecedent event* (A), merupakan segenap peristiwa luar yang dialami oleh individu. Pendahulu peristiwa yang berupa fakta, suatu kejadian, tingkah laku, dan sikap orang lain.
b. *Belief* (B), yaitu suatu keyakinan, pandangan, nilai, dan verbalisasi pada diri individu terhadap suatu peristiwa. Dan adanya keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*Rational Belief* atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (*Irational Belief* atau iB).
c. *Emotional Consequence* (C), yaitu konsekuensi emosional sebagai suatu akibat atau reaksi individu dalam suatu bentuk perasaan senang atau emosi, sebuah pikiran yang irasional belief dalam hubungannya dengan *antecedent event* (A).
d. *Desputing* (D), yaitu suatu penerapan masing-masing prinsip ilmiah untuk menentang pikiran yang cenderung mengalahkan diri sendiri dan mengalahkan nilai irasional yang tidak akan bisa dibuktikan.

[57] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), hal. 242-243.

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

e. Proses ini semua hasil akhir dari A-B-C-D adalah berupa *effect* (E) yang merupakan adanya suatu hasil perilaku kognitif dan emotif. Bilamana A-B-C-D berlangsung untuk proses berpikir, jika rasional maka hasil akhirnya adalah perilaku yang positif, sebaliknya jika irasional maka hasil akhirnya akan berperilaku yang negatif.

Terapi rasional emotif adalah proses edukatif karena hal tersebut adalah salah satu tugas untuk seorang konselor bagaimana cara mengajarkan dan membenarkan perilaku seorang konseli melalui pengubahan cara berpikirnya (kognisi). Perasaan dan pikiran yang negatif atau irasional serta penolakan diri harus bisa dilawan dengan cara berpikir yang positif atau rasional (logis) yang dapat diterima oleh akal sehatnya. Maka, peneliti menggunakan teori A-B-C-D sebagai teknik untuk merubah aspek-aspek negatif yang ada pada diri konseli seperti ketidak yakinan pada dirinya untuk bisa melanjutkan sekolahnya di jenjang perkuliahan tinggi (PT) dan teori ini yang akan merubah keyakinan-keyakinan konseli yang irasional.

3. Pikiran Irasional

a. Pengertian Pikiran Irasional

Pikiran Irasional adalah suatu onsep yang memiliki sifat tidak normatif dan tidak mengarah kepada keselarasan antara keyakinan seseorang dengan alasan orang tersebut untuk tetap yakin, atau juga tindakan seseorang tidak dengan alasannya untuk melakukan hal atau tindakan tersebut.[58]

[58] Parta Ibeng, "*Pengertian Rasional, Sikap, Tipe, dan Contohnya Menurut Para Ahli*", Artikel Pendidikan, (online),

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

Dan Semua ketidakbahagiaan muncul dari pikiran yang tidak memiliki rasa ketenangan dalam jiwanya. Asumsi tersebut diyakini bahwa setiap manusia pada dasarnya diciptakan suci (bersih) dengan beberapa fitrahnya. Dan salah satu fitrah manusia, yakni memilih kebebasan memilih untuk benar atau salah serta diberikan jalan ilham kefasikan dan ketakwaan.

Emosi seseorang menjadi terganggu karena dililit oleh pikiran-pikiran yang irasional. Gangguan emosi bisa berdampak pada gangguan fisik, untuk menghilangkan adanya gangguan emosi perlu dibantu dengan cara untuk mengubah pola pikir yang irasional menjadi pola pikir yang rasional atau realistik.

b. Ciri-Ciri Pikiran Irasional

Dalam perspektif pendekatan konseling *Rational Emotive Therapy* (RET) adalah tingkah laku yang didasarkan pada cara berpikir yang irasional. Ciri-ciri pikiran irasional antara lain adalah:[59]

1) Tidak dapat dibuktikan kebenarannya
2) Menimbulkan perasaan yang tidak enak atau nyaman dan yang sebenarnya tidak diperlukan, seperti: kecemasan, kekhawatiran, berprasangka.
3) Menghalangi individu untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari yang lebih efektif lagi.

(https://pendidikan.co.id/pengertian-rasional-sikap-tipe-dan-contohnya-menurut-para-ahli/, diakses 26 Maret 2020).

[59] Akhmad Sudrajat, "Konseling Rasional Emotif (RET)", *Artikel Pendidikan*, (online), (https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/pendekatan-konseling-rasional-emotif/comment-page-1/), diakses 23 Januari 2008).

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

c. Faktor Penyebab Pikiran Irasional

Dalam pikiran irasional juga terdapat faktor-faktor penyebab antara lain, yaitu:

1) Tidak adanya tujuan yang jelas
2) Rutinitas negatif
3) Pengaruh internal dan eksternal
4) Kehidupannya pada masa lalu
5) Suatu kondisi mental yang lemah
6) Persahabatan yang tidak memungkinkan
7) Media informasi yang tidak baik
8) Kurangnya kepercayaan diri

Masa remaja adalah salah satu masa yang pasti dilewati dalam perkembangan seseorang. Adanya masa perkembangan tersebut, seorang remaja adalah periode dalam perkembangan individu tersebut merupakan masa mencapai kematangan mental, sosial, fisik dan peralihan seseorang dari masa anak-anak menuju masa kedewasaan.

Kepercayaan diri adalah adanya aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja. Percaya diri merupakan keyakinan suatu perasaan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk meraih kesuksesan dengan usahanya sendiri dan mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya sendiri serta lingkungannya sehingga seseorang tersebut dapat berekpresi dengan penuh keyakinan dan menghadapi suatu permasalahan dengan tenang.[60] Dan dalam pikiran irasional kita juga bisa mengubahnya

[60] Emria Fitri, dkk, *"Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi"*. Indonesia Institute for Counseling, Education and Therapy. Vol. 4 No. 2, 2018, hal, 1.

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

dengan teori *husnudzon* yaitu yang akan mengantarkan orang kepada prasangka yang baik untuk mencapai kebahagiaan dan mecapai derajat yang tinggi. Teori ini memiliki tiga komponen, yaitu *Husnudzon* kepada Allah SWT, diri sendiri, dan sesama manusia serta teori ini bertujuan untuk mengenali pola pikir negative dan memahaminya serta menggunakan pola pikir baru untuk menghadapi peristiwa-peristiwa kehidupan yang akan datang.[61]

Maka dalam penelitian ini, peneliti melihat adanya konseli yang melihat pandangannya selalu dilihat dengan pikiran yang irasional atau tidak logis dan harus bisa dirubah dalam kepercayaan dirinya untuk bisa melanjutkan sekolahnya di perguruan tinggi (PT).

4. Broken Home

a. Pengertian *Broken Home*

Keluarga yang utuh adalah keluarga yang lengkap dengan anggota-anggota keluarga, yaitu ayah, ibu, dan anak-anak. Sebaliknya, keluarga yang pecah atau *Broken Home* akan terjadi dimana ketidak hadirannya salah satu orang tua karena kematian atau perceraian, atau ketidak hadiran kedua-duanya. Didalam keluarga yang utuh atau yang pecah mempunyai suatu pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan-perkembangan sang anak.

[61] Ibrahim Elfiky, *Terapi Berfikir Positif*, (Jakarta: Zaman, 2005), hal. 272.

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

Broken Home adalah keluarga yang pecah atau orang tuanya yang berpisah. *Broken home* dapat dilihat dari dua aspek, yaitu:[62]

1) Keluarga yang terpecah karena strukturnya tidak lagi utuh karena salah satu dari kepala keluarga tersebut meninggal atau bercerai.
2) Orang tua tidak bercerai tetapi struktur keluarga tersebut tidak lagi utuh lagi karena kedua orang tua sering tidak dirumah, atau tidak memperlihatkan hubungan kasih sayangnya. Misalnya, orang tua yang bertengkar karena hal yang tidak penting dan itu tidak sehat secara psikologis.

Broken Home juga dapat diartikan sebagai kondisi keluarga yang tidak lagi harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera karena sering terjadi keributan dan perselisihan yang menyebabkan pertengkaran dan berakhir pada perceraian. Kondisi inilah yang menimbulkan dampak yang sangat besar terutama bagi anak-anak. Selain itu, anak juga merasa kehilangan pegangan serta panutan dalam menghadapi masa transisi menuju kedewasaan.[63]

Namun, kata *broken home* juga sering dilabelkan pada anak yang terkena korban perceraian dari orang tuanya. Sebenarnya anak *broken home* bukan hanya anak yang berasal dari orang tua yang bercerai, tetapi juga anak yang berasal dari keluarga yang sudah tidak harmonis

---

[62] Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 66.

[63] Bimo Walgito, *Kenakalan Anak*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM, 1982), cet. Ke-1, hal. 11.

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

atau tidak utuh kembali. Terdapat banyak faktor yang melatarbelakangi anak *broken home*, antara lain percekcokan atau pertengkaran orang tua, perceraian, kesibukan orang tua.[64]

b. Faktor Penyebab *Broken Home*

Faktor penyebab *Broken Home* adalah faktor ketiadaannya sebuah komitmen dan tujuan suami istri dalam membangun sebuah rumah tangga, faktor kedewasaan yang kurang mampu dalam mengatasi sebuah permasalahan keluarga juga tidak saling memberi kepercayaan antara satu dengan yang lainnya. Dan ada faktor-faktor yang lainnya, yaitu:[65]

1) Kurangnya siraman rohani

Terkait dengan permasalahan hal baik maupun buruknya manusia di dunia, serta ibarat bermain film dan Allah adalah sutradaranya. Kembali lagi kepada kita yang mengontrol sikap buruk itu, jika kita mementingkan kehidupan diduniawi saja maka kita akan jauh dari-Nya.

2) Sikap kekanak-kanakan orang tua

Egois adalah sikap yang selalu mementingkan dirinya sendiri dan sikap yang pasti dimiliki setiap manusia. Sikap yang lainnya antara lain adalah menggunakan segala cara untuk mendapatkan apa yang selalu diinginkannya. Akan tetapi, masih banyak juga sikap yang masih bisa terkontrolkan.

3) Adanya masalah latar belakang keluarga

---

[64] Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), cet. Ke-3, hal. 239.

[65] Sofyan. S Willis, op.cit., hal. 67-68.

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

Permasalahan seperti kedudukan atau latar belakang disini adalah membeda-bedakan latar belakang itu sendiri, contohnya si A berlatar belakang dari keluarga yang terpandang atau terhormat kemudian si B hanyalah sorang karyawan biasa. Ketika berumah tangga dan memiliki banyak yang tidak cocok antara satu dengan yang lainnya.

4) Tidak memiliki rasa tanggung jawab

Orang tua yang tidak bertanggung jawab salah satunya adalah kesibukan. Karena kesibukan orang tua, menyebabkan orang tua lupa akan adanya anak yang selalu menunggu di rumah.

5) Kurangnya komunikasi didalam keluarga

Banyak dalam sebuah keluarga telah hilangnya keharmonisan dalam membina hubungan suami dan istri adalah kurangnya komunikasi.

6) Masalah perekonomian

Masalah ekonomi adalah masalah yang sering terjadi didalam kehidupan sehari-hari baik dalam jual-beli, tawar-menawar, atau ekspor-impor, pengangguran, kemiskinan, maupun kesejahteraan dan pertumbuhan ekonomi. Dan terlepas dari penghasilan suami yang cukup untuk makan dan rumah untuk berteduh, jika ada lebih mungkin untuk pakaian, dan lain-lain. Akan tetapi, jika sang istri banyak menuntut pada suami, sampai sang suami tidak tahan lagi terhadap tuntutannya maka akan terjadilah perpecahan antara suami dan istri.

c. Dampak *Broken Home* Terhadap Anak

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

Adanya perceraian dapat menyisakan luka dalam benak seorang anak. Bahkan, luka yang dialami oleh anak bisa saja akan terus dibawa dalam ingatannya hingga dewasa. Dan dampak yang mungkin terjadi pada anak berbeda-beda, tergantung dari kondisi perceraian, usia anak pada saat percerai orang tua, dan kepribadian anak tersebut. Perceraian orang tua adalah problema yang cukup besar bagi seorang anak, sehingga perceraian orang tua bisa menjadi pukulan yang mengguncang emosi seorang anak. Dan suasana keluarga yang hancur atau berantakan dapat membawa pengaruh perkembangan anak, tentunya jika anak keadaan masih kecil atau masa kanak-kanak dimana masa ini adalah masa-masa yang sangat membutuhkan sosok (figur) ayah dan ibu karena merekalah yang menjadikan panutan untuk masa depan sang anak. Anak juga akan rentan mengalami masalah perilaku, kenakalan, perilaku impulsive, serta mengalami konflik yang lebih banyak lagi dengan teman sebayanya setelah orang tua mengalami perceraian.

Keluarga yang tidak harmonis atau keluarga yang hancur (*broken home*) akan membawakan dampak bagi sang anak, khususnya bagi perkembangan psikologis anak. Berikut adalah aspek-aspek yang berkaitan dengan adanya dampak perceraian orang tua terhadap anak:

1) Karakter

   Sesuai atau tidaknya individu untuk mematuhi etika perilaku dan konsisten tidaknya seseorang dalam memegang pendirian dan suatu pendapat.

2) Sikap

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

Respon terhadap objek-objek yang berada di sekitarnya baik orang, benda, dan peristiwa yang bersifat positif dan negatif, atau ragu-ragu.

3) Stabilitas ekonomi

Kadar kestabilan reaksi pada emosional terhadap lingkungan, seperti: mudah tidaknya tersinggung, marah, kesal, sedih, ataupun merasakan keputus asaan.

4) Sosiabilitas

Disposisi pribadi yang berkaitan dengan adanya hubungan interpersonal.

Jadi, apabila seorang individu memiliki ciri-ciri di atas maka individu itu memiliki perilaku yang irasional atau tidak logis dikarenakan mempunyai kendala keluarga yang *broken home* dikarenakan sang Ayah selingkuh dan konseli bingung untuk melanjutkan studinya di jenjang Perguruan Tinggi (PT) karena tidak mempunyai biaya untuk masuk ke jenjang perkuliahan. Jika konseli melakukan kegiatan berpikir positif, maka ia akan mendapatkan keberhasilan untuk memecahkan masalahnya tersebut untuk keluar dari zona pikir yang irasional. Bahkan konseli harus lebih responsif terhadap berbagai masalah umum seperti berpikir rasional atau berpikir positif dan bagaimana caranya untuk memikirkan menyelesaikan permasalahannya yang ia hadapi agar ia dapat melanjutkan sekolahnya di jenjang perkuliahan.

5. Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

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

Setiap individu selalu membutuhkan motivasi untuk melakukan suatu hal, terlebih lagi sebagai seorang anak yang mengalami kendala keluarga yang *broken home* dan individu tersebut berkewajiban untuk belajar agar menggapai cita-cita yang ia inginkan karena konseli berpikiran bahwa ia tidak bisa melanjutkan studi ke jenjang berikutnya yaitu Perguruan Tinggi (PT). Konseli juga tidak memiliki kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya menganggap bahwa dirinya tidak bisa, konseli juga tidak percaya diri karena latar belakang keluarganya.

