



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI WUDHU UNTUK
MENANGANI KECEMASAN PADA ORANG TUA YANG
MEMILIKI ANAK *SPEECH DELAY* DI DESA SEDATI
GEDE SIDOARJO**

SKRIPSI

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

Oleh :

Rahmah Isnata Asar

NIM. B93217100

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA
2021**

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahmah Isnata Asar

NIM : B93217100

Program studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **“Konseling Islam dengan Terapi Wudhu Untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak Speech Delay di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo”** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 21 Juli 2021
Yang membuatpernyataan

The image shows a handwritten signature in black ink that reads "Rahmah Isnata Asar". The signature is written over a 5000 Rupiah Indonesian postage stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "REPUBLIK INDONESIA", "5000", "POSTAL SERVICE", "KEMENTERIAN PERKURANGAN", and "0004DA IN005198751".

Rahmah Isnata Asar
NIM. B93217100

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Rahmah Isnata Asar
NIM : B93217100
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Konseling Islam dengan Terapi Wudhu Untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo.

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

Surabaya, 01 Agustus 2021

Dosen Pembimbing



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil.I

NIP. 196303031992032002

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Konseling Islam dengan Terapi Wudhu Untuk Menangani
Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak Speech
Delay di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

SKRIPSI
Disusun oleh
Rahmah Isnata Asar
B93217100

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu pada tanggal 09 Agustus 2021

Tim Penguji

Penguji I

Dr. Hj. Ragwan Albaar, M.Fil.
NIP. 196303031992032002

Penguji II

Mohamad Thohir, M. Pd. I
NIP. 197905172009011007

Penguji III

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

Penguji IV

Dr. Agus Santoso, S.AM.Pd.
NIP. 197008251998031002



09 Agustus 2021
Dekan

Dr. H. Abdul Halim, M. Ag
NIP. 196307251991031003

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : Rahmah Isnata Asar
NIM : B93217100
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : nataisnata12@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Konseling Islam dengan Terapi Wudhu Untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang

Memiliki Anak Speech Delay di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 19 Agustus 2021

Penulis

(Rahmah Isnata Asar)

ABSTRAK

Rahmah Isnata Asar, NIM B93217100, 2021. Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Sidoarjo

Fokus pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses dan hasil dari konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo. Peneliti menggunakan metode pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus, dan menganalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif komparatif.

Kesimpulan dalam proses penelitian ini dengan menggunakan konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay* menggunakan tahap-tahap mulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi, evaluasi, dan *follow up*. Konselor menjelaskan terapi wudhu kepada konseli mulai dari manfaat berwudhu dan menjelaskan tata cara pelaksanaan terapi wudhu. Pada saat melakukan terapi wudhu konselor membimbing konseli untuk membasuhkan air wudhu secara pelan-pelan dengan meresapi basuhan air wudhu yang dibasuhkan pada anggota badan sehingga konseli dapat merasakan manfaat, kesegaran, dan dapat fokus untuk berfikir. Dengan terapi wudhu konseli selalu istiqomah dalam melakukan wudhu secara pelan-pelan agar mendapatkan faedah yang dirasakan oleh konseli. Hasil yang diperoleh konseli sudah tidak merasakan cemas dan khawatir terhadap anaknya yang mulai ada perkembangan dan berkat usaha-usaha konseli dalam melaksanakan target perilaku yang telah disepakati serta dukungan dari orang sekitarnya.

Kata Kunci : Konseling Islam, Kecemasan, Terapi Wudhu

ABSTRACT

Rahmah Isnata Asar, NIM B93217100, 2021. *Islamic Counseling with Wudhu Therapy to Handling The Anxiety of Parents Who Have Speech Delay Child in Sedati Gede Village, Sidoarjo.*

The focus on this research aim to find out process and result of Islamic counseling with wudhu therapy to handling the anxiety of parents who have speech delay child in Sedati Gede Village, Sidoarjo. Researcher used a qualitative methods, and analyzed using comparative descriptive analysis techniques.

The conclusion of this research process by using Islamic counseling with wudhu therapy to handling the concerns of parents with speech delay takes steps from identification of the problem, diagnosis, prognosis, treatment or therapy, evaluation, and follow up. The counselor explained wudhu therapy to the counselee for various benefits and explained the procedure for the wudhu therapy. When practice wudhu therapy, counselor guide wudhu therapy to counselee rinse water flowing of wudhu with slowly and sense the rinse wudhu's water to overall the body. So that the counselee can sense the benefits, the freshness, and can focus on thinking. With Wudhu therapy counselling is always appropriate (istiqomah) in performing wudhu with slowly in order to getting the benefits how she felt. The result obtained by the counselor had already been less anxious and concerned about his growing child and Thanks to his counselling efforts that implement agreed-upon targeted behaviors as well as the support of those around him.

Keywords : Islamic Counseling, Anxiety, Therapy Wudhu

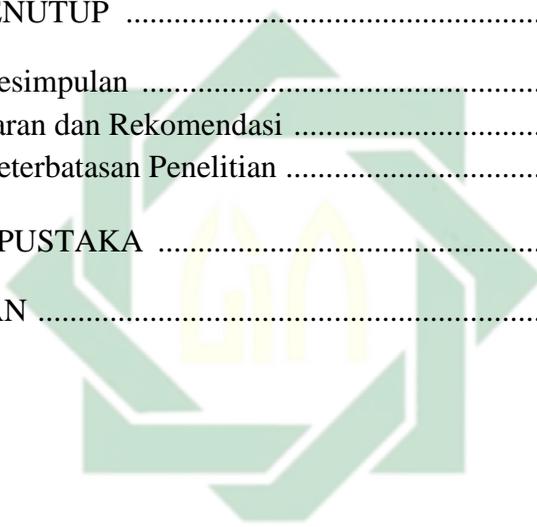
DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO & PERSEMBAHAN.....	vi
PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7

D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Operasional	8
F. Sistematika Pembahasan	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Landasan Teoritik	12
1. Konseling Islam.....	12
a. Pengertian Konseling Islam	12
b. Tujuan Konseling Islam	14
c. Fungsi Konseling Islam	15
d. Asas Konseling Islam	16
e. Langkah-Langkah Pelaksanaan Konseling Islam	19
2. Kecemasan	21
a. Pengertian Kecemasan	21
b. Jenis-Jenis Kecemasan	22
c. Gejala-Gejala Kecemasan	23
d. Penyebab Kecemasan	24
3. Terapi Wudhu	26
a. Pengertian Terapi Wudhu	26
b. Syarat-Syarat Wudhu	28
c. Manfaat Wudhu	31
d. Tata Cara Pelaksanaan Wudhu	38
e. Hal-Hal yang Membatalkan Wudhu	39
4. Aplikasi Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan Orang Tua yang Memiliki Anak Speech Delay	40
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	41

BAB III METODE PENELITIAN	43
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	43
B. Sasaran dan Lokasi Penelitian	44
C. Jenis dan Sumber Data	44
D. Teknik Pengumpulan Data	46
E. Tahap-Tahap Penelitian	48
F. Teknik Validitas Data	49
G. Teknik Analisis Data	50
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	 52
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	52
1. Deskripsi Lokasi Penelitian	52
2. Deskripsi Identitas Konselor	53
3. Deskripsi Identitas Konseli	54
4. Deskripsi Masalah Konseli	55
B. Penyajian Data	57
1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan Orangtua yang Memlliki Anak <i>Speech Delay</i> di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo	 57
a. Identifikasi Masalah	57
b. Diagnosis	61
c. Prognosis	62
d. <i>Treatment</i> atau Terapi	63
e. Evaluasi	76
f. Follow Up	79
2. Deskripsi Hasil dari Pelaksanaan Proses Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani	

Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak <i>Speech Delay</i> di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo	79
C. Pembahasan Hasil Penelitian	80
1. Prespektif Teoritis	80
2. Prespektif Keislaman	89
 BAB V PENUTUP	 91
A. Kesimpulan	91
B. Saran dan Rekomendasi	92
C. Keterbatasan Penelitian	93
 DAFTAR PUSTAKA	 94
 LAMPIRAN	 98



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
4.1	Tahapan Konseling Islam dengan Terapi Wudhu	67
4.2	Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan	81
4.3	Perbandingan Hasil Proses Konseling Islam dengan Terapi Wudhu Sebelum dan Sesudah diberikan Konseling	88

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Sesi Konseling Pertama dengan Konseli dan Anaknya	117
1.2 Sesi Konseling Kedua dengan Konseli dan Anaknya	117
1.3 Sesi Konseling Ketiga dengan Konseli dan Anaknya	118
1.4 Kegiatan Wudhu sebagai <i>treatment</i>	118
1.5 Konselor melakukan observasi dengan mengikuti Terapi Wicara	119
1.6 Follow Up melalui status <i>whatsapp</i> konseli	119

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan sebuah anugrah yang kehadirannya disambut dengan rasa suka cita dan penuh harapan oleh setiap pasangan suami istri. Ketika anak terlahir ke dunia ini maka pasangan ini layak disebut sebagai orang tua. Sebagai orang tua tentu kita harus merawat dan membesarkan anaknya agak menjadi anak yang berbakti kepada orang tuanya. Namun setiap anak dalam perkembangannya mengalami pertumbuhan yang berbeda-beda seperti halnya keterlambatan berbicara. Tentu saja sebagai orang tua sangat cemas karena anaknya mengalami hambatan dalam berbicara.

Perasaan cemas dapat dialami oleh siapapun dan membuat emosi serta pikiran kita menjadi panik, resah, ataupun bingung dalam menentukan pilihan. Seperti halnya menurut Hilgard dalam Atkinson yang mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu emosi yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan rasa khawatir dan perasaan takut yang kadang dialami oleh seseorang dalam tingkat yang berbeda-beda.² Menurut Lang mengungkapkan kecemasan dapat diterangkan dalam bentuk pemikiran, seperti halnya “aku takut”, pisiksensasi atau perasaan gugup, berkeringat, tegangan, maupun ungkapan perilaku yang menghindar dari suatu situasi, lari/pergi.³

Syamsu Yusuf menyatakan bahwa *anxiety* atau rasa cemas ialah seperti ketidakmampuan neurotic, perasaan

² Ahmad Susanto, “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*” (Jakarta: Prenada Group, 2018) hlm 34

³ Abdul Hayat, “Kecemasan dan Metode Pengendaliannya”, *Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, Vol. 12 No. 1 (2014) hlm 67

terganggu, dan rasa ketidakberdayaan dalam menghadapi kenyataan yang pada realita atau lingkungan, rasa kesulitan maupun merasakan tekanan kehidupan sehari-hari. Sependapat dengan pernyataan tersebut, Kartini Kartono menerangkan bahwa kecemasan merupakan suatu bentuk ketakutan dan kerisauan dengan menganggap hal-hal tertentu tanpa kejelasan yang pasti. Hal tersebut dikuatkan oleh Sarlito Wirawan bahwa kecemasan ialah rasa ketakutan yang tidak dapat dijelaskan terhadap suatu objek dan tidak memiliki suatu alasan tertentu.⁴

Adapun pendapat lain dari Gazalbha yang menerangkan kecemasan yang dapat diartikan sebagai suatu anggapan emosi dari seseorang. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai bentuk dari berbagai indikasi emosi yang bercampur baur yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan pada perasaan dan pertentangan.⁵ Sedangkan Kelly mengartikan kecemasan ialah menyadari bahwa suatu peristiwa yang sedang dihadapi oleh seseorang berada diluar zona nyaman pada persepsi seseorang.⁶ Berdasarkan pendapat Craig menyatakan kecemasan dapat dijelaskan sebagai suatu perasaan yang tidak tenang, merasakan khawatir, atau merasa ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas atau tidak diketahui.⁷

Aspek-aspek dalam Kecemasan menurut Annisa & Ifdil membagi kecemasan dalam respon perilaku, kognitif, dan

⁴ Samsyu Yusuf, "*Psikologi perkembangan anak & remaja*", (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000) hlm 45

⁵ Saseno, handoyo dan Pramono Giri Kriswoyo. "Efektivitas relaksasi terhadap tingkat kecemasan pada lansia Adhi Yuswa", *Jurnal Kesehatan Keperawatan*, Vol. 9 No.3 (2013) hlm 24

⁶ Cervone, D., dan Lawrence A. P. "*Kepribadian: Teori dan Penelitian*", (Jakarta: Salemba Humanika, 2012) hlm 61

⁷ Alwisol, "*Psikologi Kepribadian*", (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2006) hlm 36

afektif. Pada aspek perilaku seperti rasa gelisah, tremor, berbicaracepat, kurang koordinasi, perasaan menghindar, lari dari masalah, tidak tenang, ketegangan pada fisik, dll. Kognitif, berupa konsentrasi terganggu, ragu-ragu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, perasaan bingung, sangat waspada, takut. Afektif, berup amudah marah, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, rasa ketakutan, bimbang, khawatir, mati rasa, merassa bersalah, tidak percaya diri, kehilangan kendali, mengalami mumpi buruk, dll.⁸

Berdasarkan dari fenomena yang ada di lapangan peneliti menemukan bahwa Icha (nama samaran) saat ini sedang mengalami kecemasan kepada anaknya sedang mengalami yang keterlambatan berbicara. Faktor yang mempengaruhi anak tersebut adalah karena penggunaan gadget dan seringnya menonton televisi sehingga tidak ada komunikasi dua arah atau yang mengajaknya untuk berbicara. Ditambah lagi anak tersebut takut bertemu dengan orang banyak sehingga dia selalu asik dengan dirinya sendiri. Oleh karena itu sebagai seorang orang tua, icha sangat cemas karena anaknya yang susah untuk mengeksperikan dan mengucapkan kata-kata. Awalnya Icha menganggap sepele dan mengira bahwa anaknya belum waktunya untuk mengucapkan kata dengan jelas sehingga tidak terlalu khawatir.

Namun seiring bertambahnya usia si anak membuat orangtua semakin sadar bahwa anaknya jarang sekali mengucapkan kata-kata dan ditambah lagi anaknya juga sering hiperaktif dan mengeluarkan air liur terus menerus sehingga Icha membawa ke dokter untuk diperiksakan. Setelah diperiksakan ke dokter tetapi tidak membuahkan

⁸ Annisa, D., & Ifdil, “Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)”, *Jurnal Konseling*, Vol. 05 No.02 Tahun 2016 hlm 95

hasil. Sebagai orang tua tentu saja Icha merasa cemas akan tumbuh kembang pada anak mereka yang belum bisa mengucapkan kata-katanya dengan jelas. Sehingga membuat Icha merasa takut apabila ketika ia akan menempuh bangku sekolah ia akan terlambat dalam pelajaran serta teman-temannya tidak memahami apa yang diucapkan oleh anaknya ini. Konseli juga merasakan khawatir pada anaknya dikarenakan efek buruk dari omongan seperti berkata keras ataupun kata-kata verbal yang membuat anak konseli terdiam terhadap suaminya yang melampiaskan dan kurang telaten/sabar kepada anaknya yang rewel ketika menangis dan merengek. Sehingga konseli merasa takut akan dampak yang dirasakan anaknya yakni mental dan psikisnya terganggu.

Dari berbagai pengertian para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah sebuah respon emosional yang kurang menyenangkan ketika seseorang mengalami tekanan pada perasaan yang membuat emosi yang kita alami menjadi bercampur baur seperti kekhawatiran, rasa gugup, bekeringat atupun rasa takut yang menyebabkan individu kehilangan penyesuaian diri. Seperti halnya dalam Q.S. Al-Mari'ij ayat 19-23 yang berbunyi:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠)
وَ إِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَدُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ هُمْ
عَلَىٰ صُلَا تِهِمْ دَا يُؤْمُونَ (٢٣)

Artinya: *“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. Kecuali orang-orang yang*

mengerjakan shalat. Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya”⁹

Dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Inas Tsuraya dkk yang berjudul Kecemasan pada orang tua yang memiliki anak terlambat bicara di RSUD DR. M. Ashari Pematang pada tahun 2013. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa setengah dari subjek penelitiannya menampakkan perilaku kecemasan seperti gelisah dan menghindari orang lain dikarenakan memiliki anak *speech delay*. Kecemasan yang dirasakan oleh orang tua yang memiliki anak *speech delay* lebih kompleks dibandingkan dengan orang tua yang mempunyai anak yang normal. Dan sering kali orang tua tidak mengenali tanda-tanda anak mengalami *speech delay* sehingga bimbang untuk mengatasinya. Hal ini serupa dengan fenomena yang dirasakan oleh konseli yakni konseli merasa khawatir, bimbang untuk menangani anaknya dan juga selalu berfikir dengan perkataan negatif orang lain tentang anak konseli yang mengalami keterlambatan berbicara atau *speech delay*.¹⁰

Berkaitan dengan permasalahan di atas, peneliti menggunakan konseling islam sebagai treatment sekaligus untuk proses bantuan untuk konseli dalam menangani sebuah permasalahan yang dialami oleh konseli. Konseli diarahkan untuk berdiskusi dalam mencari sebuah solusi untuk menangani anaknya yang sedang mengalami keterlambatan berbicara tanpa perlu merasa cemas. Dalam proses konseling islam ini, peneliti juga membantu konseli untuk berusaha bertawakkal kepada Allah SWT agar anaknya dapat lancar mengucapkan kata-kata dan menjadi anak yang berbakti kepada orang tuanya.

⁹Al-Qur'an, *Al-Mari'ij* : 19-23

¹⁰ Inas Tsuraya, dkk., “Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (*Speech Delay*) di RSUD Dr. M. Ashari Pematang”, “*Psikologi Perkembangan dan Klinis*” Vol.02 No. 02 Tahun 2013, hlm 41

Jenis terapi islam yang digunakan oleh peneliti adalah terapi wudhu sebagai *treatment* agar konseli dapat meredakan perasaan cemasnya. Terapi wudhu mampu membersihkan jiwa dan mencegah dari berbagai macam penyakit. Berwudhu yaitu bersuci dari hadast atau najis dan merupakan syarat sah sebelum sholat. Seperti halnya yang dijelaskan oleh Ad-Dirdir al-Maliki merupakan seorang ulama bermazhab Maliki yang mengatakan bahwa wudhu yaitu bersuci dengan membasuhkan air pada anggota badan tertentu yaitu 4 anggota badan dengan cara tertentu.¹¹ Keutamaan berwudhu ini sesuai ketentuan pada firman Allah pada Q.S. Al-Maidah ayat 6 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya : “Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang

¹¹ Isnan Anshori, “Wudhu’ Rasulullah menurut Empat Mazhab” (Jakarta: Rumah Fiqh Publishing, 2018) hlm 26

bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.”¹²

Menurut Al-Khatib asy-Syirbini, seorang ulama bermazhab Syafi'i, yang berpendapat sebagaimana wudhu merupakan beberapa perbuatan tertentu yang diawali mulai dari niat, yaitu penggunaan air pada anggota badan tertentu dimulai dengan membaca niat.¹³ Adapun pendapat lain dari Manshur bin Yunus al-Buhuti, Seorang ulama bermazhab Hanbali, menjelaskan wudhu sebagaimana pengaplikasian air yang suci pada keempat anggota tubuh yakni pada kedua tangan, kepala, dan kedua kaki dengan langkah-langkah tertentu sesuai dengan syariah, dan dilakukan secara berurutan bersama dengan fardhu-fardhu lainnya.¹⁴ Dari beberapa pemaparan pengertian wudhu oleh para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa wudhu adalah suatu kegiatan bersuci dengan menggunakan air yang dimulai dari niat lalu membasuhkannya ke empat anggota badan secara berurutan.