Maka, peneliti mengambil penjelasan di atas karena melihat kondisi keluarga konseli yang mengalami *broken home* dikarenakan suatu hal yang menjadikan orang tuanya untuk bercerai (*broken home*). Dan Selain menggunakan pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* untuk membantu konseli dalam menyelesaikan masalah, konselor juga menggunakan perspektif Islam sebagai salah satu proses pemberian bantuan kepada individu, yaitu terdapat dalam konseling islam juga dijelaskan agar konseli dapat mengembangkan potensi atau fitrah yang beragama dan dapat berpikir serta berkembang dengan sempurna dan konseli sadar akan nilai-nilai, konsep belajar dalam agama Islam sehingga di kemudian hari bisa diterapkan pada dirinya. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an pada Q.S Ar-Rum: 30, sebagai berikut.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّيْنِ حَنِيْفًا ۚ فِطْرَتَ اللهِ الَّتِيْ فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لاَ تَبْدِيْلَ لِخَلْقِ اللهِ ۚ ذٰلِكَ الدِّيْنُ الْقَيِّمُ وَ لَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لاَ يَعْلَمُوْنَ.

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

Artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah, (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui".[66] (Q.S Ar-Rum: 30)

Adapun maksud dari ayat tersebut, yaitu kita harus bisa berpegang teguh kepada syariat dan fitrah yang utuh merupakan agama yang tegak dan lurus. Maka, kita sebagai hamba Allah SWT harus percaya akan kebesaran-Nya untuk bisa mengabulkan permintaan seorang hamba-Nya. Karena itu, kebanyakan orang tidak mengetahuinya, dan mereka berpaling dari Allah SWT. Tidak hanya dengan berdoa saja, konseli juga diingatkan akan berikhtiat, bertawakal, bersungguh-sungguh serta beribadah kepada Allah dan juga tidak boleh terlewatkan termasuk untuk shalat, ngaji dan amalan ibadah yang lainnya. Hal ini digunakan sebagai monitoring untuk kedepannya dan sebagai momentum strategis untuk mendekatkan diri kepada Allah Yang Maha Pemberi.

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Peneliti terdahulu yang relevan, menjelaskan bahwa penelitian ini adalah pada dasarnya dilakukan untuk memaparkan dan menjelaskan kaitan dengan penelitian terdahulu yang relevan apakah ada atau tidak berkaitan dengan adanya penelitian, dan kajian teori ini juga yang akan menjadikan sebuah bukti yang nyata. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi supaya kevalidan data tidak

[66] TNI Angkatan Darat, *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*, (Jakarta: PT. Sari Agung, 2002), hal. 798.

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

diragukan. Dalam peneleitian ini ada empat judul penelitian yang akan dijadikan relevansi, antara lain:

1. Pola Pengasuhan Remaja Dalam Keluarga *Broken Home* Akibat Perceraian di Kecamatan Jebres. 2012.
   Oleh : Louis Nugraheni Wijaya
   NIM : D0308040
   Fakultas : Sosiologi
   Instansi :Universitas Negeri Sebelas Maret (UNS)
   Persamaan: Penelitian ini sama-sama menggunakan penguatan positif dalam proses konselingnya dan sama-sama ditujukan untuk anak korban *broken home*.
   Perbedaan: Penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling dalam proses konselingnya sedangkan penelitian yang akan diteliti menggunakan teori kepribadian ABCD.
2. Kesehatan Mental Anak Dari Keluarga *Broken Home* (Study Kasus Di SD Juara Yogyakarta). 2015.
   Oleh : Agus Sumadi
   NIM : 11250002
   Prodi : Ilmu Kesejahteraan Sosial
   Instansi :Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
   Persamaan: Penelitian ini sama-sama meneliti tentang anak *broken home*.
   Perbedaan: Penelitian ini membahas tentang kesehatan mental anak dari keluarga *broken home* (perceraian) yang berimbas kepada pendidikannya. Sedangkan, penelitian yang akan diteliti fokus menangani pikiran irasioanal anak korban *broken home*.
3. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Pendekatan Rasional Emotif dalam Menangani Konsep Diri Rendah Seorang Siswa Di SMP Negeri 1 Pagu Kabupaten Kediri. 2012.
   Oleh : Imam Bihaqi Zainuddin

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

NIM : B03207012
Fakultas : Bimbingan dan Konseling Islam
Instansi : UIN Sunan Ampel Surabaya

Persamaan: Penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan terapi rasional emotif dalam proses konseling.

Perbedaan: Penelitian ini membahas tentang menangani konsep diri rendah seorang siswa. Sedangkan, penelitian yang akan diteliti fokus pada anak yang mengalami keluarga *broken home*.

4. Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Rasional Emotif Dalam Mengatasi Pola Asuh Seorang Ibu Yang Salah.

   Oleh : Amriana
   NIM : B33207002
   Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
   Instansi : UIN Sunan Ampel Surabaya

   Persamaan: Penelitian ini sama-sama meneliti tentang terapi rasional emotif.

   Perbedaan: Penelitian ini membahas tentang kesehatan mental anak dari pola asuh seorang Ibu yang salah. Sedangkan, penelitian yang akan diteliti fokus menangani pikiran irasional anak korban *broken home*.

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

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

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif menurut Bogdan dan Taylor yang dikutip oleh Lexy J. Maloeng dalam bukunya "Metode Penelitian Kualitatif" adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang teramati.[67] Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan data-data yang akan didapatkan berupa kata-kata atau tulisan, tidak berbentuk angka sehingga dapat mengetahui serta memahami fenomena secara rinci, mendalam dan menyeluruh.

Sedangkan jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus atau studi lapangan. Studi lapangan adalah sebuah penelitian kualitatif dimana peneliti mengamati dan berpartisipasi secara langsung mengenai unit sosial tertentu sehingga dapat memberikan gambaran secara luas dan mengenai unit sosial tertentu tersebut.[68]

B. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini adalah seorang anak korban *broken home* yang bertempat tinggal di Jl. Gubernur Suryo Gg. VI No. 36 Kabupaten Gresik. Peneliti mengambil lokasi penelitian ini karena jarak sekolah dari konseli tersebut berdekatan dengan rumah saudara saya. Dan sekolah

---

[67] Lexy Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda Karya, 2007), hal. 127.

[68] Sudarwan Danim, *Menjadi Peneliti Kualitatif*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2002), hal. 55.

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

konseli berada di SMA Nahdhatul Ulama' (SMANU) 1 Gresik, yang bertepatan di Jl. Raden Santri V/22 Gresik.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data adalah hasil pencatatan penelitian, baik berupa fakta atau angka yang dijadikan bahan untuk menyusun informasi. Adapun jenis data pada penelitian ini meliputi:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari sumber pertama yang dilakukan melalui wawancara, observasi, dan alat lainnya langsung diambil dari sumber pertama di lapangan. Dalam penelitian ini diperoleh deskripsi tentang latar belakang dan masalah konseli, perilaku atau dampak yang dialami konseli.[69] Data primer dalam penelitian ini adalah segala informasi yang berhubungan dengan konseling Islam dengan Terapi *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat *broken home*.

b. Data Sekunder

Data Sekunder adalah data yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.[70] Data sekunder diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan konseli, dan perilaku keseharian konseli. Data sekunder bertujuan untuk mendukung dan memperjelas pembahasan dalam penelitian yang

---

[69] P. Joko Subagyo, *Metode dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hal. 94.

[70] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2013), hal. 22.

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

akan dilakukan, data sekunder berupa dokumentasi dan arsip-arsip resmi.[71]

Data Sekunder dalam penelitian ini adalah data yang diperoleh dari berbagai literatur, buku-buku, Perpustakaan, atau internet yang terkait dengan penelitian.

2. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini, digunakan peneliti untuk mendapatkan keterangan dan informasi yang diperlukan dalam sebuah penelitian. Sumber data yang dimaksud yaitu subyek dari mana data diperoleh. Adapun sumber data adalah:

a. Konseli

Seorang anak yang mengalami pikiran irasional atau tidak logis di SMA Nahdhatul Ulama' (SMANU) 1 Gresik.

b. Konselor

Konselor merupakan pengumpul data sekaligus orang yang membantu menangani masalah konseli. Dalam penelitian ini konselor adalah saya yang merupakan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya yang bernama Ulfi Fadhilah.

c. Informan

Informan dalam penelitian ini adalah orang yang bisa di wawancara untuk membantu mendapatkan informasi tentang konseli, informasi ini diperoleh dengan mewawancarai anggota keluarga seperti orang tua, dan guru konseli.

---

[71] Syaifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997), hal. 5.

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

D. Tahap-Tahap Penelitian

1. Tahapan Pra Lapangan

Tahap ini merupakan adanya tahap eksplorasi, artinya tahapan peneliti dalam pencarian data yang sifatnya meluas dan menyeluruh. Dalam tahap ini langkah-langkah yang akan peneliti lakukan adalah:

a. Menyusun Rancangan Penelitian

Peneliti membuat rumusan masalah yang dijadikan obyek penelitian, kemudian membuat usulan judul penelitian sebelum melaksanakan peneliti hingga membuat proposal penelitian. Dalam penelitian ini peneliti melihat fenomena permasalahan yang terjadi pada seorang anak korban *broken home* yaitu mengalami pikiran yang irasional, setelah mengetahui permasalahan tersebut peneliti mencari terapi yang sesuai dengan permasalahan tersebut sehingga peneliti dapat membuat judul hingga membuat proposal penelitian yang sesuai dengan permasalahan tersebut.

1) Memilih Lapangan Penelitian

Pemilihan dalam penelitian lapangan adalah dengan cara mempertimbangkan teori apa saja yang sesuai dengan kenyataan-kenyataan yang berada di lapangan. Berdasarkan pertimbangan peneliti memilih penelitian lapangan di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik sebagai obyek atau lokasi penelitian karena memang terdapat anak akibat *broken home* di tempat tersebut.

2) Mengurus Perizinan

Setelah tempat penelitian ditentukan, maka langkah selanjutnya yang akan peneliti lakukan yaitu mengurus surat perizinan untuk

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

pihak setempat yang berkuasa diwilayah tempat penelitian ke ketua jurusan BKI, dan dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

3) Menjajaki dan Menilai Keadaan Lapangan

Peneliti terjun langsung kelapangan untuk mengumpulkan data yang ada di lapangan dengan mewawancarai orang-orang yang terkait agar dapat mengetahui langkah selanjutnya yang menjadi keputusan peneliti selanjutnya.

4) Memilih dan Pemanfaatan Informasi Penelitian

Informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan atau dimintai informasi tentang situasi dan kondisi serta latar belakang klien tersebut. Dalam hal ini peneliti memilih klien, keluarga, dan guru klien sebagai informan.

5) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Peneliti menyiapkan sejumlah perlengkapan penelitian baik *hard tools* maupun *soft tools* seperti pedoman wawancara, alat tulis, map, buku, perlengkapan fisik, izin peneliti, rekaman penelitian dan semua yang berhubungan dengan penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan deskripsi data lapangan.

6) Persoalan Etika Penelitian

Etika penelitian pada dasarnya yang menyangkut hubungan baik antara peneliti dengan subyek penelitian, baik secara perseorangan maupun kelompok. Maka peneliti harus mampu memahami kebudayaan, adat istiadat ataupun bahasa yang digunakan. Peneliti akan bersikap sopan santun, serta

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

menjaga nama baik subyek penelitian serta melakukan komunikasi yang baik dan efektif selama penelitian berlangsung.

b. Tahapan Pekerjaan Lapangan

Peneliti memahami latar penelitian dalam persiapan diri. Disamping itu peneliti berperan serta dalam proses konseling sambil mengumpulkan data. Peneliti berusaha menerapkan sebuah konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat *broken home* di SMA Nahdhatul Ulama' (SMANU) 1 Gresik dengan mengikuti tahap-tahap berikut:

1) Memahami Latar Belakang Penelitian

Sebelum melakukan penelitian dilingkungan konseli, peneliti memahami terlebih dahulu latar penelitian dan mempersiapkan diri baik secara fisik maupun mental.

2) Memasuki Lapangan Penelitian

Pada tahap ini konselor menjalin hubungan yang baik serta membangun citra positif dengan konseli agar nantinya dapat memudahkan peneliti dalam mendapatkan data dan melaksanakan proses penelitian.

3) Berperan Serta Dalam Pengumpulan Data

Pada tahap ini, peneliti berperan aktif dalam proses penelitian dengan memperhitungkan waktu, tenaga, serta biaya yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung. Selain itu peneliti juga berperan aktif dalam mencari data-data yang dibutuhkan pada informan penelitian.

c. Tahap Analisis Data

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

Tahap analisis data merupakan suatu proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan suatu uraian dasar. Setelah peneliti mendapatkan data dari lapangan, peneliti mengadakan pengecekan atau mulai melakukan proses analisis terhadap hasil temuan guna menghasilkan pemahaman terhadap data. Dan teknik analisis yang akan digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah analisis deskripsi. Analisis deskripsi adalah analisis dengan cara mendeskripsikan beberapa data dan menguraikan hasil dari pengumpulan data.

E. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

   Observasi merupakan suatu proses kompleks yang tersusun dari berbagai biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.[72] Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati dan mencatat konseli yang meliputi: kondisi konseli, kegiatan konseli, dan proses konseling yang dilakukan. Peneliti akan mendatangi tempat konseli berkumpul dengan teman-temannya dan memantau ketika konseli sedang bermain dengan teman-temannya. Selain itu peneliti juga melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data sehingga dapat merasakan suka duka yang telah dirasakannya. Dengan menggunakan observasi partisipan ini maka data yang diperoleh akan lebih

[72] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), hal. 145.

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

lengkap, tajam, dan dapat mengetahui makna dari setiap perilaku yang nampak.

2. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan antara dua orang yang salah satunya bertujuan untuk menggali dan mendapatkan informasi untuk suatu tujuan tertentu.[73] Peneliti menggunakan bentuk wawancara tidak terstruktur karena peneliti ingin menggali informasi secara mendalam tentang klien maupun orang yang terlibat dalam kehidupan klien dan percakapan ini mirip seperti percakapan informal.

3. Studi Dokumentasi

Teknik dokumentasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengambilan foto atau gambar serta rekam medis ketika penelitian berlangsung. Berikut adalah tabel teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3. 1

Teknik Pengumpulan Data

NO	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1.	Gambaran lokasi penelitian	Dokumen	D
2.	Informasi mengenai diri konseli	Guru Bimbingan dan Konseling + teman kelas konseli	W + O

[73] Haris Herdiansyah, *Metodelogi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hal. 131.