Berdasarkan hasil pemaparan latar belakang di atas peneliti ingin membantu konseli sebagai orang tua dalam menangani anaknya yang sedang mengalami hambatan dalam berbicaranya melalui proses konseling islam serta melakukan terapi wudhu untuk meredakan kecemasannya agar dapat tetap tenang dalam menemukan solusi dan tetap bertawakkal kepada Allah SWT agar dipermudahkan dalam menangani anaknya. Sehingga peneliti dapat untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “**KONSELING ISLAM DENGAN**

¹² Al-Quran, *Al-Maidah* : 6

¹³ Isnan Anshori, “*Wudhu’ Rasulullah menurut Empat Mazhab*” hlm 28

¹⁴ Isnan Anshori, “*Wudhu Rasulullah menurut Empat Mazhab*” hlm 30

TERAPI WUDHU UNTUK MENANGANI KECEMASAN PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK SPEECH DELAY DI DESA SEDATI GEDE SIDOARJO”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses konseling islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Sidoarjo?
2. Bagaimana hasil proses konseling islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui proses konseling islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui konseling islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Sidoarjo.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dari segi teoritis yaitu menambah khasanah keilmuan khususnya dalam terapi wudhu dan kecemasan yang dialami oleh orang tua yang memiliki anak *speech delay* serta dapat menjadikan bahan telaah atau referensi pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi orang tua

Manfaat praktis bagi orang tua dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi untuk selalu tenang dalam menghadapi hambatan pada anak.

b) Bagi masyarakat

Manfaat praktis bagi masyarakat dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi tentang kecemasan orang tua yang memiliki anak *speech delay* dengan *mensupportnya*.

c) Bagi peneliti

Manfaat praktis bagi peneliti dalam penelitian ini diharapkan menjadi suatu pengalaman yang berharga serta peneliti mendapatkan banyak ilmu dalam pembelajaran untuk menangani kecemasan pada orang tua yang mencari jalan keluar untuk anaknya yang sedang mengalami *speech delay*.

E. Definisi Operasional

1. Konseling islam

Az-Zahrani mengemukakan pendapatnya tentang konseling islam dalam memberikan bimbingan dan petunjuk kepada orang yang tersesat, baik arahan tersebut berupa pemikiran, orientasi psikologis, maupun etika serta penerapannya sesuai dan sejalan dengan sumber utama yang merupakan pedoman hidup umat Islam, yakni Al-Qur'an dan Sunnah.¹⁵

Adapun konseling Islam menurut Adz-Dzaky adalah suatu kegiatan yang memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta

¹⁵ Fenti Hikmawati, "*Bimbingan Dan Konseling*" Edisi Revisi (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2016), hlm 156.

bimbingan dalam hal bagaimana seharusnya individu dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, keimanan, dan keyakinan dan dapat menanggulangi problematika kehidupannya secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah.¹⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling islam adalah layanan bantuan kepada individu dalam memberikan arahan dan petunjuk kepada individu untuk menerima kondisi dirinya sesuai dengan sumber pedoman hidup yaitu Al-Qur'an dan Sunnah.

2. Kecemasan

Hilgard yang menyatakan bahwa kecemasan ialah sebuah emosi yang kurang menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran dan rasa takut yang kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda.¹⁷ Menurut Lang mengungkapkan, bahwa kecemasan mungkin diterangkan dalam bentuk pemikiran, seperti “saya takut”, pisiksensasi atau perasaan gugup, mengeluarkan keringat, tegangan, menghindari dari situasi, pergi.¹⁸

Jadi kecemasan adalah suatu emosi yang tidak menyenangkan dalam bentuk pemikiran seperti takut, khawatir, gugup, tegangan, atau seperti menghindari dari sesuatu.

3. Terapi Wudhu

Menurut Al-Khatib asy-Syirbini, seorang ulama bermazhab Syafi', menerangkan bahwa wudhu merupakan

¹⁶ Baidi Bukhori, “Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam”, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5, No. 01, 2014, hlm 10.

¹⁷ Ahmad Susanto, “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*” (Jakarta: Prenada Group, 2018) hlm 34

¹⁸ Abdul Hayat, “*Kecemasan dan Metode Pengendaliannya*”, hlm 67

beberapa perbuatan tertentu yang diawali dari niat, yaitu penggunaan air pada anggota badan tertentu dimulai dengan niat.¹⁹ Ad-Dirdir al-Maliki, Seorang ulama bermazhab Maliki menjelaskan wudhu ialah bersuci dengan menggunakan air yang mencakup anggota badan tertentu yaitu 4 anggota badan dengan cara tertentu.²⁰

Dari beberapa pengertian para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa wudhu merupakan suatu perbuatan bersuci dengan menggunakan air yang dimulai dari niat lalu membasuhkannya ke empat anggota badan secara berurutan.

F. Sistematika Penelitian

Dalam penyusunan skripsi ini akan dibahas sesuai dengan sistematika pembahasan. Adapun sistematika pembahasan yang dibuat yaitu sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep dan sistematika pembahasan.

BAB II Kerangka teoritik meliputi kerangka teoritik tentang Konseling Islam(pengertian konseling Islam, tujuan konseling Islam, fungsi konseling Islam, asas konseling Islam, dan langkah-langkah Pelaksanaan konseling Islam), Kecemasan Orangtua (pengertian kecemasan, jenis-jenis kecemasan, gejala-gejala kecemasan), Terapi Wudhu (pengertian terapi wudhu, syarat-syarat wudhu, manfaat berwudhu, tata carapelaksanaan wudhu, hal-hal yang membatalkan wudhu), Aplikasi Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan Orang Tua yang Memiliki Anak Speech Delay,dan penelitian terdahulu yang relevan.

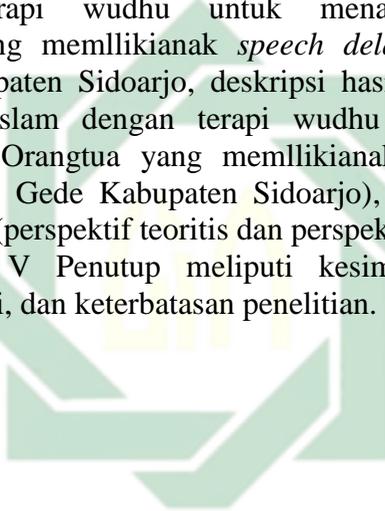
¹⁹ Isnan Anshori, “Wudhu’ Rasulullah menurut Empat Mazhab” hlm 28

²⁰ Isnan Anshori, “Wudhu’ Rasulullah menurut Empat Mazhab” hlm 26

BAB III Metode penelitian meliputi pendekatan dan jenis penelitian, sasaran dan lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas data, serta teknik analisis data.

BAB IV Hasil penelitian dan pembahasan meliputi gambaran umum subyek (deskripsi lokasi penelitian, deskripsi konselor, deskripsi konseli, deskripsi masalah konseli), penyajian data (deskripsi proses konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan Orangtuayang memllikianak *speech delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo, deskripsi hasil dari pelaksanaan konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan Orangtua yang memllikianak *speech delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo), Pembahasan Hasil Penelitian (perspektif teoritis dan perspektif keislaman).

BAB V Penutup meliputi kesimpulan, saran dan rekomendasi, dan keterbatasan penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kerangka Teoritik

1. Konseling Islam

a. Pengertian Konseling Islam

Menurut Tohari Musnamar mengatakan bahwa konseling islami merupakan suatu proses untuk membantu kepada seseorang agar mengenali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang taat akan keagamaannya serta senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kehidupan di dunia dan di akhirat.²¹

Pandangan lain pengertian konseling islam menurut Ahmad Mubarak yaitu konseling Islam atau *hisbah* yaitu mengarahkan konseli untuk melakukan tindakan baik yang dia tinggalkan sehingga dia dapat menyadarinya, dan mencegah perbuatan mungkar yang dilakukan oleh konseli serta mendamaikan konseli yang sedang bermusuhan.²²

Lain pula dengan pendapat menurut Adz-Dzaky yang mengatakan konseling Islam ialah aktivitas memberikan bimbingan atau arahan, pelajaran dan pedoman kepada seorang individu yang meminta petunjuk sehingga seorang konseli dapat mengenali

²¹ Ulfiah, "*Psikologi Konseling Teori & Implementasi*", Edisi Pertama" (Jakarta: Kencana, 2020), hlm 127

²² Abdul Basit, "*Konseling Islam*", Edisi Pertama (Jakarta: Kencana, 2017), hlm 10.

dirinya, mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaannya, keimanan, dan keyakinan serta dapat menyelesaikan problematika kehidupannya dengan baik dan benar yang bercerminkan kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah.²³

Dari uraian penjelasan beberapa para ahli diatas tentang konseling islam dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling islam yakni proses pemberian arahan, bantuan, bimbingan serta pelajaran kepada seseorang yang sedang mengalami permasalahan agar menyadari kembali keyakinannya dan mencegah dari perbuatan munkar yang berpedoman kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah.

Konseling merupakan kegiatan yang bersifat kuratif yaitu mengatasi atau menyelesaikan suatu permasalahan agar konseli dapat memahami dirinya sendiri. Konseli datang kepada konselor dan menceritakan pikiran-pikiriannya serta perasaannya agar permasalahan yang dialami konseli dapat teratasi dengan baik. Dengan adanya keterbukaan antara konseli dan konselor maka dapat menolong konseli. Seperti halnya firman Allah dalam Al-Qu'ran Surat Al-Maidah ayat 2 yang berbunyi :

وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانَ ط وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya: “...Dan menolonglah kamu dalam kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong

²³ Baidi Bukhori, “*Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam*” hlm 10.

dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, ”²⁴

b. Tujuan Konseling Islam

Adapun tujuan konseling islam disampaikan oleh Ahmad Mubarak yaitu :

- 1) Untuk melakukan perubahan, perbaikan, kesehatan, dan pembersihan mental dan spiritual. Pikiran menjadi tenang, lemah lembut, damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada, pikiran terbuka (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah tuhanNya (*mardhiyah*).
- 2) Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan dan perilaku sopan yang dapat membawa manfaat bagi diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam.²⁵

Selain itu adapun tujuan umum dan tujuan khusus konseling islam yang secara rinci disebutkan yaitu sebagai berikut:

1) Tujuan umum

Membantu individu mengenali dirinya sendiri menjadi manusia yang seutuhnya untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Membantu konseli agar memiliki pengetahuan memahami situasi dirinya dan memiliki keberanian mengambil sebuah keputusan untuk melakukan sesuatu tindakan yang dipandang baik, benar, dan dapat bermanfaat untuk kehidupan di dunia dan untuk kepentingan di akhiratnya.²⁶

²⁴Al-Qur'an, *Al Maidah*: 2

²⁵ Tarmizi, "*Bimbingan Dan Konseling Islam*" (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm 37.

²⁶ Abdul Basit, "*Konseling Islam*", hlm 11.

- 2) Tujuan khusus
 - a) Membantu individu untuk tidak menghadapi masalah sendirian
 - b) Membantu individu mengatasi masalah yang dihadapinya
 - c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi agar menjadi lebih baik sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.²⁷
- c. Fungsi Konseling Islam
 - 1) Fungsi preventif adalah membantu seseorang menjaga atau mencegah masalah bagi dirinya.
 - 2) Fungsi kuratif atau korektif yaitu membantu seseorang memecahkan masalah yang individu itu dialaminya.
 - 3) Fungsi preservatif ialah membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi buruk (permasalahan) menjadi lebih baik (terpecahkan).
 - 4) Fungsi terapi adalah membantu seseorang menghilangkan dari segala kekhawatiran dan kecemasan pada dirinya dalam menghadapi masalah yang dihadapinya.
 - 5) Fungsi pengembangan adalah membantu seseorang memelihara dan mengembangkan potensi pada diri seseorang, sehingga dia mengenali dirinya sendiri dan tidak menjadi penyebab munculnya masalah bagi diri konseli.²⁸

²⁷ M. Fuad Anwar, "*Landasan Bimbingan Konseling Islam*" (Yogyakarta: Deepublish, 2019), hlm 88.

²⁸ Masdudi, "*Bimbingan Dan Konseling Perspektif Sekolah*", Edisi Revisi (Cirebon: Nurjati Press, 2015), hlm 137-138.

d. Asas-Asas Konseling Islam

Lahmudin Lubis menjabarkan asas-asas konseling Islami menjadi empat aspek, yaitu:

1) Asas amal saleh

Bimbingan dan konseling Islam membantu individu atau kelompok orang yang memiliki permasalahan untuk mengarahkan kepada orang-orang yang mengabaikan kewajiban pada Allah Subhanahu Wa Ta'ala agar setiap individu melakukan amal saleh dan berakhlak mulia.

2) Asas sosial

Dikarenakan pada asas sosial ini berkaitan dengan tugas-tugas sosial, seorang harus dan melihat latar belakang, status ekonomi dan agama konseli. Bagaimana di diri manusia yang merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup tanpa berdampingan dengan orang lain. Setiap manusia selalu di perlu kan kehadiran orang lain untuk membantu sesama.

3) Asas kasih sayang

Dalam proses konseling, khususnya pada layanan bimbingan dan konseling Islami, konselor mampu mengembangkan perasaan kasih sayang dan keikhlasan untuk membantu konseli.

4) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam pandangan Islam, pada hakekatnya manusia adalah sama yang membedakan antara seseorang dengan yang orang lain adalah ketakwaan di sisi Allah SWT.²⁹ Seperti halnya pada sabda Rasulullah pada hadits berikut ini:

²⁹ Ulfiah, "*Psikologi Konseling Teori & Implementas*"i, hlm 153.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:
إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ، وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى
قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ

Dari Abu Hurairah ia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Sesungguhnya Allah tidak melihat bentuk rupa kalian dan tidak juga harta benda kalian, tetapi Dia melihat hati dan perbuatan kalian".³⁰

Adapun asas-asas konseling islam menurut pendapat dari Syaiful Akhyar Lubis yang mengemukakan bahwa asas-asas konseling Islami membagi menjadi lima aspek ialah sebagai berikut:

1) Asas ketahuidan

Tauhid adalah penegasan Allah yang merupakan syarat utama hubungan antara hamba dengan pencipta-Nya. Tauhid bertujuan untuk menyerahkan segala urusan dan masalah kepada Allah agar keinginan manusia selaras dengan kehendak Allah yang pada gilirannya akan membuahkan as-Sidq, al-ikhlas, al-'Ilm, al-ma'rifah.

2) Asas Amaliah

Pada proses konseling Islami, konselor perlu mencari kebenaran atas fakta yang ada, mengetahui bahwa sebelum memberikan bantuan, ia terlebih dahulu mencerminkan pribadi yang memadukan ilmu dan amal. Dalam Islam perkataan dan perbuatan harus selaras dan seimbang, sehingga

³⁰Shahih Muslim juz 4 hal. 1987 no. 2564

Allah murka kepada mereka yang hanya berbicara tetapi tidak dapat berbuat. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S. As-Saff/61: 2 yang berbunyi

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا الْمَتَّقُونَ لَوْ أَنَّمَا لَا تَفْعَلُونَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Mengapa kamu mengatakan sesuatu yang tidak kamu kerjakan?”³¹

Oleh karena itu, sebelum memberikan bimbingan, konselor harus terlebih dahulu bertindak sebagai orang yang secara konsisten dan benar mengamalkan perkataan, perbuatan atau ilmu pengetahuan yang dipelajari.

3) Asas akhlak al-karimah

Asas akhlak al-karimah mencakup tujuan dan proses konseling Islami. Dari segi tujuan, Konseli diharapkan memiliki akhlak mulia. Adapun mengenai proses, hubungan antara konselor dan konseli didasarkan atas norma atau aturan yang berlaku dan dihormati.

4) Asas professional

Dalam melaksanakan proses konseling Islam, konselor harus melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya secara profesional. Professional didasarkan pada kapasitas keilmuannya dan tidak memaksakan sesuatu diluar dari batas kemampuannya.

³¹ Al-Qur'an, As-Saff: 2

5) Asas kerahasiaan

Proses konseling harus menyentuh jati diri konselor dan orang yang paling mengetahui situasinya adalah dirinya sendiri. Pada permasalahan psikologis sering kali dipandang sebagai sesuatu yang harus dirahasiakan.

e. Langkah-Langkah Pelaksanaan Konseling Islam

Sebelum memulai konseling, adapun tahapan-tahapan untuk melakukan konseling yaitu sebagai berikut :

1) Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan tahap mengenal gejala awal dari suatu masalah yang dihadapi konseli. Maksud dari gejala awal di sini ialah apakah konseli menunjukkan perilaku menyimpang atau tingkah laku berbeda dari biasanya. Untuk menemukan gejala awal tidaklah mudah, karena gejala yang muncul harus diperhatikan dengan cermat dan seksama kemudian dianalisis dan dievaluasi. Apabila konseli menunjukkan tingkah laku atau hal-hal yang berbeda dari biasanya, maka hal tersebut dapat diidentifikasi sebagai gejala dari suatu masalah yang sedang dialami oleh konseli.

2) Diagnosis

Langkah diagnosa merupakan langkah untuk menentukan masalah yang dihadapi kasus dan latar belakangnya. Pada langkah ini kegiatan yang dilakukan adalah mengumpulkan data melalui studi kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data, kemudian menentukan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya konseli.