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

3.	Informasi kehidupan konseli	Guru Bimbingan dan Konseling + teman kelas konseli	W
4.	Perubahan diri konseli	Teman kelas konseli + peneliti	W + O

Keterangan :
TPD : Teknik Pengumpulan Data
O : Observasi
W : Wawancara
D : Dokumentasi

F. Teknik Validitas Data

Memperpanjang waktu penelitian adalah salah satu cara meminimalisir kesalahan dalam validitas data. Teknik ini digunakan juga perlu untuk menumbuhkan kepercayaan antara peneliti dan konseli.[74] Apabila data yang didapat kurang, maka perpanjangan waktu dilakukan agar memperoleh data sesuai dengan kondisi di lapangan. Melakukan cek ulang dapat meminimalisasi kesalahan serta untuk memastikan apakah data yang didapat sudah valid atau belum valid. Cek ulang dilakukan dipertengahan penelitian, jika data sudah valid maka memperpanjang waktu dapat diakhiri.[75] Dalam menentukan keabsahan data,

[74]Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Imu Sosial,* (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 200.
[75] Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-IImu Sosial,* (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), hal. 205.

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

penelitian ini melakukan triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu.[76]

Teknik validitas data yang digunakan dalam penilitian adalah Tringulasi Sumber dan Tringulasi Metode. Tringulasi Sumber yaitu membandingkan apa yang dikatakan di depan umum dengan apa yang dikatakan oleh orang tersebut mengenai situasi penelitian. Sedangkan, Tringulasi Metode yaitu membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.

G.Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasikannya kedalam suatu pola, kategori dan uraian dasar. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori kepribadian ABCD karena penelitian ini menggunakan study kasus. Teknik analisis data ini mempunyai dua langkah, yaitu peneliti membandingkan antara proses konseling Islam dengan terapi *Rational Emotive Therapy (RET)* secara teori dan kenyataan yang ada di lapangan. Peneliti membandingkan hasil pertemuan di awal dan akhir dengan objek apakah ada perbedaan dalam segi pemikiran, perasaan atau emosi maupun tingkah laku.

[76]Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2000), hal. 330.

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

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

a. Profil SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

Dari gedung yang berfasilitas komplit (yang dahulunya adalah tempat bekas pemakaman warga Belanda), bagaimana pendidikan Nahdlatul Ulama, pendidikan yang berbasis Aswaja tanpa meninggalkan suatu pola kemoderenan yang sedang berlangsung. Dan terlihat, dengan pencantuman nama Nahdlatul Ulama di belakang nama SMA. Pencantuman yang tak pernah berubah sejak sekolah ini didirikan oleh warga Nahdlatul Ulama Gresik, yaitu pada tahun 1968, terutama karena kondisi politik. Seperti pada tahun 1970-an, karena adanya kondisi politik yang ada, banyak sekolah milik Nahdlatul Ulama yang mengubah namanya menjadi nama sekolah umum. Tetapi, bagi SMA Nahdlatul Ulama 1 Gresik tetap mencantumkan nama Nahdlatul Ulama sampai saat ini.

Selain itu, adanya sebuah perjuangan yang jatuh-bangun, SMA Nahdlatul Ulama 1 Gresik pun begitu. Pernah pada satu angkatan hanya mempunyai empat belas siswa, dan pada waktu itu antara jumah siswa dengan guru, masih banyak jumlah gurunya. Karena berkat kegigihan guru-guru dan para pimpinan sekolah, SMA Nahdlatul Ulama 1 Gresik lambat laun berubah menjadi sekolah yang berprestasi dan banyak diminati oleh masyarakat. Sehingga, setiap

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

tahunnya banyak siswa-siswa yang berebut keras untuk masuk ke sekolah tersebut. Dan hal ini terjadi karena seleksi yang ketat dan keterbatasannya daya tamping bagi siswa yang masuk.

Dan perlu diketahui, bahwa saat ini (tahun 2019-2020) jumlah siswa di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik yang berjumlah 1018 siswa, yang terbagi menjadi 30 rombogan belajar (kelas). Dan ada guru pengajar serta pegawai yang berjumlahkan 100 orang. Memang, jika menelusuri sejarah perkembangan yang ada, tahun-tahun keemasan SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik, mulai terlihat pada lima tahun belakangan ini. Hal ini terjadi, karena kaderisasi guru yang berjualan serta terobosan-terobosan yang telah dilakukannya. Misalnya, mengadakan hubungan kerja dengan perguruan-perguruan tinggi, baik yang ada di dalam negeri maupun diluar negeri. Untuk perguruan tinggi dari dalam negeri bisa dapat dirujuk pada ISI Surakarta, yang pernah melakukan seleksi untuk para calon mahasiswanya di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. Sedangkan, untuk perguruan tinggi di luar negeri, dapat dirujuk pada perguruan tinggi dari Thailand, China, Taiwan, Jepang, dan Korea Selatan, yang juga melakukan seleksi untuk para calon mahasiswanya di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Bahwasanya, apa yang selama ini diraih oleh SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik tidak akan terlepas dari konsep ikan yang berenang melawan arus dan pelayanan yang terpadu. Artinya, jika kita melihat ikan-ikan di tambak (memang Drs. H. Moh. Nasihuddin, M.Pd juga seorang petambak di halamannya, Betoyo Gresik), hanya yang berani

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

berenang melawan arus saja yang akan bertahan. Sedangkan, yang mengikuti arus akan terseret dan akan hilang begitu saja. Dan konsep ini, terlihat pada sekian keputusan yang ada. Misalnya, ketika SMA Nahdlatul Ulama 1 Gresik bukan berupa SMA yang ditunjuk untuk menjalankan Kurikulum 2013 (K13), tetapi dengan berani akan tetap melaksanakan kurikulum itu secara mandiri. Dan banyak sekali kegiatan yang ditinggalkan oleh banyak sekolah, justru ditangan beliau dikelola atau dikembangkan, dan merupakan ciri dan kebanggaan SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Untuk melakukan konsep di atas, juga harus dibarengi dengan pelayanan yang terpadu. Sebab, jika tidak, maka konsep tersebut hanya sekedar konsep saja. Untuk pelayanan terpadu ini, Drs. H. Moh. Nasihuddin, M.Pd menentukan gerakan 3P, yaitu "Penampilan, Pelayanan, dan Prestasi". Maksud dari 3P tersebut adalah:

1) Penampilan

   Penampilan sekolah yang pertama kali harus dirubah atau dibenahi, mulai dari mengubah tatanan ruang, baik ruang kelas, ruang guru, ruang administrasi, ruang laboratorium, serta ruangan-ruangan yang lainnya, baik dari segi interior ataupun ekteriornya, agar tampak rapi dan bersih. Setelah itu, baru merubah budaya warga sekolahnya menjadi senang akan kebersihan, rapi, dan mengedepankan keteladanan sopan santun.

   Dalam artian, yang tua harus menjadi teladan bagi yang muda. Kepala sekolah menjadi teladan bagi guru. Guru teladan bagi siswanya. Yang kelas XII teladan bagi kelas XI. Yang kelas XI teladan bagi kelas X. dan akhirnya budaya

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

sekolah yang baik, santun, dan senang kebersihan, dan mengimbas pada cara berpakain, cara berpenampilan, serta cara mengemas berbagai acara dan kegiatan.

2) Pelayanan

Pelayanan adalah kunci keberhasilan sekolah. Baik pelayanan ke guru dan pegawai, pelayanan pada para siswa maupun pelayanan ke masyarakat, dan *stakeholder*. Untuk pelayanan pada siswa adalah prioritas utama dalam pengembangan dan penataan sekolah agar diminati oleh masyarakat. Semua jurusan dibuka, yaitu jurusan IPA, IPS, Bahasa dan Budaya.

Agar dapat melayani berbagai jenis bakat dan minat siswa. Bukan hanya tiga jurusan itu saja yang akan dijadikan tolak ukur untuk melayani berbagai bakat dan minat siswa, tapi ekstrakulikuler pun disiapkan dan dibuka 39 macam ekstrakulikuler. Jika semua siswa terlayani oleh bakat dan minatnya, kita yakin tidak ada yang namanya "anak yang nakal". Karena, anak nakal adalah anak yang tidak tersalurkan bakat dan minatnya. Dan untuk melaksanakan ekstrakulikuler yang begitu banyak, dan semuanya harus eksis serta tidak bisa dengan cara-cara biasa. Dan harus berpegang pada kerja keras, kerja-cerdas, kerja-tuntas, dan kerja secara ikhlas. Semua guru dan pegawai di sekolah pun harus saling bahu-membahu.

3) Prestasi

Untuk hal prestasi ini, tidak usah diprogramkan. Karena, jika sekolah sudah mengedepankan penampilan dan pelayanan,

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

maka prestasi akan muncul dengan sendirinya. Baik prestasi yang bertaraf daerah, propinsi, nasional, maupun internasioanl.

b. Motto Lembaga

Melangkah ke masa depan dengan fikir dan dzikir.

c. Visi dan Misi Lembaga

1) Visi Lembaga

Terwujudnya pendidikan berbasis Islam, bertaraf Internasional.

2) Misi Lembaga

a) Menumbuhkembangkan ajaran Islam Ala Nahdliyin dalam kehidupan nyata.
b) Menumbuhkan kebiasaan membaca, menulis, dan menghasilkan karya.
c) Menumbuhkan pribadi yang mandiri, santun, dan bertanggungjawab.
d) Melaksanakan proses pembelajaran yang efektif, efisien, inovatif, dan kontekstual dengan memanfaatkan berbagai sumber yang bernuansa Islami.
e) Mengoptimalkan teknologi informasi dan komunikasi dalam proses pembelajaran dan pengelolaan sekolah.
f) Menjadikan potensi dan kreativitas warga sekolah yang unggul, kompetitif di tingkat Regional, Nasional, dan Internasional.
g) Menyediakan sarana dan prasarana pendidikan yang berstandar Internasional.
h) Menerapkan manajemen berbasis sekolah secara professional dan akuntabel.
i) Mendorong partisipasi publik dalam pengelolaan pendidikan.

d. Tujuan Lembaga

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

Menjadi sekolah bertaraf Internasional, bernuansa Islami dan menjadi rujukan sekolah Islam Nasional maupun Internasional, yang alumninya "mengamalkan aqidah Aswaja, santun, unggul, dan kompetitif". Dengan indikator sebagai berikut:

1) Tercapainya implementasi SKL, system penilaian berbasis kompetensi dan *life skill*.
2) Tercapainya implementasi kurikulum yang diadaptasikan dengan kurikulum internasional (*Cambridge*) untuk Mapel MIPA, IPS, dan Bahasa Inggris.
3) Tercapainya peningkatan penggunaan model-model pembelajaran dalam KBM.
4) Tercapainya peningkatan kemampuan komunikasi bahasa asing.
5) Tercapainya peningkatan keterampilan menggunakan media Teknologi Informasi dan Informatika (TIK).
6) Tercapainya peningkatan keterampilan menggunakan peralatan laboratorium.
7) Tercapainya peningkatan kemampuan guru menyusun silabus dan alat-alat penelitian.
8) Tercapainya peningkatan perolehan rata-rata nilai ujian akhir nasional.
9) Tercapainya peningkatan kedisiplinan dan ketertiban siswa dalam mewujudkan program kesiapsiagaan.
10) Tercapainya lulusan yang diterima di perguruan tinggi luar negeri.
11) Tercapainya internalisasi budaya tata karma bernuansa islami ala NU kepada warga sekolah khusus siswa.
12) Tercapainya peningkatan kerjasama dengan orang tua, masyarakat sekitar, dan institusi lain.

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

13) Tercapainya pengembangan kualitas siswa dalam bidang penelitian ilmiah remaja, olimpiade, seni, olahraga, sosial, dan agama.
14) Tercapainya peningkatan kegiatan 7K (Keamanan, Kebersihan, Ketertiban, Kedisiplinan, Kekeluargaan, Kerindangan, dan Kesehatan).
15) Tercapainya lulusan yang ber-IMTAQ, menguassai IPTEK, mampu bersaing di era global serta terwujudnya pengembangan kreativitas siswa dalam bidang keilmuan, seni, sosial, olahraga, dan keagamaan.
16) Terlaksananya pembelajaran yang; aktif, inovatif, kreatif, efektif, menyenangkan, dan bermakna.
17) Terwujudnya budaya belajar, membaca dan menulis.
18) Tercapainya pelaksanaan *Life Skill* dan pengembangan ICT.
19) Terwujudnya manajemen sekolah yang partisipatif, transparan, dan akuntabel serta mengarah pada manajemen mutu.
20) Terwujudnya budaya jujur, ikhlas, sapa, senyum, dan santun.
21) Terciptanya budaya disiplin, demokratis dan beretos kerja tinggi.
22) Terwujudnya peningkatan IQ, EQ, SQ, dan sosial *Question*.
23) Terwujudnya kesejahteraan lahir batin bagi warga sekolah.
24) Terwujudnya pelayanan yang cepat, tepat, dan memuaskan kepada masyarakat.
25) Terwujudnya kerjasama yang saling menguntungkan dengan instansi lain.

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

2. Deskripsi Konselor dan Konseli

a. Deskripsi Konselor

Dalam melakukan proses Bimbingan Konseling, konselor yang dimaksud disini adalah orang yang mempunyai keahlian dalam memberikan suatu bantuan atau layanan bimbingan dan konseling Islam terhadap seseorang atau sekelompok yang mengalami berbagai bentuk masalah atau problematika yang bersifat lahiriyah ataupun batiniyah. Dalam kasus ini, orang yang menjadi seorang konselor adalah peneliti sendiri.

1) Identitas Konselor

Tabel 4. 1

Identitas Konselor

Nama	Ulfi Fadhilah
Tempat Tanggal Lahir	Bantul, 11 Maret 1998
Anak ke-	2 dari 4 Bersaudara
Agama	Islam
Status	Belum Menikah
Pendidikan	Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Islam
Semester	VII
NIM	B03216040
Alamat Asli	Jl. KH. Hasyim Ashari Gg. Baru Poris Plawad Utara

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

	Rt.05/002 No. 36 Cipondoh Tangerang
Alamat Domisili	Jl. Jemur Wonosari, Wonocolo Gg. VIII No. 75 Surabaya
Riwayat Pendidikan	a) TK Saef Ed-Daullah lulus tahun 2004 b) SDN Sukasari 5 lulus tahun 2010 c) MTs Wali Songo lulus tahun 2013 d) MA Wali Songo lulus tahun 2016 e) S1 UIN Sunan Ampel berlangsung saat ini

2) Pengalaman Konselor

Pengalaman konselor selama masih menjadi seorang mahasiswa yang aktif di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya, sebagai berikut.

a) Praktik Mata Kuliah

Konselor pernah mengikuti kegiatan-kegiatan praktik dan kunjungan di Panti Pelayanan Sosial Anak (PPSA) di Tawangmangu, Jawa Tengah. Di tempat tersebut, konselor melakukan praktik individual maupun kelompok untuk mengetahui permasalahan yang sedang dihadapi dan mengatasi masalah pada anak-anak panti sosial. Konselor juga pernah mengikuti praktik individu dalam salah satu mata kuliah, yaitu kunjungan di SMP Insan

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

Cendekia Mandiri (ICM), Sarirogo, Sidoarjo.