3) Prognosa

Pada langkah prognosa ini merupakan menentukan bentuk bantuan atau terapi apa yang akan diberikan kepada konseli untuk membimbing permasalahan yang dihadapi dengan ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa.

4) Treatment atau Terapi

Pada tahap *Treatment* atau terapi ialah langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Dalam langkah ini merupakan pelaksanaan *Treatment* atau terapi yang ditetapkan pada prognosa sebelumnya.

5) Evaluasi dan *Follow Up*

Langkah evaluasi ini bertujuan untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh mana langkah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasil dan efektif. Dalam tahap *follow-up* atau tindak lanjut untuk melihat perkembangan baru akan diamati dalam jangka waktu yang lebih lama.³²

Menurut Khairani mengemukakan tahapan proses konseling islami sebagai berikut:

- 1) Meyakinkan individu percaya bahwa manusia di ciptakan sebagai makhluk Allah, keimanan yang benar sangat penting bagi kehidupan dan keselamatan di dunia dan di akhirat, ada sebuah hikmah di dibalik bencana, ibadah dan syariat yang ditetapkan oleh Allah SWT.
- 2) Mendorong dan membantu seseorang memahami dan mengamalkan ajaran agama dengan benar.

³² Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung : CV. Ilmu, 1975), hal. 104-106.

3) Mendorong individu memahami dan mengamalkan iman, Islam, dan ihsan.³³

2. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Menurut Nevid mengatakan pengertian kecemasan ialah keadaan apprehensi atau khawatir yang mengeluhkan bahwa hal-hal yang buruk akan segera terjadi.³⁴ Elizabeth Loftus menyatakan bahwa kecemasan dapat mempersempit konsentrasi seseorang sehingga kehilangan petunjuk penting yang mengarah pada ingatan. Ketika kecemasan membuat kita kehilangan petunjuk yang berguna, maka akan semakin sulit bagi kita untuk menyimpan memori ataupun mengingat kembali apa yang telah tersimpan dalam ingatan.³⁵

Freud mengartikan bahwa kecemasan sebagai suatu perasaan yang tidak menyenangkan, yang diikuti oleh reaksi fisiologis tertentu, seperti perubahan pada detak jantung dan pernapasan. Freud mengatakan kecemasan melibatkan persepsi sensasi yang tidak menyenangkan dan reaksi fisiologis, yaitu kecemasan merupakan respons situasi yang dianggap berbahaya.³⁶

³³ Ulfiah, "*Psikologi Konseling Teori & Implementasi*", hlm146.

³⁴ Jeffry S, Nevid dkk., "*Psikologi Abnormal*". (Jakarta: Erlangga, 2005) hlm 68

³⁵ Abdul Muhid, "*Psikologi Umum*" (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2013) hlm 156

³⁶ Syafruddin, Ahmad Syukri Sitorus, dan Ahmad Syarqawi, "*Bimbingan dan Konseling Islam Perspektif Al-Quran dan Sains*", (Medan: Perdana Publishing, 2017) hlm 192

b. Jenis-Jenis Kecemasan

Adapun macam-macam kecemasan menurut Freud;

- 1) Kecemasan objektif adalah reaksi yang akan terjadi karena adanya bahaya dari luar, atau kemungkinan adanya kemungkinan bahaya yang disangkanya akan terjadi, seperti melihat gumpalan awan gelap.
- 2) Kecemasan tentang penyakit ialah kecemasan yang dirasakan ketika individu merasakan takut yang samar dan tidak pasti. Selain itu, adapun kecemasan terhadap objek tertentu, seperti rasa takut melihat darah atau serangga.³⁷
- 3) Kecemasan moral adalah ketakutan akan hati nurani seseorang. Seseorang dengan hati nurani yang sehat dan berkembang baik merasa bersalah jika mereka melakukan hal-hal yang berlawanan dengan melanggar kode moral.³⁸

Berdasarkan responnya, kecemasan dibagi menjadi dua macam yaitu :

- 1) *State Anxiety* ialah kecemasan yang bersifat temporer atau timbul pada suatu tertentu dan terhadap sesuatu yang khusus.
- 2) *Trait Anxiety* ialah rasa cemas yang umum dan tidak mengarah pada hal-hal yang spesifik. seseorang yang sedang merasakan berbagai situasi

³⁷ Mohammad Thohir, “*Konseling Rumah Sakit*”, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2017) hlm 39

³⁸ Gerald Corey, “*Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*” (Bandung: PT Refika Aditama, 2013) hlm 17

berbahaya atau mengancam cenderung akan menghadapinya dengan kecemasan.³⁹

c. Gejala-Gejala Kecemasan

Adapun gejala-gejala neurosis cemas antara lain:

- 1) Gejala somatis (fisik) terjadi seperti sesak napas, dada tertekan, pusing seakan-akan mengambang, lekaslah, berkeringat, dll.
- 2) Gejala psikologis berupa kecemasan, ketegangan, merasa panik, depresi, mudah menyerah.⁴⁰

Menurut Dadang Hawari yang mengatakan beberapa gejala kecemasan diantaranya yaitu sebagai berikut:

- 1) kecemasan, kekhawatir, kegelisahan, keraguan dan bimbang
- 2) Menatap masa depan dengan rasa takut (khawatir)
- 3) Kurang percaya diri, gugup ketika tampil di muka umum (demam panggung)
- 4) Sering merasa tidak bersalah atau menyalahkan orang lain
- 5) Tidak mudah mengalah, mudah marah
- 6) Tingkah laku yang serba salah, merasa tidak nyaman, gelisah
- 7) Suka mengeluh ini dan itu (keluhan fisik), khawatir berlebihan akan suatu penyakit yang dialami

³⁹ Ahmad Susanto, "*Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya*" (Jakarta: Prenada Media Group, 2018) hlm 299

⁴⁰ Yusria Ningsih, "*Kesehatan Mental*", (Surabaya: UIN Sunan Ampel Pres, 2019) hlm 67

- 8) Mudah tersinggung, suka melebih-lebihkan masalah kecil (dramatis)
- 9) Ketika mengambil suatu keputusan yang seringkali diliputi dengan rasa bimbang dan raggu
- 10) Apabila menyampaikan pernyataan atau mengajukan pertanyaan seringkali diulang-ulang⁴¹

d. Penyebab Kecemasan

Seluruh memori yang terpendam pada masa balita dan masa anak-anak mempengaruhi pada kehidupan ketika masa dewasa, dan akhirnya mereka merasakan cemas. Secara umum, itu adalah hasil yang berlebihan pada tekanan emosi individu. Naik-turunnya emosional selalu dirasakan oleh setiap orang dan merupakan bagian dari kehidupan seseorang. Namun, beberapa orang yang merasa lebih tertekan oleh tekanan emosional daripada orang lainnya.

Kecemasan biasanya berlangsung dengan jangka waktu panjang dan sangat bergantung kepada seluruh pengalaman hidup seseorang, Peristiwa atau situasi yang khusus dapat mempercepat memicu kecemasan tetapi hanya jika pola kecemasan yang mendasari terbentuk dalam pengalaman hidup seseorang.

Adapun empat faktor utama yang mempengaruhi perkembangan pola dasar yang menunjukkan respons kecemasan

⁴¹ Annisa, D., & Ifdil, “*Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*”, hlm 96

- 1) Lingkungan: Lingkungan sekitar tempat tinggal dapat mempengaruhi persepsi seseorang tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini mungkin bisa disebabkan dari pengalaman seseorang dengan keluarga, dengan sahabat dengan rekan sekerja, dll. Kecemasan wajar timbul apabila seseorang merasakan tidak nyaman terhadap lingkungan Anda.
- 2) Emosi yang ditekan: Kecemasan dapat melanda ketika seseorang tidak dapat menemukan jalan keluar untuk emosionalnya dalam hubungan interpersonal. Ini terutama benar jikalau seseorang menekan rasa amarah atau frustrasi untuk waktu yang lama.
- 3) Sebab-sebab fisik: Interaksi antara pikiran dan tubuh senantiasa dapat menyebabkan munculnya kecemasan. Hal ini biasanya terjadi pada kondisi seperti masa kehamilan, masa pubertas remaja dan pemulihan dari penyakit. Dalam situasi ini, perubahan suasana hati muncul sering terjadi, dan dapat menyebabkan kecemasan.
- 4) Keturunan: Meskipun gangguan emosional mengalami terjadi dalam keluarga-keluarga tertentu, namun hal ini tidak selalu menjadi penyebab terpenting dari kecemasan.⁴²

3. Terapi wudhu

⁴² Savitri Ramaiah, "*Kecemasan. Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*", (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003 hlm 10-12

a. Pengertian Terapi Wudhu

Terapi dalam bahasa Inggris mempunyai arti yaitu pengobatan dan penyembuhan, sedangkan pada bahasa Arab kata terapi yakni *al-istisyfa'* yang berasal dari *syafa-yasyfi-syifa'* yang artinya menyembuhkan.⁴³ Menurut kamus lengkap psikologi, terapi yakni suatu tindakan dan pengobatan ditunjukkan kepada penyembuhan suatu kondisi patologis (pengetahuan perihal penyakit atau gangguan).⁴⁴