Dan konselor juga pernah berkunjung di SLBN 2 Yogyakarta dan RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat yang berada di wilayah Lawang, Malang, Jawa Timur. Semua praktik dan kunjungan yang telah konselor lakukan adalah sebuah pengalaman yang mana nantinya sangat bermafaat sekali untuk tambahan pengetahuan pada konselor bagaimana cara menyelesaikan masalah-masalah yang sedang dihadapi oleh klien.

b) PKL (Praktik Kerja Lapangan)

Konselor juga pernah melakukan PKL (Praktik Kerja Lapangan) di Rumah Sakit Islam (RSI) Jemursari Surabaya yang bertugaskan di Instalasi Bina Rohani untuk memberikan konseling, dan berdoa bersama untuk pasien agar cepat sembuh dari penyakitnya.

c) KKN (Kuliah Kerja Nyata)

Sebagai program pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat yang terletak di Desa Bukur, Kecamatan Jiwan, Kabupaten Madiun selama satu bulan pada bulan Juli sampai dengsn Agustus 2019.

d) PPL (Praktik Pengalaman Lapangan)

Sebagai bentuk praktikum teori-teori yang sudah didapatkan saat bangku perkuliahan. Konselor melaksanakan adanya PPL di LPA (Lembaga Perlindungan Anak) Jatim, tepatnya konselor mendapatkan tugas lapangan. Pada program PPL ini, konselor melaksanakan beberapa konseling individual

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

dan kelompok berupa pendampingan belajar di ruangan. Masalah-masalah yang biasanya ditangani oleh konselor saat PPL berkaitan hak asuh anak, adopsi anak, perceraian, dan lain sebagainya.

b. Deskripsi Konseli

Konseli merupakan perseorangan (individu) atau sekelompok yang mengalami permasalahan-permasalahan dan memerlukan bantuan dan pertolongan Bimbingan Konseling yang bertujuan untuk membantu individu untuk memecahkan suatu masalah yang ada dalam kehidupannya dengan wawancara dan dengan cara sesuai keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan dalam hidupnya. Seorang konseli dalam penelitian ini adalah seorang siswi yang memiliki pikiran irasional dalam melanjutkan pendidikan selanjutnya. Biodata singkat konseli ini, sebagai berikut:

Tabel 4. 2
Identitas Konseli

Nama	Aisyah (Nama Disamarkan)
Tempat Tanggal Lahir	Gresik, 16 Februari 2002
Jenis Kelamin	Perempuan
Usia	17 Tahun
Agama	Islam
Pekerjaan	Pelajar

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

Alamat	Jl. Gubernur Suryo Gg. VI No. 36 Gresik

Sebagai tahap awal dalam mengenal kepribadian konseli ini, disini peneliti akan menyajikan data yang lebih lengkap lagi tentang mengenai konseli. Untuk lebih mngetahui kondisi konseli secara universal, maka konselor akan menguraikan data tersebut meliputi kepribadian konseli, latar belakang pendidikan, latar belakang ekonomi, serta latar belakang sosial, yaitu sebagai berikut:

1) **Kepribadian Konseli**

Konselor menyadari bahwa Aisyah (konseli) merupakan seseorang yang menyukai kondisi yang tenang, suka menyendiri, dan reflektif terhadap apa yang dilakukannya, Aisyah memiliki kecenderungan untuk menjauhi interaksi dengan adanya hal-hal yang baru. Setelah tiga tahun menuntut ilmu di bangku SMA, Aisyah menjadi pribadi sebagai kepala keluarga dalam keluarganya dikarenakan kondisi orang tua yang sudah *broken home*.[77]

2) **Latar Belakang Pendidikan**

Aisyah merupakan siswa seperti pada umumnya, konseli pernah mengenyam pendidikan mulai dari Taman Kanak-kanak (TK) sampai saat ini menjadi siswi SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. Selama di jenjang SMA, konseli berkeinginan bahwa dirinya bisa meneruskan ke jenjang selanjutnya

[77] Hasil Wawancara dengan konseli pada tanggal, 31 Oktober 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

yaitu Perguruan Tinggi (PT). Tetapi, sang ibu berkata pada konseli ini "untuk apa kamu kuliah, nanti siapa yang akan merawat ibu di rumah kalau bukan kamu", lalu si konseli terenyuh mendengar permintaan ibunya yang seperti itu.

Namun pada kenyataannya, konseli mencoba berfikir ulang dari perkataan yang diucapkan oleh sang ibu, karena cita-cita konseli ini adalah ingin menjadi orang yang berpendidikan, ingin menjadi seorang guru yang bisa menuahkan materi yang telah ia dapat selama belajar (sekolah), bisa bekerja dengan mendapatkan hasil yang lebih, dan bisa merawat ibu dan adiknya dengan baik.

Dan sebenarnya, sang ayah pun menginginkan konseli ini untuk melanjutkan ke jenjang perkuliahan, dan masuk di kuliah yang ada label Islamnya. Karena dari dahulu, anak-anaknya selalu dimasukkan ke sekolah yang berlabelkan Islam agar anak-anaknya bisa tahu lebih dalam tentang agama yang dianutnya. Tapi, konseli juga tetap yakin pada saatnya nanti ia bisa meyakini sang ibu untuk melanjutkan studinya di jenjang perkuliahan.[78]

3) Latar Belakang Ekonomi

Adapun keadaan ekonomi keluarga konseli terbilang kurang cukup. Karena sang ayah sudah jarang sekali memberikan nafkah kepada anak-anaknya dan ibunya sebagai ibu rumah tangga yang sedang mengalami tuna netra sehinngga tidak memungkinkan untuk

[78] Hasil Wawancara dengan konseli pada tanggal, 4 November 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

bekerja. Jadi, konseli mencoba untuk bekerja supaya tercukupi kehidupan di rumahnya.[79]

4) **Latar Belakang Sosial**

Konseli termasuk siswi yang kalau dibilang cukup terbuka dengan teman-teman yang lainnya, suka ikut nimbrung ketika temannya lagi ngobrol, belajar, atau makan bareng. Walaupun konseli sering terlambat sekolah dan itu sudah biasa baginya, tapi ia tetap selalu masuk kelas atau masuk sekolah. Dan memang konseli merupakan orang yang murah senyum pada siapa pun dan terbuka dengan orang terdekatnya.[80]

3. Deskripsi Masalah

Masalah adalah adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Sehingga masalah tersebut dapat membebani pikiran, dan tingkah laku dalam kehidupan sehari-harinya. Seperti, masalah yang ada di dalam keluarga maupun masyarakat sekitar. Sedangkan orang tua adalah sebagai penguat atau obat bagi anaknya yang memberikan pengaruh besar bagi pertumbuhan sang anak. Dan masyarakat merupakan sekelompok manusia yang mana harus saling menghormati sesama individu dan mematuhi peraturan-peraturan yang ada di sekeliling atau masyarakat.

Peneliti melakukan wawancara serta observasi dengan konseli atau yang bersangkutan, serta menentukan pokok permasalahan. Wawancara

---

[79] Hasil Wawancara dengan konseli pada tanggal, 31 Oktober 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

[80] Hasil Wawancara dengan konseli pada tanggal, 4 November 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

tersebut dilakukan dengan, ibu konseli, guru BK, dan teman konseli, serta wawancara langsung dengan konseli. Peneliti juga menekankan observasi pada tingkah laku konseli baik *verbal* maupun *non verbal*. Dari hasil wawancara, konselor mengetahui bahwasanya konseli adalah anak yang terbuka sekali jika menceritakan masalah-masalah yang dihadapinya, suka saling membantu sesama, taat pada ajaran-ajaran Islam, serta patuh dan taat sama orang tuanya.

Dan berdasarkan data yang diperoleh peneliti diketahui Aisyah merupakan anak korban *broken home*, ia bersekolah di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik kelas XII IPA 5. Aisyah berasal dari keluarga yang kurang mampu, ia merupakan anak ke enam dari tujuh bersaudara, terdiri dari dua perempuan dan lima laki-laki. Aisyah sekarang tinggal bersama Ibu dan adiknya, karena kakak-kakaknya sudah pada berkeluarga. Orang tua Aisyah bercerai saat ia kelas XI dikarenakan Ayahnya selingkuh. Disaat Ibunya melahirkan anak ke tujuh Ibunya mengalami tunanetra. Ketika Ayahnya meninggalkan keluarga, Aisyah berinisiatif untuk mencari rezeki sendiri untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarganya dengan cara berjualan kebab di Gresik sebagai karyawan, meskipun kakak-kakaknya sudah bekerja dan ia tidak ingin meminta uang terus-terusan (merepotkan) kakak-kakaknya.[81]

Aisyah sebagai seorang pelajar bercita-cita ingin menjadi seorang guru dan berkeinginan untuk melanjutkan studinya ke jenjang perguruan tinggi (PT) supaya ilmu yang ia dapatkan bisa bermanfaat

[81] Hasil observasi dilakukan oleh konselor pada saat wawancara pada tanggal, 31 Oktober 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

untuk orang lain, tetapi dengan uang jerih payahnya sendiri tidak akan bisa mencukupi untuk masalah administrasi kuliahnya. Dan ia sudah yakin, bahwa ia tidak akan bisa masuk dalam perguruan tinggi karena ia ingin terus bekerja saja untuk menghidupi serta mengurus Ibu dan adiknya.[82] Akan tetapi, kakak-kakaknya akan menyemangati konseli dan berusaha untuk bisa membantu membiayai konseli untuk melanjutkan sekolahnya di perguruan tinggi (PT) dan sang kakak sudah saling berdiskusi siapa yang nantinya akan merawat sang Ibu dan adiknya di rumah jika konseli sudah masuk perkuliahan, yaitu kakak yang ketiga (perempuan).

Setelah mengetahui faktor penyebab klien mengalami sedih karena merasa ingin meneruskan sekolahnya karena orang tua yang bercerai. Kemudian konselor menetapkan alternative bantuan yang akan diberikan pada klien dalam proses konseling individual. Dan untuk membantu klien dalam mengatasi masalahnya, maka digunakan model dan teori konseling *Rational Emotive Therapy (RET)*. *Rational Emotive Therapy* digunakan karena konselor ingin mengajak klien untuk berpikir, menilai, memutuskan, menganalisis dan ingin mengajak dengan benar, yang mana RET ini akan dapat memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berpikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berpikir yang rasional dengan pemberian motivasi secara terus menerus dengan perspektif Islam berdasarkan Al-Quran dan Al-Hadis, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas

[82] Hasil observasi dilakukan oleh konselor pada saat wawancara pada tanggal, 31 Oktober 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

diri, berpikir positif, fleksibel dan ilmiah serta dapat menerima keadaan diri secara keseluruhan.

Ada berbagai macam tipe kepribadian untuk menggambarkan seseorang yang sebenarnya, termasuk pola pikir, perasaan, dan perilaku yang membuatnya berbeda dari orang lain. Dan ada teori kepribadian tipe ABCD, yaitu tipe A karakteristik yang mengacu pada agresif, kompetitif, suka bersaing, terobsesi pada pekerjaan, dan tidak sabar, tipe B karakteristik memiliki tingkat imajinasi dan kreativitas yang tinggi serta lebih toleran teradap orang lain, tipe C selalu bekerja dengan semangat, berpakaian rapi, konsisten dan mengikuti semua aturan, dan tipe D sering mengalami emosi negatif, sering khawatir, mudah marah dan menghindari situasi sosial.

Menurut penelitian yang saya lihat bahwasanya klien ini mempunyai masalah yang perlu mendapatkan penanganan yaitu dengan cara memberikan motivasi serta masukan-masukan yang positif kepada klien. Banyak sekali cara untuk membuat permasalahan klien ini dapat keluar dari masalahnya, seperti mendaftarkan dirinya untuk mendapatkan beasiswa, mendaftarkan dirinya untuk mengikuti proses bidikmisi, atau dengan cara menabung terlebih dahulu selama satu tahun, kemudian hasil uang tersebut didaftarkan untuk masuk kuliah tahun ajaran berikutnya atau dengan cara masuk kuliah terlebih dahulu, dan melaksanakan pekerjaan sampingan yang ia dapatkan.

Tabel 4. 3

Gejala atau Perilau Konseli sebelum Terapi

No	Kondisi Konseli	Sebelum Terapi

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

		A	B	C
1	Berfikir Negatif	√		
2	Perasa		√	
3	Suka Menyendiri		√	

Keterangan:

A: Sering
B: Kadang-Kadang
C: Tidak Pernah

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* Di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Dalam proses konseling, sebelumnya konselor membuat beberapa perjanjian untuk melakukan berlangsungnya proses konseling dan menentukan waktu dan tenpat konseling agar dapat berjalan dengan secara efektif. Awal proses konseling, melakukan wawancara konselor dengan mengajak konseli untuk ngobrol-ngobrol biasa dan melakukan wawancara tanpa disadari oleh konseli, ini bertujuan agar konseli lebih terbuka akan semua fikiran atau unek-uneknya. Setelah melakukan perjanjian untuk berlangsungnya proses konseling, konselor menyesuaikan waktu dan tempat dengan konseli untuk melakukan konseling.

a) Waktu

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

Saat berlangsungnya proses konseling, konselor menyesuaikan waktu konseli guna konseli melakukan persiapan sebelum dan sesudahnya dan agar proses konseling berjalan dengan semestinya. Konselor dan konseli membuat perjanjian untuk melakukan konseling setiap hari senin sampai dengan hari minggu. Selama satu bulan berturut-turut, sampai konseling yang dilakukan mendapatkan hasil konseling.

b) Tempat

Untuk tempat pelaksanaan berlangsungnya proses konseling hanya dilakukan di sekolah, rumah, dan tempat kerja klien. Akhirnya kami memutuskan perjanjian untuk melakukan proses konseling setiap hari senin sampai dengan hari sabtu di sekolah konseli, setiap hari sabtu sampai dengan hari minggu di rumah atau tempat kerja konseli.

Tabel 4. 4

Jadwal Penelitian

No	Hari/ Tanggal	Informan	Kegiatan	Tempat
1.	Jum'at, 25 Oktober 2019	Guru Bimbingan dan Konseling	Meminta izin dan menjelaskan kedatangan peneliti	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

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

2.	Senin, 28 Oktober 2019		Pembuatan Surat izin Penelitian Skripsi	Frontdesk Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya
3.	Rabu, 30 Oktober 2019	Staf Akademis SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik	Memberikan surat keterangan penelitian dan proposal skripsi	Ruang Akademis SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
4.	Kamis, 31 Oktober 2019	Guru Bimbingan dan Konseling	Observasi dan menetapkan subjek penelitian	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
5.	Kamis, 31 Oktober 2019	Guru Bimbingan dan Konseling dan Konseli	Meminta izin kepada konseli untuk dijadikan subjek penelitian	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama

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

				(SMANU) 1 Gresik
6.	Jum'at, 1 November 2019	Kepala Sekolah SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik	Meminta izin untuk menjadikan tempat penelitian	Ruang Kepala Sekolah SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
7.	Senin, 4 November 2019	Guru Bimbingan dan Konseling dan Konseli	Observasi dan wawancara mengenai kasus konseli	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
8.	Jum'at, 8 November 2019	Konseli	Wawancara untuk menentukan identifikasi masalah	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama

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

				(SMANU) 1 Gresik
9.	Senin, 11 November 2019	Konseli	Wawancara untuk hasil diagnosis, prognosis masalah	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
10.	Minggu, 17 November 2019	Orang Tua Konseli	Wawancara keadaan konseli dan kemauan konseli untuk sekolah di jenjang berikutnya	Rumah Konseli
11.	Senin, 18 November 2019	Teman Konseli	Wawancara mengenai kepribadian dan keseharian konseli	Ruang Bimbingan dan Konseling SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
12.	Jum'at, 22	Konseli	Evaluasi serta	Ruang Perpustakaa

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

	November 2019		tindak lanjut	n SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik
13.	Rabu, 27 November 2019	Teman Konseli	Observasi dan wawancara tentang perubahan konseli setelah melakukan treatment	Ruang Perpustakaan SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik

Setelah menentukan waktu dan tempat untuk melaksanakan proses konseling dalam penelitian yang akan dilakukan ini. Berikut ini adalah deskripsi serta langkah-langkah proses Konseling Islam Dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* Untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah adalah langkah awal untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang sering muncul dalam mengenai keadaan konseli yang ada pada dirinya secara mendalam. Selanjutnya konselor mencari informasi lebih mendalam melalui orang-orang terdekat konseli, seperti: teman, guru BK, dan keluarga konseli sebagai sumber informasi untuk mengumpulkan data atau informasi yang mengenai keadaan konseli.