Wudhu secara etimologi menurut Wahbah Al-Zuhaili pengertian الوضوء yaaitu mempergunakan air yang bersih pada bagian tubuh tertentu dengan tujuan untuk membersihkan dan menyucikan.⁴⁵ Kegiatan wudhu ialah kegiatan membasuh pada anggota badan dengan air untuk menghilangkan kotoran batin. Sebelum menghadap Allah SWT, setiap muslim mempersiapkan diri dengan hati yang bersih dan suci.⁴⁶

Pendapat lain diungkapkan oleh Oan Hasanudin pada bukunya *Mukjizat Berwudhu* menerangkan bahwa ada dua hal yaitu pertama untuk membersihkan diri dan menyempurnakan nikmat Allah SWT yang

⁴³ Lahmuddin Lubis, *"Konseling dan Terapi Islam"* (Medan: Perdana Publishing, 2018) hlm 178

⁴⁴ J.P. Chaplin, *"Kamus Lengkap Psikologi"*, (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2001) hlm 507

⁴⁵ Muhammad Afif dan Uswatun khasanah, "Urgensi Wudhu dan Relevansinya Bagi Kesehatan (Kajian Ma'anil Hadits) dalam Perspektif Imam Musbikin". *Jurnal Studi Hadis*, Vol. 3 No. 2 Tahun 2018 hlm 220

⁴⁶ Moh. Ali Aziz, *"60 Terapi shalat Bahagia"* (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2013) hlm 29

telah diberi kepada manusia. Kedua, wudhu ialah kesucian atau kebersihan dan penyempurnaan rahmat kolerasi dengan kesehatan holistic, baik jasmani, maupun rohani.⁴⁷

Beberapa poin-poin di atas, kesimpulan yang dapat diambil bahwa pengertian terapi wudhu ialah suatu perlakuan untuk menyembuhkan dengan membasuh pada anggota tubuh untuk membersihkan diri dan menyempurnakan nikmat Allah.

Wudhu merupakan sarana pembersih jiwa yang diawali dari bagian terluar tubuh sampai dengan bagian paling spiritual kita.⁴⁸ Oleh karena itu, sebelum melakukan kegiatan berwudhu perlu memperhatikan kebersihan diri, kebersihan pakaian, dan badan yang suci dari najis agar semua ibadah yang dilakukan tidak akan menjadi sia-sia. Nabi SAW menegaskan lebih jelas tentang fungsi wudhu sebagai pembersih dosa. Wudhu bisa berfungsi demikian jika dikerjakan dengan penghayatan dan dzikir.

Kebesaran nikmat air lainnya adalah bahwa ia memberikan rasa segar ketika kita berwudhu atau mandi. Otot yang lemas menjadi kuat kembali. Agar air bisa berfungsi dengan maksimal sampai ke hati, maka wudhu harus disertai dengan dzikir, paling tidak dengan membaca basmallah “Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang” sebagaimana

⁴⁷ Darmadi, “*Hidup Sehat dengan Terapi Air Wudhu*” (Yogyakarta: Diandra Kreatif, 2017) hlm 4

⁴⁸ Moh. Ali Aziz, “*60 Terapi shalat Bahagia*” hlm 31

diajarkan nabi SAW.⁴⁹ Berwudhu mempunyai kegunaan yaitu untuk membantu memudahkan pikiran agar dapat fokus dan konsentrasi. Ketika melaksanakan berwudhu, kita diharuskan mengusap kepala dengan air.

Hal ini akan memberikan efek sejuk dan kesegaran pada kepala kita yang akan terus mengalirkan rasa sejuk ini sampai kepada pikiran kita, sehingga pikiran dan perasaan yang dirasakan menjadi lebih tenang. Dengan pikiran yang tenang, kita mampu untuk mengonsentrasikan pikiran kita.⁵⁰

b. Syarat-Syarat Wudhu

Adapun syarat-syarat wudhu yaitu :

1) Beragama Islam

Wudhu merupakan salah satu bentuk ibadah dalam Islam dimana orang yang melakukannya dengan ikhlas serta sesuai dengan tuntunan Allah SWT akan diberi pahala. Adapun orang kafir, amalan-amalan, mereka seperti debu yang berterbangan yang tidak akan diterima Allah SWT.

2) Niat

Rasulullah SAW bersabda “sesungguhnya amal itu tergantung niatnya, dan setiap orang

⁴⁹ Moh. Ali Aziz, “60 Terapi shalat Bahagia” hlm 30-31

⁵⁰ Syaiful Anwar Al-Batawy, “*Dahsyatnya Air Wudhu*”, (Jakarta: Lembar Langit Indonesia, 2015) hlm 61

hanyalah mendapatkan apa yang diniatkan.” (HR. Bukhari dan Muslim).

Oleh karena itu, orang yang akan melakukan berwudhu, namun niatnya hanya sekedar untuk mendinginkan badan atau menyegarkan badan tanpa diniati untuk menjalankan perintah Allah dan Rasul-Nya. Berwudhu dengan menghilangkan hadats sehingga berwudhunya tidak akan sah. Membaca niat harus diperhatikan bahwa di sini dibaca niat dilakukan di dalam hati dan tidak perlu dilafadzkan.

3) Berakal sehat

Orang yang gila tidak diwajibkan dan tidak sah wudhunya, yaitu pada waktu gila ataupun ketika penyakitnya kambuh, wudhu juga tidak diwajibkan bagi orang yang tidur dan Yang Terlupa. wudhu tidak sah apabila dilakukan oleh kedua orang yang tersebut. Pendapat ini diutarakan menurut jumbuh ulama selain mazhab Hanafi.

4) Tamyiz (Dewasa)

Wudhu tidak diwajibkan kepada anak-anak dan wudhunya tidak sah melainkan dari seseorang yang mumayyiz. Maksud dari mumayyiz yaitu anak laki-laki ataupun perempuan yang dapat membedakan antara baik dan buruk bagi dirinya.

5) Tamsiyah

Tasmiyah ialah membaca “*Bismillah*”. Dapat juga apabila ditambah menjadi “*Bismillahirrohmanirohim*”. Tasmiyah dilakukan

ketika akan memulai sholat merupakan syarat sah wudhu berdasarkan sabda Rasulullah SAW:

“Tidak ada shalat bagi orang yang tidak berwudhu dan tidak ada wudhu bagi orang yang tidak menyebut nama Allah (tasmiyah)” (HR. Ibnu Majah, Hasan).

6) Menggunakan air yang suci

Air yang suci merupakan air yang tidak tercampur oleh zat/barang yang najis sehingga akan mengubah salah satu dari tiga sifat yaitu bau, rasa, dan warna kemudian air telah terkena najis, misalnya air kencing atau lainnya, kemudian berubah menjadi salah satu diantara ketiganya sifat air tersebut menjadi ijma'.⁵¹

c. Manfaat Wudhu

Wudhu memiliki manfaat untuk membantu pikiran berkonsentrasi. Saat berwudhu, kita diwajibkan mengusap kepala dengan air. Ini akan memberikan efek sejuk pada kepala kita yang akan terus mengalirkan rasa sejuk ini sampai ke pikiran kita, sehingga pikiran kita menjadi tenang. Dengan pikiran yang tenang, kita lebih mampu untuk mengonsentrasikan pikiran kita. Para ahli saraf (neurologist) telah membuktikan bahwa air wudhu yang mendinginkan ujung-ujung saraf jari-jari tangan dan jari-jari kaki memiliki pengaruh untuk memantapkan konsentrasi pikiran.

⁵¹ Syaiful Anwar Al-Batawy, “*Dahsyatnya Air Wudhu*”, hlm 12

Selain itu wudhu juga mempunyai banyak sekali manfaat dan hikmah diantara:

1. Bersuci atau membersihkan diri dengan berwudhu adalah merupakan bagian dari iman dan diwajibkan oleh Allah SWT
2. Orang yang sering berwudhu, maka wajahnya akan bercahaya pada Hari Kiamat nanti, bahkan Rasulullah SAW dapat mengenali orang tersebut sebagai umatnya dari bekas wudhu
3. Menggugurkan dosa-dosa kecil serta meninggikan derajat
4. Wudhu dapat membuka pintu surga bagi orang yang senantiasa mengamalkannya
5. Menghapuskan kesalahan-kesalahan yang diperbuat oleh tubuh.⁵²
6. Menjaga kesehatan mulut dengan berkumur
7. Menjaga kesehatan hidung dan mencegah penyakit pernapasan (ISPA)
8. Membersihkan dan mencerahkan wajah
9. Memperlancar peredaran darah
10. Mencegah kanker kulit
11. Memudahkan pikiran berkonsentrasi
12. Sebagai *Hydrotherapy* (Terapi/pijat air)⁵³

Selain memiliki manfaat untuk kesehatan fisik, wudhu juga memiliki manfaat yang besar bagi kesehatan psikis salah satunya yaitu untuk meredakan

⁵² Syahrudin El-Fikri, “*Sehat dengan Wudhu*” (Jakarta: AMP Press, 2016), hlm 100

⁵³ Syaiful Anwar Al-Batawy, “*Dahsyatnya Air Wudhu*”, hlm 55

gejolak amarah. Rasulullah mengajarkan bahwa jika kita marah dan dalam keadaan berdiri, maka duduklah. Jika belum reda juga amarah kita, maka berbaringlah. Jika belum mampu juga menetralsisir amarah kita, maka berwudhulah. Karena wudhu akan menetralsisir amarah yang bergejolak. Dengan berwudhu, psikis kita yang semula begejolak dan tidak stabil karena amarah akan menjadi tentram kembali. Kita kembali bisa berikir tenang dan jernih.

d. Tata Cara Pelaksanaan Wudhu

Dalam buku yang ditulis oleh Masaru Emoto seorang peneliti berasal dari Negara Jepang telah meneliti mengenai rahasia-rahasia dan kekuatan yang ada pada air. Emoto berhasil menemukan penemuan bahwa partikel partikel-partikel air dapat merespon, memahami, menangkap segala jenis bentuk komunikasi, gelombang, sinyal, energi segala sesuatu yang ada di sekamurnya. Termasuk memahami dan merespon perkataan, pancaran energi, bahasa hati, emosi manusia. Dalam penelitiannya itu, dia meneliti bentuk respon partikel air dengan menggunakan miskroskop mikro elektron yang sebelumnya air sudah dibekukan pada temperatur tertentu.

Sejumlah air yang diberikan perlakuan yang berbeda memberikan respon yang berbeda pula. Itu dapat kamu lihat melalui perubahan bentuk yang di berikan oleh partikel air itu. Perlakuan yang baik terhadap air termasuk berkata-kata indah atau menempelkan suatu kata-kata indah akan

menghasilkan bentuk partikel air yang indah pula. Begitupula sebaliknya. Dalam percobaanya, Masaru Emoto juga mencoba melakukan hal yang sama dengan berbagai macam bahasa. Dan hasilnya pun sama. Sehingga dapat dikatakan bahwa air dapat memahami pula segala jenis bahasa.⁵⁴

Ketika kita melakukan wudhu maka hendaknya kita juga mengucapkan kata-kata positif, membaca doa-doa atau berdzikir supaya partikel-partikel air yang indah dan air tersebut mengirimkan pesan ke dalam tubuh kita agar selalu dalam keadaan sehat. Air yang mengandung getaran ini mendorong ke luar getaran negatif yang berada dalam tubuh. Akibatnya metabolisme dalam tubuh menjadi sehat seta menjadikan pikiran terhindar dari stres.

Oleh karena itu sebelum melakukan terapi berwudhu maka konselor menjelaskan tata cara pelaksanaan terapi wudhu agar konseli dapat mendapatkan manfaat wudhu. Berikut tata cara pelaksanaan berwudhu:

- 1) Membaca niat sebagai kesungguhan untuk menjalankan wudhu karena perintah Allah SWT semata. Adapun bacaan niat sebelum berwudhu yaitu:

نَوَيْتُ الْوُضُوءَ لِرَفْعِ الْحَدَثِ الْأَصْغَرِ قَرْضًا لِلَّهِ تَعَالَى

⁵⁴ Rahmat Sunnara, “A-Z Seputar Wudhu (Thaharah/Bersuci)”, (Banten: Kenanga Pustaka Indonesia, 2009) hlm 45

Artinya: “*Saya niat berwudhu untuk menghilangkan hadats kecil fardu karena Allah*”⁵⁵

- 2) Mulailah wudhu dengan membaca, “*Bismillahirrohmanirohimi*” sambil membasuh kedua telapak tangan sampai pergelangan tangan. Hubungkan jiwa kita kepada Allah SAW serta rasakan bahwa Anda sedang melakukan proses pembersihan jiwa sampai muncul getaran rasa tenang dan sejuk di dada.
- 3) Berkumur-kumur tiga kali untuk membersihkan mulut. Berkumur sambil memohon semua yang kita ucapkan merupakan perkataan yang benar dan memohon ampun kepada Allah SWT dari semua dosa yang bersumber dari mulut.
- 4) Menghirup air ke hidung dan mengeluarkannya kembali sebanyak tiga kali sambil mensyukuri nikmat Allah memiliki indra penciuman dan dapat menghirup udara segar yang diberikan Allah SWT.
- 5) Membasuh wajah secara merata sebanyak tiga kali. Hadirkan jiwa agar tetap tersambung kepada Allah. Sadarilah bahwa kita sedang melakukan proses pembersihan jiwa yang akan menjadi sangat hening dan peka serta getaran ketersambungan semakin kuat(khusyuk).

⁵⁵Muhammad Akrom, “*Terapi Wudhu: Sempurna Shalat, Bersihkan Penyakit*”, (Yogyakarta: MedPress Digital, 2012) hlm 25

- 6) Membasuh kedua tangan dimulai tangan kanan selanjutnya tangan kiri. Dalam hati sambil mengucapkan memohon agar tangan ini dapat menghasilkan rezeki yang halal, tolong menolong dengan orang, dan dapat menghasilkan karya yang bermanfaat.
- 7) Mengusap kepala tiga kali. Dengan mengusap air wudhu ke kepala sambil mensyukuri diberikan nikmat akal pikiran yang sehat, memohon diberikan kecerdasan intelektual dan emosional sehingga dapat menghasilkan karya dan selalu berfikir positif kepada sesama orang lain.
- 8) Mengusap kedua daun telinga tiga kali, jari telunjuk mengusap telinga bagian luar. Dengan telinga kita dapat mendengarkan nasihat-nasihat dari orang lain, lantunan ayat-ayat Al-Qur'an, serta peka dengan panggilan-Mu.
- 9) Membasuh kedua kaki sampai mata kaki. Dimulai dengan membasuh kaki kanan tiga kali, baru dilanjutkan dengan membasuh kaki kiri tiga kali pula. Ketika beraktivitas kaki selalu membawa kita ke tempat-tempat yang kita tuju, oleh karena itu ketika mengusap kaki sambil meminta agar setiap langkah yang kita tempuh mendapatkan berkah, dan diarahkan ke jalan yang baik dan benar.
- 10) Lakukan semua gerakan wudhu dengan rileks, tidak terburu-buru agar jiwa kita tetap tersambung kepada Allah, sehingga getaran kekhusyukan

dalam wudhu itu akan terus terbawa sampai kita melakukan sholat.

- 11) Menutup dengan menyempurnakan wudhu kita dengan berdoa kepada Allah dengan doa sebagai berikut :

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ
مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ
وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ، وَجْعَلْنِي مِنْ عِبَادِكَ
الصَّالِحِينَ

Artinya: *“Aku bersaksi, tidak ada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagi-Nya, dan aku mengaku bahwa Nabi Muhammad itu adalah hamba dan Utusan Allah. Ya Allah, jadikanlah aku dari golongan orang-orang yang bertaubat dan jadikanlah aku dari golongan orang-orang yang suci dan jadikanlah aku dari golongan hamba-hamba Mu yang shaleh.”*⁵⁶

e. Hal-Hal yang Membatalkan Wudhu

⁵⁶ Syaiful Anwar Al-Batawy, “*Dahsyatnya Air Wudhu*”, hlm 195

Adapun hal-hal yang dapat membatalkan wudhu yang dapat membatalkan wudhu seseorang yaitu sebagai berikut :

- 1) Keluar sesuatu dari dua pintu (qubul dan dubur) atau salah satu dari keduanya baik berupa kotoran, kotoran, air kencing, angin, mani, dsb
- 2) Hilangnya akal, baik gila, pingsan ataupun mabuk
- 3) Sengaja menyentuh kemaluan atau dubur dengan telapak tangan milik sendiri ataupun orang lain baik dewasa maupun anak-anak
- 4) Tidur, kecuali apabila tidurnya dengan duduk dan masih dalam keadaan semula atau tidak berubah posisinya
- 5) Bersentuhan antara kulit laki-laki dengan perempuan yang bukan mahram/ haram dikawini (menurut Imam Syafi'i)
- 6) Sedangkan menurut Imam Hanafi, hanya menyentuh saja tidak membatalkan karena yang membatalkan Adalah bersetubuh, namun wudhu menurut Imam Hanafi adalah dengan membasuh seluruh bagian kepala dan bukan sebagian kepala.⁵⁷

4. Aplikasi Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan Orang Tua yang Memiliki Anak Speech Delay

⁵⁷ Rahmat Sunnara, “A-Z Seputar Wudhu (Thaharah/Bersuci)”, (Banten: Kenanga Pustaka Indonesia, 2009) hlm 10-11

Di masa yang akan datang tentu semua orang akan menjadi dewasa lalu menikah dan mempunyai seorang anak. Setelah pasangan suami istri dikaruniai seorang anak tentu mereka harus siap menjadi orang tua yang dapat mendidik serta mengasuh anaknya. Anak akan selalu mengalami masa-masa tumbuh dan berkembang mulai dari tengkurap, merangkak, berdiri, berjalan, berlari, hingga belajar berbicara. Namun beberapa anak mempunyai pertumbuhan dan perkembangan yang berbeda dengan anak pada umumnya, seperti halnya dalam keterlambatan dalam berbicara atau *Speech Delay*. Tentu saja sebagai orang tua yang belum berpengalaman merasakan kecemasan karena anaknya mengalami hambatan dalam berbicara.

Berbicara merupakan penyampaian kata-katagagasan, ide, serta pesan kepada orang lain sebagai bentuk komunikasi. Ketika anak belum mampu mengucapkan kata-kata tentu membuat orang lain atau teman sebayanya tidak mengerti apa yang dia inginkan namun anak tersebut mampu mengerti apa yang diucapkan oleh orang lain. Oleh karena itu sebagai orang tua merasa sangat cemas apabila anaknya tidak mampu mengucapkan kata-kata dan jika tidak ditangani maka anaknya akan menjadi pribadi yang penutup dan mengalami terlambat dalam perkembangannya.