Namun, untuk mengetahui adanya keberhasilan dalam proses konseling ini, selain konselor mengamati perilaku sang konseli di sekolah, juga diperlukannya

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

home visit terhadap konseli untuk mengetahui perubahan pola pikir maupun sikap konseli terhadap masa depannya nanti. Adapun data-data yang diperoleh dari sumber tersebut akan dijelaskan sebagai berikut:

1) Data yang bersumber dari konseli

   Konseli merupakan seorang siswi akhir kelas XII IPA 5 SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. Konseli merasa bingung untuk melanjutkan masa depannya untuk melanjutkan sekolahnya ke jenjang perkuliahan tinggi (PT). Karena, konseli berpikiran bahwa ia tidak sanggup untuk melakukan pembayaran perkuliahan nantinya yang disebabkan keluarganya mengalami *broken home* dan ia menjadi tulang punggung di keluarganya. Dan di sisi lain, ia bersemangat untuk mengejar cita-citanya ingin menjadi seorang guru dimana ilmu yang ia dapatkan selama ini bisa bermanfaat bagi murid-muridnya kelak. Tetapi, dengan cita-citanya yang diimpikan ia merasa agak ragu disebabkan adanya keadaan ekonomi keluarga yang sangat kurang.[83]

2) Data yang bersumber dari ibu konseli

   Konseli merupakan anak yang berbakti dan penurut sekali dengan orang tua, apa yang diinginkan sang ibu, ia langsung menuruti apa maunya. Apabila ibunya sakit, konseli berusaha merawat ibunya dan izin untuk tidak masuk sekolah karena konseli hanya berfikir "Surga ada dibawah telapak kaki ibu". Jadi, konseli tidak ingin menyia-nyiakan sang ibu apalagi sang ibu mengalami tuna netra.

   Dan sang ibu, menginginkan anaknya untuk tetap di rumah saja setelah usai bangku SMA. Karena, ibu

[83] Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal, 08 November 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

konseli berfikir kalau anaknya melanjutkan sekolahnya ke jenjang perkuliahan tinggi (PT) nanti sang ibu bersama siapa, dan siapa yang akan merawat. Akan tetapi, ibu konseli juga salut dan sangat berterimakasih sekali dengan konseli karena ia bisa bersemangat untuk mencari rezeki untuk menghidupkan sang ibu dan adiknya.[84]

3) Data yang bersumber dari teman dekat konseli

Konseli merupakan sosok yang ceria, periang, murah senyum, dan suka menolong kepada sesama. Akan tetapi, sisi negatif dari konseli tersebut adalah sosok yang perasa sekali sehingga konseli sering menangis jika menemui masalah ataupun sedang memikirkan sesuatu yang berlebihan namun, jika konseli merasakan hal seperti itu ia selalu berhadapan (berdoa) langsung kepada Allah SWT untuk meminta petunjuk-Nya.

Hubungan konseli dengan temannya ini sangatlah akrab, mereka kemana pun selalu bersamaan dan sering saling berbagi cerita baik suka maupun duka. Konseli juga pernah bercerita kepada temannya ini jikalau dia tiba-tiba suka merasakan kesedihan karena tidak mempunyai keluarga yang utuh lagi. Dan konseli juga mempunyai pikiran negatif terhadap masa depannya untuk bisa melanjutkan ke jenjang Perkuliah Tinggi (PT) lagi atau tidak. Menurut temannya, konseli ini adalah sosok yang semangat dalam belajar, rajin untuk mengikuti kegiatan ekstrakulikuler, dan seorang yang penurut terhadap guru.[85]

---

[84] Hasil wawancara dengan orang tua konseli pada tanggai, 17 November 2019 di rumah Konseli.

[85] Hasil Wawancara dengan teman dekat Konseli pada tanggai, 18 November 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

4) Data yang bersumber dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) konseli

Menurut guru BK konseli, konseli adalah anak yang baik, sangat ramah, supel (mudah bergaul, sikap konseli pendiam bila tidak akrab dengan yang ia kenal satu sama lain, kurang terbuka, dan sabar jika mempunyai masalah terkait sekolah maupun keluarganya sendiri.[86]

b. Diagnosis

Setelah hasil identifikasi masalah tersebut, konselor melakukan adanya diagnosis yang sesuai dengan hasil-hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan dan dapat mengambil suatu kesimpulan mengenai masalah yang ada pada diri konseli yang lebih dominan dengan adanya suatu persepsi atau adanya pikiran-pikiran negatif terhadap dirinya, sehingga sikap atau perilaku konseli kurang baik seperti agak cuek, suka tertutup, dan terkadang komunikasi hanya seperlunya saja, semua itu disebabkan karena konseli belum sepenuhnya memahami dirinya.

Adapun bentuk sikap atau adanya perilaku yang ditunjukkan oleh konseli sebagai berikut:

1) Berfikir negatif tentang dirinya

Hal ini telah terbukti saat konseli diwawancarai, konseli tidak memungkinkan punya uang banyak untuk sekolah kelanjutannya dan ia ingin patuh pada ibunya yang selama ini sudah merawatnya sampai saat ini, karena sang ibu menginginkan konseli tidak melanjutkan sekolahnya ke jenjang Perkuliah Tinggi (PT) supaya ada yang menemani sang ibu di rumah. Karena konseli selalu terngiang dengan kata-kata

[86] Hasil Wawancara dengan guru BK Konseli pada tanggai, 4 November 2019 di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

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

sang ibu *"Untuk apa kamu kuliah, emangnya kamu tidak mau menemani ibu di rumah. Kalau tidak ada kamu, ibu sama siapa lagi nanti di rumah dan siapa yang akan merawat ibu"*.

2) Perasa

Konseli mempunyai sikap sangat perasa sekali, karena setiap ada masalah sekecil apapun yang ada pada dirinya ia selalu meneteskan air mata dan menengadahkan tangan dan meminta pertolongan untuk selalu ada di jalan Allah SWT. Dan hal ini terbukti, saat konseli bercerita kepada konselor tentang permasalahan yang ia hadapi selalu menangis.

3) Suka menyendiri

Hal ini terbukti saat konseli berada di rumah selalu cenderung di dalam kamar untuk belajar dan tidur. Dan di rumah pun hanya untuk menemui keluarga saja. Konseli jarang sekali bermain dengan tetangga-tetangga, karena konseli selalu bekerja setiap hari dan pulang malam hari. *"Saya lebih senang di rumah daripada di luaran rumah"* tutur konseli.

Gejala-gejala tersebut dilatarbelakangi oleh rasa yang kurang percaya diri konseli terhadap dirinya dan juga pola pikir negatif yang terus-menerus menilai bahwa dirinya tidak bisa melanjutkan masa depannya sehingga membuat konseli sulit untuk melihat sisi positif dari dirinya.

c. Prognosis

Dari hasil diagnosis di atas tersebut, tahap selanjutnya yang dilakukan adalah prognosis. Tahap prognosis ini adalah tahap untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menindak lanjuti permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Dan pada tahap diagnosis ini, yaitu konseli yang memiliki pemikiran yang irasional sehingga munculnya rasa kurang percaya diri.

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

Pada saat tahap setelah konselor melakukan proses observasi dan wawancara, konselor menetapkan atau memutuskan terapi dan teknik apa yang akan diberikan untuk membantu konseli. Dalam hal ini, konselor menerapkan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) sebagai bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Dan pada pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) ada dua langkah yang digunakan konselor untuk membantu konseli, yaitu sebagai berikut:

1) Menyadarkan konseli bahwasanya pola pikir atas meneruskan sekolahnya merupakan pikiran yang irasional dan ketidak logisan. Sehingga konseli akan menyadari bahwa pola pikirnya tersebut perlu dirubah dari pola pikir yang negatif menjadi pola pikir yang positif.
2) Meminta konseli untuk membuat rencana perubahan yang dapat mengubah pola pikirnya yang irasional terhadap meneruskan sekolahnya serta membantu konseli terus-menerus mengembangkan pikirannya yang rasional.

Selain langkah-langkah tersebut, konselor juga menggunakan teori dalam proses konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy*, yaitu: *Antecedent Event* (A), *Belief* (B), *Emotional Consequence* (C), *Desputing* (D). Adapun teori tambahannya yaitu teori *Husnudzon* adalah pengobatan alam pikiran dan gangguan psikis melalui metode psikologis dengan cara mengubah pola pikir setiap individu yang mampu bebas dari prasangka buruk dan emosi yang lain. Dari teori ABCD dan teori *Husnudzon* tersebut yang nantinya akan digunakan oleh konselor ketika proses konseling berlangsung.

d. *Treatment* (Terapi)

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

Tahap selanjutnya ini adalah *treatment*. *Treatment* ini adalah penentuan terapi apa yang akan digunakan dalam membantu konseli. Dan *treatment* ini merupakan langkah dimana pengaplikasian pendekatan dari *Rational Emotive Therapy* yang bertujuan agar konseli menyadari dan memahami pikirannya yang irasional sehingga konseli akan mempunyai keinginan untuk merubah pola pikirnya yang irasional tersebut menjadi pola pikir yang rasional ataupun positif.

Konselor memulai langkah *treatment* dengan mengadakan pertemuan antara konselor dan konseli, meskipun konselor sebelumnya sama-sama belum saling mengenal satu sama lain dengan konseli tetapi untuk menghilangkan rasa canggung pada pertemuan pertama ini proses konseling dilakukan dengan cara tegur sapa, berbincang mengenai kabar konseli, keluarga konseli, kegiatan sehari-hari konseli, dan pekerjaan apa saja yang dilakukan konseli setiap harinya. Perbincangan ini dilakukan dengan hangat supaya membangun komunikasi yang lebih efektif antara konselor dan konseli dengan harapan bisa lebih kondusif lagi ketika pemberian bantuan. Karena dengan cara-cara tersebut, diharapkan kepada konseli bersedia untuk mengikuti langkah demi langkah dalam kegiatan proses konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy*.

Adapun tahapan-tahapan pelaksanaan pada pendekatan *Rational Emotive Therapy*, sebagai berikut:

1) Menyadarkan konseli bahwasanya pola pikir atas melanjutkan sekolahnya merupakan pikiran yang irasional dan ketidak logisan.

   Pada tahap ini, konselor membantu konseli untuk menyadarkan pola pikir irasionalnya sehingga konseli menyadari bahwa pola pikir irasionalnya tersebut tidak baik dan membuat perilakunya tidak bisa melanjutkan sekolahnya. Dengan adanya konseli

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

menyadari pikiran irasionalnya, konseli akan menyadari bahwa ia harus berusaha untuk mengubah pola pikirnya tersebut menjadi pola pikir yang rasional ataupun secara logis.

Dari hal tersebut, konselor menggunakan teori Antecedent Event (A), *Belief* (B), yang mana teori ini nantinya akan digunakan untuk merubah peristiwa-peristiwa dan keyakinan yang irasional konseli terkait masa depannya.

a) *Antecedent Event* (A)

Pada langkah sebelumya, konseli telah dibantu untuk menyadari pikiran irasional mengenai meneruskan sekolahnya dengan teori *Antecedent Event* (A) dan ini digunakan oleh konselor untuk segenap peristiwa luar yang dialami oleh individu. Peristiwa pendahulu yang merupakan suatu kejadian, fakta, ataupun tingkah laku orang lain, sehingga konseli benar-benar memahami pola pikir irasionalnya.

Setelah konselor mengetahui penilaian dari konseli mengenai masa depannya dan melalui ungkapan konseli bahwa melanjutkan sekolahnya merupakan masa depan yang tidak bisa dicapai karena konseli berasal dari keluarga yang *broken home* dan konseli hanya ingin patuh pada ibunya yang menginginkan konseli selalu merawat ibunya yang sedang mengalami tuna netra.

Kemudian konselor memberikan perumpamaan tentang pentingnya kita menuntut ilmu. Karena tugas seorang anak, hanyalah untuk menuntut ilmu. Walaupun konseli sebagai anak *broken home*, harus yakin dalam diri kalau anak *broken home* juga bisa berprestasi dan mempunyai mimpi yang jelas untuk masa depannya. Hal ini dilakukan

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

agar konseli sadar bahwa yang ia pikirkan tidak selalu buruk, selain itu juga agar konseli memahami bahwa perilaku konseli itu tidak baik karena meneruskan sekolahnya tersebut merupakan kewajiban konseli sebagai seorang anak.

b) *Belief* (B)

Pada langkah selanjutnya adalah tentang suatu keyakinan, pandangan, nilai, dan verbalisasi pada diri individu terhadap suatu peristiwa. Dan adanya keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional dan keyakinan yang tidak rasional. Keyakinan yang rasional disini merupakan berpikir atau sistem keyakinan yang tepat, dan masuk akal. Dan keyakinan yang tidak rasional, yaitu keyakinan atau sistem berpikir yang salah atau tidak masuk akal yang disertai dengan adanya emosional.

Kemudian pada langkah ini, konselor memberikan keyakinan yang baik terhadap konseli agar konseli dapat memilih mana hal yang baik untuk dirinya. Karena, jika konseli mempunyai kepercayaan atau keyakinan yang baik nantinya akan mendapatkan jalan yang baik juga pada dirinya. Apalagi meneruskan sekolah adalah keyakinan yang baik untuk bisa mendapatkan kesuksesan. Secara lebih spesifiknya dapat konselor jabarkan sebagai berikut:

1) Konselor berperan sebagai fasilitator untuk mendengarkan keluh kesah konseli mengenai kelanjutan sekolahnya, apa yang ingin konseli inginkan dari kelanjutan sekolah serta apa yang konseli lakukan terhadap meneruskan sekolahnya. Setelah menjelaskan keluh kesah mengenai hal tersebut, konselor memberikan

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

penjelasan mengenai pikiran yang tidak rasional mengenai jenjang studinya. Lalu, konselor melakukan dengan memberikan kepercayaan atau keyakinan bahwa sebaik atau seburuk apapun melanjutkan sekolahnya, tetaplah melanjutkan sekolah supaya bisa mencapai cita-cita yang ingin dicapainya dan jika sudah sukses bisa membantu dalam ekonomi keluarga. Walaupun disisi lain kondisi ekonomi keluarga yang memprihatinkan. Dan pada saat konseli merasakan pikirannya yang irasional, selanjutnya konselor mulai membuat konseli untuk semakin sadar akan perbuatannya.

2) Konselor meminta pada konseli untuk mengungkapkan perubahan apa saja yang terjadi sebelum dan sesudah keadaan keluarga *broken home*. Dari sini konseli mengungkapkan bahwa sebelum keluarganya *broken home* beberapa waktu lalu, konseli masih bisa merasakan keluarga yang seutuhnya dan apa yang ia inginkan masih bisa tercapai. Akan tetapi, setelah keluarganya mengalami broken home ia merasa kesal dan kecewa sekali atas ujian yang dihadapinya. Dari penyataan inilah, konselor menghubungkan pola pikir negatif konseli terhadap keluarganya dan kelanjutan untuk sekolah di perguruan tinggi (PT) karena konseli dari awal sudah melihat bahwa ia tidak mungkin bisa melanjutkan sekolahnya. Untuk itu konselor membawa konseli untuk melihat kebaikan-kebaikan yang sudah diberikan oleh Allah SWT yakni masih bisa diberikan kesehatan serta kenikmatan, bisa menjadi pribadi yang tangguh dan masih diberikan

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

kemudahan oleh Allah SWT untuk bisa mencari keuangan keluarga. Hanya saja karena persepsi konseli mengenai keluarganya yang *broken home* dan tidak bisa melanjutkan sekolahnya, ia mempunyai pikiran yang negatif ataupun irasional yang mana membuat konseli mudah merasa kesal, tidak tenang dan sedih dalam kehidupannya.

3) Konselor kemudian memberikan motivasi dan dukungan terhadap konseli agar konseli bisa terus berubah ke kondisi yang lebih baik dan lebih nyaman dari sebelumnya. Dan konseli juga harus bisa memaafkan kondisi keluarga yang kini telah dihadapinya.

Dan konselor juga menggunakan teori husnudzon untuk selalu menerima ketetapan dari Allah SWT serta akan dijauhkan dari perasaan-perasaan gelisah, takut, serta cemas. Sehingga konseli harus berprasangka baik terhadap Allah yaitu mempercayai Allah dan hanya kepada-Nya tempat mengadukan segala persoalan dan seluruh ridhanya dan batin harus selalu tenang dalam menghadapi segala sesuatu yang terjadi atau sesuatu yang dicita-citakan jika tidak sesuai dengan kehendak Allah. Dan juga berprasangka baik terhadap sesama manusia agar berpikir bahwa segala yang dilakukan orang lain itu adalah ada hal baik yang kemungkinan ia tidak mengetahuinya.

2) Meminta konseli untuk membuat rencana perubahan yang nantinya dapat mengubah pola pikirnya yang irasional terhadap masa depannya.

Untuk membantu konseli membuat rencana perubahan konselor menggunakan teori *Emotional consequence* (C) untuk melatih konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu.

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

Kemudian konselor memperkuat dengan menggunakan teori *Desputing* (D) dengan tujuan untuk menentang pikiran-pikiran yang nantinya cenderung mengalahkan diri sendiri dan mengalahkan nilai irasional yang tidak akan bisa dibuktikan.

a) *Emotional consequence* (C)

Setelah konseli mengetahui dan sadar atas pemikirannya yang irasional terhadap kelanjutan sekolahnya dan konseli sadar bahwa ia harus mengubah pola pikir yang irasional tersebut menjadi pola pikir rasional. Jadi, konselor membawa konseli untuk membuat rencana perubahan, dimana rencana perubahan ini yang akan menjadi tugas perubahan yang konseli praktikan di rumah. Rencana tersebut merupakan rencana yang dipikirkan dan dibuat sendiri oleh konseli.

Kemudian rencana perubahan tersebut supaya konseli dapat menghilangkan kepercayaan diri yang dimiliki dirinya dan juga membantu konseli untuk membiasakan diri dengan merespon sesuatu yang positif atau rasional. Rencana tersebut, yaitu:

1) Mengucap kalimat-kalimat Allah atau dengan kata istighfar disaat konseli merasa ingin marah atau befikiran yang negatif dalam hal apapun. Dan ini dilakukan untuk melatih konseli untuk tetap tenang, sabar, dan berfikir positif dalam menilai sesuatu apapun.
2) Bersabar dalam mengurus sang ibu disaat mengalami tuna netra, walaupun sang ibu awalnya tidak menginginkan konseli untuk melanjutkan sekolahnya di jenjang

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

perguruan tinggi, namun sang Ibu di kemudian hari terketuk hatinya dan memperbolehkan konseli untuk bisa melanjutkan sekolahnya. Hal ini yang akan membantu konseli untuk membiasakan diri bersikap rasional terhadap dirinya sendiri.

3) Bekerja lebih semangat lagi untuk ibu dan adiknya dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Dan ini semua dilakukan untuk menghilangkan konsekuensi emosional yang dialami saat keluarganya sudah *broken hom*e. Dan walaupun kakak-kakaknya tidak bisa memberikan uang yang banyak kepada adiknya dan Ibunya, kakak-kakaknya akan berusaha untuk membiayai konseli untuk melanjutkan sekolahnya di perguruan tinggi (PT). Tapi, disaat konseli bisa meneruskan kuliahnya sang Ibu nantinya akan diurus oleh kakak ketiga (perempuan).

Setelah konseli menyusun rencana perubahan-perubahan untuk mengubah pikirannya yang irasional, kemudian konselor membimbing konseli supaya konseli bisa berkomitmen dan akan melaksanakannya dengan baik. Dalam hal ini konselor memberikan motivasi-motivasi kepada konseli dengan cara meyakinkan konseli dapat mengatur pola emosionalnya dengan baik. Dan dilakukan untuk membangun kepercayaan diri konseli akan potensinya yang dapat dirubah.

b) *Desputing* (D)

Teori ini dipilih karena konselor akan memberikan dorongan-dorongan kepada konseli untuk mengubah perilaku yang logis atau rasional dengan memberikan pujian. Teori ini bertujuan untuk menentang pikiran terhadap keinginannya

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

untuk melanjutkan sekolahnya dan mengalahkan nilai irasionalnya menjadi yang positif atau rasional.

Selain itu, konselor juga mengarahkan pada konseli kepada perilaku yang tetap memegang konsep agama yaitu dengan meningkatkan keimanan supaya konseli juga lebih bisa mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan cara membiasakan konseli untuk sholat tepat pada waktunya dan perbanyak doa agar mendapatkan ketenangan, kebahagiaan lahiriyah maupun batiniyah serta medapatkan petunjuk jalan yang terbaik untuk kehidupan yang akan datang. Dan juga dapat berinteraksi dengan masyarakat atau yang lainnya.

Setelah konseli mengungkapkan perasaan-perasaan yang dialaminya selama ini kepada konselor, sekarang konseli merasa lega dan mulai menemukan kesadarannya terhadap keadaan keluarganya yang *broken home* dan membuatnya menjadi berpikir yang tidak logis atau irasional. Konseli juga akan mencoba untuk tetap bisa melanjutkan sekkolahnya ke jenjang Perguruan Tinggi (PT) yang ia inginkan untuk menggapai cita-citanya

Tabel 4. 5

Rational Emotive Therapy (RET) Dengan Teori ABCD

1. Menyadarkan konseli bahwasanya pola pikir atas melanjutkan sekolahnya merupakan pikiran yang irasional dan ketidak logisan. Konselor menggunakan teori Antecedent Event (A) untuk segenap peristiwa luar yang dialami oleh individu, *Belief* (B) tentang suatu keyakinan, pandangan, nilai, dan verbalisasi pada diri individu terhadap suatu peristiwa.

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

2. Meminta konseli untuk membuat rencana perubahan yang nantinya dapat mengubah pola pikirnya yang irasional terhadap masa depannya. konselor menggunakan teori *Emotional consequence* (C) untuk melatih konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu. Kemudian konselor memperkuat dengan menggunakan teori *Desputing* (D) dengan tujuan untuk menentang pikiran-pikiran yang nantinya cenderung mengalahkan diri sendiri dan mengalahkan nilai irasional yang tidak akan bisa

Selanjutnya, konselor memberikan adanya suatu penguatan dan motivasi-motivasi baik untuk meningkatkan kesadaran konseli yaitu dengan cara melalui ajaran agama islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan Al-Hadis. Terdapat dalam konseling islam juga dijelaskan agar konseli dapat mengembangkan potensi atau fitrah yang beragama dan dapat berpikir serta berkembang dengan sempurna dan konseli sadar akan nilai-nilai, konsep belajar dalam agama Islam sehingga bisa diterapkan pada dirinya. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Quran pada Q.S Ar-Rum: 30, sebagai berikut.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّيْنِ حَنِيْفًا ۚ فِطْرَتَ اللهِ الَّتِيْ فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لاَ تَبْدِيْلَ لِخَلْقِ اللهِ ۚ ذٰلِكَ الدِّيْنُ الْقَيِّمُ وَ لَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُوْنَ.

Artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah, (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui". (Q.S Ar-Rum: 30)

Dengan adanya suatu dalil yang bersumberkan dari Al-Qur'an tersebut, bertujuan agar konseli mampu

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

menyelesaikan masalah-masalah yang ada pada dirinya yang menganggap dirinya tidak mampu atau tidak percaya untuk bisa menggapai apa yang ingin dicapai. Agar konseli juga bisa berpikir rasional kembali bahwa dirinya adalah makhluk Allah SWT yang diciptakan dengan sebaik-baiknya dan Allah melarang bagi hambanya untuk selalu berbuat putus asa, karena sesungguhnya Allah SWT Maha Pengampun dengan segala dosa yang telah diperbuat oleh hambanya. Q.S At-Tin: 4.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيْمٍ

Artinya: "Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya".[87] (Q.S At-Tin: 4)

Disaat musibah datang bukan berarti kita lupa untuk kembali kepada Allah SWT untuk mendapatkan kenikmatan kembali. Dan disaat orang berpikir kita tidak akan mungkin bisa meraih apapun, disaat orang meremehkan kemampuan kita, tetaplah bersemangat dan yakin pada Allah SWT Yang Maha Mendengar segala dosa. Kepada Dia-lah kita dapat meminta dan harus yakin akan dikabulkan oleh-Nya. Yang artinya: "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Ku perkenankan bagimu" (Q.S Ghafir: 40)

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa, jangan pernah takut bermimpi, jangan merasa tidak mungkin tercapai. Bukankah ada Allah SWT? Karena Allah SWT Maha Mendengar segala doa hambaNya. Dengan apapun mimpi yang ingin kita raih, meski rasanya mustahil tetap yakin saja pasti bisa atas bantuan Allah Ta'ala. Tetapkan

---

[87] TNI Angkatan Darat, *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*, (Jakarta: PT. Sari Agung, 2002), hal. 1254.

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

langkah yang harus diiringi doa beserta tawakkal. Dan setelah ada kesulitan pasti ada kemudahan.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: "Sesungguhnya ada kesulitan pasti ada kemudahan".[88] (Q.S Al-Insyiroh: 5)

Dan dari firman Alah SWT dalam Q.S Adh-Dhuha: 3, yang berbunyikan.

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

Artinya: "*Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu*". (Q.S Adh-Dhuha: 3)

Hal ini dapat ditafsirkan bahwa Allah melarang makhluk-Nya untuk berprasangka buruk dan ayat tersebut juga dijadikan dasar bahwa dalam menghadapi permasalahan hendaknya memahami secara positif dan meyakini bahwa Allah selalu bersama dengan hamba-Nya dan akan memberi pertolongan bagi siapapun. Dan ini berkaitan dengan berpikir positif yaitu kemampuan cara berpikir seseorang yang bebas dari segala kompleksitas, kebencian, prasangka, dan berbagai emosi yang lainnya. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa teori *Husnudzon* memiliki kesamaan arti dengan berpikir positif.

Setelah konseli diberi penguatan melalui ajaran Islam atau ayat-ayat Al-Qur'an, maka konseli mulai menyadari dan mengerti bahwa ia telah berpikir positif atau irasional untuk kelanjutan studinya. Dengan membaca ayat-ayat Al-Qur'an dan Al-Hadis serta menjelaskan makna (maksud), bahwasanya konseli menyadari bahwa perilakunya tersebut selama ini salah dan ingin menjadi seseorang yang bersabar jika mempuyai masalah apapun.

---

[88] TNI Angkatan Darat, *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*, (Jakarta: PT. Sari Agung, 2002), hal. 1253.

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

Dan berakhirnya dalam proses *treatment* ini, maka konselor dan konseli melakukan evaluasi kembali perasaan konseli yang dirasakan pada saat ini. Konseli merasakan lega karena perasaan dan keinginannya selama ini yang ia pendam sudah bisa ia utarakan. Pelajaran yang konseli dapat dari *treatment* ini, bahwa konseli akan terus berusaha dan bersemangat untuk mencapai cita-citanya yang ia impikan dan selalu mengingat perkataan "setiap ada kesulitan, pasti ada jalan kemudahan" dan mencoba menjadi pribadi yang lebih baik lagi dengan tuntunan ajaran Islam.

e. **Evaluasi dan *Follow Up***

Pada tahap akhir ini, konselor menindak lanjuti apa yang terjadi pada konseli serta mengontrol kegiatan-kegiatan konseli dengan melihat perubahan dan kemauan apa yang ada pada konseli, bukan karena paksaan tapi dengan kesadaran konseli sendiri dengan memberikan proses konseling. Dan untuk menindak lanjuti permasalahan ini (*follow up*), konselor melakukan observasi dan wawancara kembali dengan mencari tahu tentang perubahan apa saja yang terjadi serta perkembangan-perkembangan apa saja terhadap konseli melalui orang-orang terdekatnya, yaitu: teman konseli, dan guru BK konseli.

Dengan melihat suatu keadaan-keadaan yang dihadapi konseli sekarang yang semakin membaik dan konseli juga dapat menerima kenyataan bahwa dirinya harus tetap maju dan semangat untuk mencapai cita-cita yang tinggi walaupun konseli mempunyai latar belakang masalah yang tidak diinginkannya. Meskipun perubahan tersebut secara bertahap, tetapi konselor melihat banyak perubahan dalam diri klien. Akhirnya klien menyadari bahwasanya pikiran yang irasional itu hanya ketakutan belaka konseli. Realitasnya semua itu sang ibu hanya

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

takut sendirian di rumah tetapi ada sang adik yang bisa menemani sang ibu. Dan konseli masih mempunyai banyak kesempatan untuk terus memperbaiki diri dan pola pikirnya untuk terus berkembang.

2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* Di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Hasil dari perkembangan konseli setelah melakukan proses konseling sampai tahap evaluasi dan *follow up* atau tindak lanjut akan dijadikan tolak ukur perubahan pada diri konseli. Untuk mengetahui perubahan, maka konselor melakukan pengamatan dan wawancara kepada teman dekat konseli.

Dari informasi yang didapatkan oleh konselor, konseli sudah mengurangi berfikir negatif ketika keadaan emosinya tidak stabil, konseli terlihat lebih bisa mengontrol emosinya sehingga tidak mudah untuk berpikir yang irasional, konseli berbicara sesuai keadaan yang sedang terjadi dan mulai untuk berkata jujur karena mempunyai karakter yang perassa, dan kebiasaan suka menyendiri masih dilakukan konseli ketika sedang di sekolah maupun di luar sekolah.[89] Konseli berusaha untuk berubah menjadi lebih baik. Pengamatan perkembangan ini dilakukan konselor lima hari setelah langkah evaluasi dan *follow up* dilaksanakan.

Dalam perubahan konseli terdapat 2 dari 3 perilaku pikiran irasional yang dapat dirubah menggunakan

[89] Hasil wawancara kepada teman konseli pada tanggal 23 November 2019

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

Rational Emotive Therapy (RET) ini yaitu berfikir negatif dan perasa. Sedangkan suka menyendiri masih dalam keadaan tetap.

C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)

Untuk mengetahui perubahan konseli setelah proses konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menangani pikiran irasional konseli dari tahap awal sampai akhir, dan konselor telah mencari informasi mengenai perubahan perilaku dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap sumber data penyajian, yaitu data primer (konseli) dan data sekunder (orang tua konseli, guru bimbingan dan konseling, dan teman konseli). Dalam hasil penelitian ini, perubahan konseli dapat dilihat dari perspektif teori dan perspektif Islam, yaitu:

1. Perspektif Teori

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori A-B-C-D, yaitu dengan membandingkan teori dengan data yang berada di lapangan.

a. Analisis Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Penjelasan perbandingan data merupakan tahapan konseling yang sudah dipaparkan dalam penyajian data, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi dan *follow up*. Berikut adalah penjelasan analisis data tentang proses pelaksanaan yang dijelaskan dalam table sebagai berikut.

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

Tabel 4. 6
Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1	**Identifikasi Masalah:** Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada konseli.	Konselor melakukan pengumpulan data untuk mengetahui lebih dalam masalah apa yang sedang dihadapi konseli dan gejala apa saja yang terjadi terhadap konseli. Konselor menggali informasi dengan melakukan wawancara dan observasi terhadap konseli, Guru Bimbingan Konseling dan teman dekat konseli. Dari pengamatan yang konselor lakukan, maka konselor menemukan gejala pikiran irasional konseli yaitu tidak yakin dan pesimis.
2	**Diagnosis:** Menetapkan masalah apa yang dialami konseli beserta latar belakang penyebab masalahnya.	Dari hasil pengumpulan data yang telah dilakukan pada identifikasi masalah, maka konselor menetapkan bahwa konseli mengalami masalah keluarga, yaitu *broken home*. Kurangnya perhatian dan perlakuan

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

		ayahnya yang jarang pulang (tidak perduli) dan konseli berusaha bekerja keras untuk mencari nafkah untuk kehidupannya beserta ibu dan adiknya dikarenakan sang ibu mengalami tuna netra dan sang kakak sudah berkeluarga. Konseli tinggal hanya bertiga dengan ibu dan adiknya karena ayah dan ibunya sudah bercerai dan sudah tidak serumah. Keinginan besar konseli yang membuat dirinya menjadi orang yang berpikiran irasional.
3	**Prognosis:** Menentukan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli dan sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli.	Konselor menetapkan jenis bantuan berdasarkan identifikasi masalah dan diagnosis yang telah dijelaskan. Maka, pemberian bantuan melalui konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy* untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat *broken home*.

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

		Konseling Islam bertujuan untuk dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama sesuai ajaran Islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan Hadist. Sedangkan *Rational Emotive Therapy* bertujuan untuk memperoleh kesadaran konseli berpikir yang tidak logis atau irasional tentang masalah yang dihadapi saat ini. Konselor akan memberikan ayat Al-Qur'an sebagai nilai dalam konseling Islam
4	***Treatment*:** Proses pemberian bantuan terhadap klien berdasarkan prognosis. Adapun terapi yang digunakan adalah terapi *Rational Emotive Therapy* dengan teori A-B-C-D adalah sebagai berikut:	Pemberian bantuan yang sudah konselor susun pada prognosis akan konselor terapkan pada tahap treatment: a. Konseli diminta untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan konseli saat ini (keadaan sekarang). Menurut pernyataan konseli, kekurangan konseli berupa perasaan yang kurang

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

	a. Konseli diminta untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan dalam diri konseli. b. Konselor memberi tahu konseli dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy,* yaitu agar konseli menyadari dan memahami pikirannya yang irasional sehingga konseli akan mempunyai keinginan untuk merubah pola pikirnya yang irasional tersebut menjadi pola pikir yang rasional ataupun positif. Adapun tahapan-	percaya diri (tidak bisa melanjutkan sekolahnya) jika apa yang diinginkannya apakah bisa sesuai dengan apa yang ia inginkan. Jika kelebihan konseli, ia berusaha keras untuk memenuhi keuangan keluarga dan untuk diriya sendiri. Konseli juga diminta untuk mengidentifikasi pikiran irasional yang sedang bermasalah dengan konseli. Dan konseli telah menyatakan bahwa konseli tidak bisa melanjukan studinya dan menggapai cita-cita yang diinginkannya. b. Adapun tahapan-tahapan pelaksanaan pada pendekatan *Rational Emotive Therapy* dengan teori A-B-C-D, yaitu:

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

	tahapan pelaksanaan pada pendekatan *Rational Emotive Therapy* dengan teori A-B-C-D, yaitu: 1) Menyadarkan konseli bahwasanya pola pikir atas melanjutkan sekolahnya merupakan pikiran yang irasional dan ketidak logisan. Dari hal tersebut, konselor akan menyadari konseli dengan teori	1) Menyadarkan konseli bahwasanya pola pikir atas melanjutkan sekolahnya merupakan pikiran yang irasional dan ketidak logisan. Dari hal tersebut, konselor akan menyadari konseli dengan teori *Antecedent Event* (A) dan *Belief* (B). a) *Antecedent Event* (A) Disini konseli adalah anak akibat *broken home* dan ia tidak mungkin bisa melanjutkan sekolahnya, namun ia mempunyai sebuah cita-cita yang ingin ia

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

	Antecedent Event (A) dan *Belief* (B). *a. Antecedent Event* (A) Pada langkah ini, untuk mengetahui kejadian, fakta, ataupun tingkah laku orang lain yang sedang dihadapi *b. Belief* (B) Pada langkah ini merupakan suatu keyakinan, pandangan	gapai. Dan konselor memberikan perumpaan tentang pentingnya menuntut ilmu, karena konseli mempunyai mimpi yang jelas tetapi ia berfikir irasional bahwasanya ia tidak bisa melanjutkan sekolahnya tersebut. b) *Belief* (B) Dan disini klien dalam *Antecedent Event* (A) sudah menjelaskan kalau ia tidak yakin untuk bisa meneruskan sekolahnya. Kemudian konselor memberikan

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

	ataupun nilai seseorang. 2) Meminta konseli untuk membuat rencana perubahan yang nantinya dapat mengubah pola pikirnya yang irasional terhadap masa depannya. Dari hal tersebut, konselor akan menyadari konseli dengan teori Emotional Consequence (E) dan	keyakinan yang baik kepada konseli untuk bisa meneruskan sekolahnya tersebut sebagai berikut: 1. Konselor sebagai fasilitator untuk mendengarkan keluhkesah konseli mengenai apa yang diinginkan terhadap kelanjutan sekolah dan apa saja yang dilakukan saat meneruskan sekolahnya. Disini konseli harus bisa melanjutk

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

	Desputing (D). a. Emotional Consequence (E), yaitu untuk melatih konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu. b. Desputing (D), yaitu untuk menentang pikiran-pikiran yang nanti	an sekolahnya agar bisa mencapai cita-cita yang diinginkannya agar bisa membantu keadaan keluarga perihal ekonomi. 2. Konselor meminta pada konseli untuk bisa mengungkapkan perubahan apa saja yang terjadi dan sesudah keadaan keluarga *broken*

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

	nya cenderung mengalahkan diri sendiri dan mengalahkan nilai irasional yang tidak akan bisa dibuktikan. c. Setelah pendekatan teori A-B-C-D selesai, maka konseli diminta untuk mendiagnosis perasaan-perasaannya. d. Tahap akhir mengevaluasi untuk kefektivan	*home*. Sebelum *broken home* ia masih bisa merasakan keluarga yang utuh dan apa yang ia inginkan bisa tergapai, dan sesudah broken home ia mengalami keadaan ekonomi yang kurang sekali sehingga ia harus bekerja untuk menafkahi ibu

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

	pendekatan *Rational Emotive Therapy* dengan teori A-B-C-D dalam keberhasilan konseli mengungkapkan perasaannya.	dan adiknya. Disini ia mulai berfikir irasional bahwasanya ia tidak bisa melanjutkan sekolahnya. 3. Konselor memberikan dukungan dan motivasi terhadap konseli. Dalam dukungan atau motivasi disini, yaitu

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

		konseli harus bisa memaafkan kondisi keluarga yang kini dihadapinya, karena bagaimana pun Allah SWT punya banyak cara untuk hamba-Nya bisa bangkit dari keterpurukannya. 2) Meminta konseli untuk membuat rencana perubahan yang nantinya dapat

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

		mengubah pola pikirnya yang irasional terhadap masa depannya. a. *Emotional consequence* (C) Membuat rencana perubahan oleh konseli agar konseli dapat menghilangkan kepercayaan diri yang ia miliki bersifat negatif dan juga membantu konseli membiasakan diri dengan merespon sesuatu yang positif (rasional) serta membangun

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

		kepercayaan konseli. 1. Mengucap kalimat-kalimat Allah SWT dengan kata istighfar dan melatih konseli untuk tetap berperilaku tenang, sabar untuk bisa menghilangkan rasa amarah dan berfikir negatif atau irasional. 2. Bersabar dalam mengur

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

		us sang ibu walaupun kondisi tuna netra dan tidak menginginkan dirinya untuk melanjutkan sekolahnya, tapi konseli harus yakin bahwa ia bisa melanjutkan sekolahnya dan juga merawat sang ibu. 3. Bekerja lebih semang

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

		at lagi walaupun keadan ekonomi setelah *broken home* tidak cukup untuk keluarganya. b. *Desputing* (D) Konselor memberikan dorongan semangat untuk konseli supaya bisa menentang pikiran irasionalnya untuk bisa melanjutkan sekolahnya di perguruan tinggi (PT). c. Setelah proses teori A-B-C-D selesai, maka

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

		konseli diminta untuk mendiagnosis perasaannya. Konseli merasa lega karena sudah bisa mengungkapkan perasaaan dan keinginannya selama ini yang ia pendam. Ia menyadari bahwa keadaan yang membuat dirinya berpikir irasional. Dan konselor memberikan penguatan berupa konseling Islam dengan memaknai Q.S Ar-Rum: 30 tentang fitrah manusia, Q.S At-Tiin: 4 tentang sebaik-baiknya manusia dan Q.S Al-Insyiroh: 5 tentang setiap kesulitan pasti ada kemudahan. d. Setelah mendiagnosis perasaan, konseli

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

		bersama konselor akan mengevaluasi kembali perasaan yang dirasakan pada saat ini. Konseli menyadari bahwa ia telah melakukan pikiran irasional terhadap dirinya untuk tidak bisa melanjutkan sekolah di perguruan tinggi (PT). Konselor menanyakan perasaannya saat ini dan konseli menyatakan perasaannya bahwa ia sudah lega karena telah mengungkapkan perasaan dan keinginnanya selama ini terpendam. Konseli juga mendapatkan pelajaran dari treatment, yaitu fitrah manusia di bumi ini, sebaik-baiknya manusia dan setiap

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

		kesulitan pasti ada kemudahan. Konseli juga berusaha untuk mengurangi ketidak percayaan diri, perasa, dan suka menyendiri karena konseli sadar bahwa itu semua merupakan perilaku yang tidak baik untuk dilakukan pada dirinya.
5	**Evaluasi dan *follow up*:** Tahap akhir dalam proses konseling untuk meninjau kembali dalam keberhasilan *treatment* yang telah dilakukan.	Evaluasi dalam tahap ini dilakukan bersama oleh konselor dan konseli. Untuk mengetahui perubahan perasaan yang dialami konseli. Konseli merasakan bahwa perasaannya saat ini sudah lebih baik daripada sebelum terjadi proses konseling. Konseli telah sadar dengan keadaannya saat ini. Follow up akan dilakukan konseli untuk mengurangi pikiran

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

		irasionalnya. Konseli juga belajar untuk menyadari dan berusaha untuk mengurangi ketidak yakinan dalam dirinya, perasa dan suka menyendiri. Dan konseli harus bisa berusaha untuk merubah akhlaknya menjadi yang lebih baik lagi sesuai tuntunan ajaran Islam yang dianutnya.

b. Analisis Hasil Pelaksanaan Konseling Islam dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy (RET)* untuk Menangani Pikiran Irasional Seorang Anak Akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

Untuk mengetahui perubahan konseli setelah proses konseling Islam dengan *Rational Emotive Therapy*, maka konselor menganalisis keadaan konseli sebelum melakukan proses dan setelah melakukan proses konseling. Tingkat keberhasilan hasil pelaksanaan dapat dilihat dari perubahan konseli yang terjadi setelah proses konseling berlangsung.

Konselor juga melakukan wawancara dan observasi kepada konseli setelah melakukan proses konseling. Konselor memberikan penguatan dan motivasi kepada konseli agar dapat membuka pikiran konseli sehingga konseli dapat menemukan

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

pikirannya yang rasional atau logis. Jika konseli sudah mendapatkan kesadarannya maka ia akan melakukan perubahanseta perkembangan apa saja yang ada dalam hidupnya secara bertahap. Perubahan dalam diri konseli sesuai dengan yang sudah dijelaskan dalam evaluasi dan *follow up*, bahwa konseli telah sadar akan menerima kenyataan bahwa dirinya bisa maju dan tetap semangat untuk menggapai cita-cita yang tinggi walaupun latar belakang konseli tidak memungkinkan untuk dicapainya. Konseli juga telah melawan ketakutan belakanya karena sang ibu tidak membolehkan konseli untuk melanjutkan studinya di perguruan tinggi (PT), karena ia berpikir "*kesuksesanku juga nanti akan mendapatkan kebaikan untuk masa depanku dan keluargaku*". Dan konseli juga sudah mulai berusaha untuk bergaul atau berteman dengan sekelilingnya agar mendapatkan informasi-informasi tentang perkuliahan nantinya.

Konseli melakukan perubahan dalam diri memang tidak mudah jika tidak ada penguat dalam diri konseli. Maka dari itu, konselor memberikan penguatan berupa ajaran Islam mengenai sebaik-baiknya manusia diciptkan oleh Allah SWT dan setiap ada kesulitan pasti ada jalan menuju kemudahan. Disini konseli semakin sadar akan perilakunya yang berfikir irasional dikarenakan kondisi keluarga yang sudah *broken home*. Dan konseli memahami ajaran Islam melalui ayat Al-Qur'an yang sudah diberikan oleh konselor dan konseli berusaha untuk berfikir rasional untuk bisa menggapai cita-cita yang diinginkannya.

Hasil dari perkembangan konseli disertai dengan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling

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

dan teman dekat konseli. Guru bimbingan dan konseling menuturkan bahwa keadaan konseli di kelas sekarang sudah terlihat membaik dari sebelumnya. Kondisi sebelumnya terlihat jelas, jika konseli sangat tidak yakin bisa melanjutkan studinya di perkuliahan dan sekarang setelah proses konseling dilakukan, terjadi perubahan pada konseli karena ia bersemangat dan yakin untuk bisa terus bersemangat menggapai cita-cita yang diinginkannya. Dan dari teman konseli menuturkan bahwa, ketika konseli berada di kelas atau sedang bermain dengan temannya yang lain konseli selalu sumringah (tersenyum) yang dulunya suka menyendiri dan hanya bermain dengan teman yang konseli dekati saja dan ketika masalah apapun yang konseli hadapi selalu diterima dengan ikhlas karena membawa perasaan yang buruk akan berdampak buruk juga pada diri konseli.

Dan yang dialami konseli sekarang, yaitu tinggal berusaha atau bersungguh-sungguh, bertawakal dan berikhtiar pada Allah SWT untuk menggapai cita-citanya bisa melanjutkan studinya di perguruan tinggi (PT). dari semua perubahan yang telah dirasakan oleh konseli dapat menjadi tolak ukur evaluasi dan *follow up Rational Emotive Therapy* dengan teori A-B-C-D terhadap perubahan pikiran irasional konseli, dan kemauan konseli untuk melakukan perubahan-perubahan tersebut. Adapun keberhasilan proses konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* dapat dilihat dari tabel sebagai berikut.

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

Tabel 4. 7
Perubahan Sebelum dan Sesudah Proses Konseling

No	Kondisi Konseli	Sebelum Konseling			Sesudah Konseling		
		A	B	C	A	B	C
1	Berfikir Negatif	√				√	
2	Perasa		√				√
3	Suka Menyendiri		√			√	

Keterangan:
A: Sering
B: Kadang-Kadang
C: Tidak Pernah

Dari tabel di atas tersebut dapat terlihat perubahan-perubahan konseli bahwa ada penurunan dari kategori sering menjadi kadang-kadang. Meskipun ada perubahan yang tetap dari kadang-kadang masih tetap terlihat kadang-kadang. Dengan ini, konseli sudah bisa mengontrol pikiran irasionalnya untuk bisa melanjutkan studinya agar tercapai cita-cita yang diinginkannya.

2. Perspektif Islam

Setelah melakukan proses pelaksanaan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat *broken home*, maka peneliti mengetahui bagaimana hasil dari perubahan terhadap diri konseli sebelum dan sesudah diberikan terapi. Dan berdasarkan hasil dari

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

penelitian yang telah dilakukan, dengan proses konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat broken home terdapat di dalamnya ajaran Islam yang diberikan untuk penguatan konseli dalam melakukan perubahan konseling Islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan Al-hadis sebagai pedoman konseli untuk bisa menjalankan hidupnya lebih baik lagi.

Pertama, konselor memberikan suatu penguatan kepada konseli berupa ayat Al-Qur'an, sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S Ar-Rum: 30 yang berbunyi:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّيْنِ حَنِيْفًا ۚ فِطْرَتَ اللهِ الَّتِيْ فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لاَ تَبْدِيْلَ لِخَلْقِ اللهِ ۚ ذٰلِكَ الدِّيْنُ الْقَيِّمُ وَ لٰكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُوْنَ.

Artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah, (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui". (Q.S Ar-Rum: 30)

Dari ayat tersebut, ayat ini sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh konseli yaitu untuk bisa berpegang teguh pada syariat dan fitrah yang utuh dimana agama tersebut agama yang tegak dan lurus. Karena, kita sebagai hamba Allah SWT harus percaya akan kebesaran-Nya untuk bisa mengabulkan permintaan yang kita inginkan, akan tetapi orang tidak mengetahui akan kebesaran-Nya. Setelah itu, konseli diminta untuk merenungkan makna dan penjelasan dari ayat tersebut agar mendapatkan kesadaran bahwa Allah SWT kapan pun bisa mengabulkan doa atau permintaan apa yang kita inginkan dan tidak berpikiran yang

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

irasional atau tidak logis terhadap dirinya yang belum mencoba atau berusaha.

Kedua, konselor memberikan ayat lagi sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S At-Tiin: 4 yang berbunyi:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيْمٍ

Artinya: "Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya". (Q.S At-Tiin: 4)

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa subjek sumpahnya, yaitu Allah SWT karena telah menciptakan manusia dalam bentuk yang paling baik dan rupa yang paling sempurna, tegak jalannya dan sempurna, serta baik semua anggota tubuh maupun sifatnya. Dan ayat ini sudah jelas, bahwasanya konseli juga harus mempunyai sifat yang baik terhadap siapa pun termasuk kepada keluarga, teman, atau di sekelilingnya dan tidak boleh memiliki sifat yang suka perasa, tidak yakin, atau suka menyendiri. Dan dalam firman Allah SWT Q.S Fathir: 4 "*Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Ku perkenankan bagimu*". Maka ayat ini pun sudah jelas, apa yang kita inginkan harus banyak-banyak berdoa, maka In Syaa Allah akan Allah kabulkan walaupun itu tidak secara langsung tapi kita juga harus banyak-banyak bertawakal.

Ketiga, konselor memberikan ayat yang terakhir dalam firman Allah SWT Q.S Al-Insyiroh: 5.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: "Sesungguhnya ada kesulitan pasti ada kemudahan" (Q.S Al-Insyiroh: 5)

Keempat, konselor memberikan penguatan juga dari firman Alah SWT dalam Q.S Adh-Dhuha: 3, yang berbunyikan.

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

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

Artinya: "*Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu*". (Q.S Adh-Dhuha: 3)

Hal ini dapat ditafsirkan bahwa Allah melarang makhluk-Nya untuk berprasangka buruk dan ayat tersebut juga dijadikan dasar bahwa dalam menghadapi permasalahan hendaknya memahami secara positif dan meyakini bahwa Allah selalu bersama dengan hamba-Nya dan akan memberi pertolongan bagi siapapun. Dan apapun permasalahan yang dihadapi oleh konseli, harus bisa bersikap *husnudzon* (berprasangka baik) terhadap keinginan bisa melanjutkan sekolahnya di perguruan tinggi (PT) karena segalanya di dunia dan di akhirat hanyalah milik Allah SWT.

Konselor memberikan ayat ini untuk mengingatkan konseli bahwa setiap apapun yang kita hadapi merasa kesulitan pasti ada jalan kemudahan untuk kita bisa keluar dari jalan yang tidak bisa kita hadapi tersebut. Karena jika kita mau berusaha, pasti Allah akan membantu kita jika terus bersungguh-sungguh dan yakin bisa meraihnya. Dengan begitu, konseli mendapatkan penguatan dan kesadaran untuk merubah pikiran irasional yang ada pada dirinya.

Pada perubahan yang ditunjukkan oleh konseli berupa gejala yang terjadi pada pikiran irasional disebabkan oleh keluarga akibat *broken home*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menggunakan konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) untuk menangani pikiran irasional seorang anak akibat broken home dikategorikan cukup berhasil, karena konseli telah mengalami perubahan pikiran irasional yang diinginkan 2 dari 3 perilaku tercapai dengan baik.

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

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

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan beserta data-data yang diperoleh oleh peneliti, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dari data yang sudah diperoleh dari informan dengan proses konseling berupa identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, evaluasi dan *follow up*. Dan gejala-gejala yang Nampak pada konseli sebelum proses konseling adalah berfikir negatif, perasa dan suka menyendiri. Gejala tersebut merupakan gejala pikiran konseli yang irasional.
2. Hasil akhir dalam pelaksanaan konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik dapat dikatakan cukup berhasil, karena konseli telah mengurangi perbuatan berfikir negatif serta perasa terhadap dirinya atau di sekitarnya. Dan perbuatan suka menyendiri masih suka dialami oleh konseli.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai konseling Islam dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sebuah kesempurnaan. Maka, peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya menyempurnakan hasil penelitian ini. Dan berdasarkan hasil

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

penelitian yang diperoleh, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Konselor

   Penelitian ini menjelaskan tentang konseling islam melalui pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik. Dan dalam penelitian ini peran seorang konselor sangatlah penting dan dikomparasikan dengan teori ABCD yang ada pada pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET). Maka, untuk mencapai harapan tersebut alangkah baiknya bila peneliti memperkaya akan ilmu melalui aktivitas membaca dan berdiskusi mengenai pendekatan-pendekatan konseling.

2. Konseli

   Untuk konseli hendaknya berusaha untuk menghilangkan rasa ketidak percayaan diri dan tidak selalu berfikir yang negatif atau berfikir yang irasional dengan tujuan melanjutkan sekolah di Perguruan Tinggi (PT). Agar konseli bisa semangat untuk meraih cita-cita yang diinginkannya selama ini.

3. Sekolah

   Alangkah baiknya, dari pihak sekolah mencoba untuk membantu siswanya dengan memberikan perhatian-perhatian serta pengertian (saran) pada siswa agar menjadi lebih baik, dan sekolah bisa memberikan keringanan perihal biaya sekolah untuk siswa atau siswinya yang mengalami kerendahan ekonomi.

4. Pembaca

   Dalam penelitian ini diharapkan kepada pembaca dapat menjadi wawasan dan menjadi sumber informasi tentang bagaimana cara mengatasi pikiran irasional seorang anak. Dan penelitian ini, dapat menjadi referensi

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

apabila pembaca menjumpai masalah yang sama dengan penelitian ini.

5. Peneliti Selanjutnya

   Dalam penelitian ini, diperlukan adanya upaya untuk meneliti lebih lanjut agar dapat menyempurnakan hasil penelitian ini terhadap keefektifan konseling islam melalui pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat korban *broken home* di SMA Nahdlatul Ulama (SMANU) 1 Gresik.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadarkan bahwa dalam penelitian ini memiliki keterbatasan, dan keterbatasan tersebut, yaitu:

1. Peneliti hanya melakukan penelitian dengan satu orang saja, karena setiap individu seseorang mempunyai latar belakang yang berbeda-beda dan membuat hasil tidak dapat digeneralisasikan dengan baik.
2. Peneliti melakukan penelitian tidak melibatkan anggota keluarga yang lainnya kecuali ibu dan adiknya karena tidak memungkinkan peneliti untuk dapat melakukan penelitian sehingga menyebabkan informasi dan hasil penelitian kurang baik.
3. Penelitian ini hanya menggunakan pendekatan *Rational Emotive Therapy* (RET) dalam menangani pikiran irasional seorang anak akibat korban *broken home* dan masih banyak teknik konseling yang bisa dipergunakan dalam permasalahan tersebut.

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

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

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, Abu Ahmadi, 2007. *Psikologi Sosial*, Jakarta: Rineka Cipta, cet. Ke-3.

Akhyar, Lubis Saiful, 2007. *Konseling Islam Kyai dan Pesantren*, Yogyakarta: ELSAQ Press.

Arifin, 1979. *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, Jakarta: Bulan Bintang.

Arikunto, Suharsimi, 2013. *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya.

Astutik, Sri, 2014. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Surabaya: UIN Sunan Ampel Press.

Aswadi, Iyadah dan Ta'ziyah, 2009. *Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, Surabaya: Dakwah Digital Press.

Azwar, Syaifuddin, 1997. *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Pustaka Pelajar.

Bukhori, Baidi, Juni, 2014. *"Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam"*, Konseling Religi: Jurnal Bimbingan, Konseling Islam, Vol. 5 No. 1.

Corey, Gerald, 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama.

Crowther, Jonathan Crowther, 1995. *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Curret English*, Walton Street: Oxford University.

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

Danim, Sudarwan, 2002. *Menjadi Peneliti Kualitatif*, Bandung: CV Pustaka Setia.

Departemen Agama RI, 1986. *Al-Qur'an dan Terjemahnya,* Jakarta: Intersema.

Elfiky, Ibrahim, 2005. *Terapi Berfikir Positif*, Jakarta: Zaman.

Farid, Imam Sayuti, 2003. *Pokok-Pokok Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah,* Jakarta: Kencana.

Faqih, Aunur Rahim, 2001. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press.

Fitri, Emria, dkk, 2018. *"Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi"*. Indonesia Institute for Counseling, Education and Therapy, Vol. 4, No. 2.

Hallen, A, 2005. *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Quantum Teaching.

Herdiansyah, Haris, 2012. *Metodelogi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta: Salemba Humanika.

Kartono, Kartini, 2000. *Hygiene Mental*, Bandung: Mandar Maju.

Kuzairi, Achmad, 1995. *Nikah Sebagai Perikatan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Lubis, Namora Lumongga Lubis, 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik,* Jakarta: Kencana.

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

Mappiare AT, Andi, 2011. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Moleong, Lexy J, 2007. *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Rosda Karya.

Mu'awanah, Elfi, Hidayah, Rifa, 2012. *Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah Dasar*, Jakarta: Bumi Aksara.

Mubarok, Ahmad, Al-Irsyad An-Nafs, 2002. *Konseling Agama Teori dan Kasus*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.

Musnamar, Thohari, dkk, 1992. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press.

M Nisfiannoor, dan Yulianti, Eka, 2005. *Perbandingan Perilaku Agresif Antara Remaja Yang Berasal Dari Keluarga Bercerai Dengan Keluarga Utuh*, Jurnal Psikologi.

Rahmawati, Pudji, 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah.

Subagyo, P. Joko, 2004. *Metode dalam Teori dan Praktek*, Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sudarsono, 1997. *Kamus Konseling*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Sudrajat, Akhmad, "Konseling Rasional Emotif (RET)", *Artikel Pendidikan*, (online), (https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/pendekatan-konseling-rasional-emotif/comment-page-1/, diakses pada 23 Januari 2008).

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

Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta.

Sukardi, Dewa Ketut Sukardi dan Sumiati, Desak Made, 1990. *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, Surabaya: Usaha Nasional.

Surya, Mohammad, 1988. *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, Yogyakarta: Kota Kembang.

Surya, Mohammad, 2003. *Teori-Teori Konseling*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

TNI Angkatan Darat, 2002. *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*, Jakarta: PT. Sari Agung.

Ulama, I. Jumhur Ulama, 1975. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, Bandung: CV Ilmu.

Walgito, Bimo, 1982. *Kenakalan Anak*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM.

Walgito, Bimo, 2004. Bimbingan dan Konseling Perkawinan, Yogyakarta: Andi Offset.

Wilis, Sofyan S, 2004. *Konseling Individual, Teori dan Praktek,* Bandung: Alfabeta.

Yusuf, Syamsu Yusuf dan Nurihsan, A. Juntika Nurihsan, 2010. *Landasan Bimbingan Dan Konseling* Jakarta: Rosdakarya.

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