Sebagai intervensi upaya dalam membantu konseli sehingga dipilihlah terapi wudhu untuk menangani permasalahan yang dialami konseli. Tujuan dilakukan terapi wudhu sebagai rasa penenang hati dan jiwa juga dapat meredam segala emosi konseli yang sedang gelisah.

Kegiatan berwudhu dimulai dari membaca niat dan basmallah, lalu berkumur, membasuh hidung, membasuh muka, membasuh kedua tangan, membasuh kepala, dan membasuh kedua kaki yang dilakukan dengan tertib. Setelah berwudhu konseli membaca doa setelah berdoa. Melakukan kegiatan berwudhu dengan meresapi setiap gerakan-gerakan berwudhu dan konselor mengarahkan seperti ketika membasuh wajah konseli berdoa “semoga air yang dibasuhkan membuat jernih wajah saya dan pikiran saya mejadi tenang”. Ketika kita melakukan wudhu hendaknya mengucap kata-kata positif, membaca doa-doa atau berdzikir supaya partikel-partikel air yang indah dan air tersebut mengirimkan pesan ke dalam tubuh kita agar air wudhu yang dibasukan dapat meresapi serta menghayati basuhan air wudhu sehingga konseli mendapatkan manfaat dari berwudhu. Karna sifat air yang menyegarkan sehingga ketika melakukan wudhu maka pikiran menjadi segar dan dapat berkonsentrasi.

Setelah melakukan berwudhu konselor merefleksi konseli dengan menanyakan perasaan setelah melakukan terapi wudhu ini. Konselor juga memberikan saran dan motivasi untuk konseli agar selalu mendampingi anaknya dan menikmati proses pertumbuhan anaknya.

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi wudhu untuk Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Anak Jalanan di UPTD Kampung Anak Negeri Kota Surabaya oleh Ar.Byanfikas Musita

Persamaan dari kedua penelitian ini adalah sama-sama menggunakan treatment yang membantu konseli menyelesaikan permasalahannya melalui konseling Islam dan melalui terapi wudhu.

Perbedaan dari kedua penelitian ini adalah penelitian terdahulu meneliti tentang menumbuhkan rasa percaya diri pada anak jalanan. Sedangkan penelitian saat ini dilakukan meneliti tentang kecemasan pada orangtua yang memiliki anak *speech delay*.

2. Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (Speech Delay) di RSUD Dr. M. Ashari Peralang oleh Inas Tsuraya

Persamaan dari kedua penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang kecemasan orang tua yang memiliki anak terlambat berbicara.

Perbedaan dari kedua penelitian ini adalah peneliti terdahulu menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif yang datanya berupa angka sedangkan penelitian yang akan diteliti saat ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif yang datanya berupa kata-kata menjelaskan, menceritakan, serta menarasikan permasalahan.

3. Gambaran Kecemasan Orangtua yang hanya Memiliki Anak Perempuan di Kabupaten Tabanan, Bali oleh Kadek Ayu Monika dan David Hizkia Tobing

Persamaan dari kedua penelitian ini adalah sama-sama melakukan penelitian tentang upaya menangani kecemasan orang tua.

Perbedaan dari kedua penelitian ini terletak pada subjek permasalahan penelitian. Penelitian terdahulu menggunakan subjek permasalahan kecemasan orang tua

yang hanya memiliki anak perempuan sedangkan penelitian yang akan dilakukan meneliti permasalahan kecemasan pada orang tua yang memiliki anak speech delay.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Hal ini diungkapkan oleh Denzin dan Lincoln yang mengatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah yang tujuannya untuk menjelaskan terjadinya fenomena dan dilakukan melalui partisipasi dari berbagai metode yang ada.⁵⁸ Pendekatan kualitatif pada penelitian ini berupa kata-kata yang menjelaskan bagaimana permasalahan itu muncul serta menceritakan penanganannya.

Jenis penelitian adalah studi kasus. Studi kasus merupakan eksplorasi mendalam yang melibatkan investigasi kasus/identifikasi masalah, yang dapat didefinisikan sebagai objek studi untuk melakukan penelitian perihal waktu, tempat, atau batas-batas fisik.⁵⁹ Studi kasus digunakan untuk mempelajari dan menyelidiki suatu fenomena yang terjadi pada individu.

Peneliti memilih jenis penelitian ini karena ingin menelaah data sebanyak mungkin untuk memperdalam fenomena permasalahan di lapangan secara rinci agar mengetahui gejala-gejala kecemasan yang dirasakan oleh konseli. Serta membantu mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

⁵⁸ Albi Anggito and Johan Setiawan, "*Metodelogi Penelitian Kualitatif*" (Sukabumi: Jejak Publisher, 2018) hlm 07

⁵⁹ Muh. Fitrah dan Lutfiyah, "*Metodelogi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*" (Sukabumi: Jejak Publisher, 2017) hlm 37

B. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Sebuah penelitian pasti ada subjek penelitian yang akan diteliti, oleh karena itu perlu adanya subjek penelitian yang menjadi sasaran penelitian. Adapun sasaran dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak *speech delay* yang sedang mengalami kecemasan pada anaknya.

Lokasi penelitian merupakan tempat dimana penelitian akan dilaksanakan untuk memperoleh data atau informasi yang berkaitan dengan permasalahan penelitian. Lokasi pada penelitian ini berada di Kelurahan/Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Data merupakan semua informasi atau bahan yang harus dicari, dikumpulkan dan dipilih oleh peneliti untuk memecahkan suatu permasalahan.⁶⁰ Adapun jenis data yang dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

a. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh di lapangan atau lokasi penelitian dari subjek penelitian. Dalam penelitian ini data primer diambil pada saat observasi dan wawancara dengan konseli tentang fenomena yang terjadi pada saat itu yaitu tentang kecemasan yang dialami konseli kepada anaknya yang sedang mengalami keterlambatan dalam berbicara.

b. Data Sekunder

Data Sekunder ialah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber

⁶⁰Farida Nugrahani, "*Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*", (Solo: Cakra Books, 2014) hlm 107

partisipan yang ada (peneliti sebagai tangan kedua). Pada penelitian ini, data sekunder didapatkan melalui wawancara dengan triangulasi atau kerabat terdekat yaitu suami, adik ipar konseli serta ibu konseli. Adapun data sekunder juga diperoleh melalui buku-buku, jurnal, dan penelitian lainnya yang digunakan untuk mendukung jalannya penelitian yang akan dilaksanakan sebagai pedoman untuk proses konseling.

2. Sumber Data

Sumber data diperoleh dikelompokkan menjadi dua sumber yaitu dua sumber yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang memuat data utama yaitu data yang didapatkan secara langsung di lapangan. Sumber data primer didapatkan dari konselli yang menjadi narasumber dalam penelitian ini.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder ialah sumber data tambahan yang diambil tidak secara langsung di lapangan, melainkan dari sumber yang sudah dibuat orang lain. Sumber data sekunder didapatkan melalui wawancara dengan suami, ibu konseli dan adik ipar konseli sebagai triangulasi serta buku-buku yang berkaitan dengan penelitian tentang terapi wudhu untuk menangani kecemasan orang tua yang memiliki anak *speech delay*. Hal ini dilakukan sebagai pendukung serta data pelengkap penelitian yang akan dilakukan.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Wawancara

Wawancara merupakan proses penggalan data melalui percakapan dan tanya jawab yang dilakukan dengan maksud tertentu, dari dua pihak atau lebih.⁶¹ Wawancara dilakukan untuk bertukar informasi perihal kejadian, kegiatan, motivasi, perasaan, memverifikasi, serta dapat memperluas untuk mendapatkan informasi dari berbagai sumber informasi. Wawancara juga dilakukan agar mendapatkan data yang akurat, terperinci, serta dapat dipertanggung jawabkan.

Teknik dalam melakukan wawancara agar mendapatkan informasi yang lebih banyak, informasi yang mendalam dan lebih terperinci, maka teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yakni *in-depth interview* atau wawancara secara mendalam. Pada penelitian ini wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi secara mendalam agar dapat memberikan solusi serta arahan tentang Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay*. Dengan melakukan percakapan dan saling bertukar informasi konselor dapat mengetahui permasalahan yang dialami oleh konseli.

2. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan oleh seorang peneliti yang untuk memperoleh berbagai informasi atau data seputar

⁶¹Farida Nugrahani, "*Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*" hlm 125.

perkembangan dan permasalahan seseorang melalui pengamatan dan pencatatan secara sengaja dan sistematis terhadap kejadian atau gejala yang nampak ketika kejadian itu berlangsung.⁶²

Kegiatan observasi merupakan kegiatan mencari fenomena yang ada pada lapangan bukanlah kegiatan interpretasi, sehingga hasil yang diperoleh ketika observasi masih berupa fakta yang sesuai apa adanya. peneliti tidak boleh menambahi dan mengartikan kegiatan individu yang diamati. Data yang ada pada lapangan apa adanya dengan kejadian sebenarnya. Data yang berkaitan dengan observasi yaitu tentang bagaimana keseharian konseli, lokasi konseli, menjawab setiap pertanyaan konseli serta gerak-gerik konseli.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pencarian data dan pengumpulan bukti serta keterangan mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, agenda, gambar dan referensi lain.⁶³ Data yang berkaitan dengan dokumentasi yaitu buku-buku yang berkaitan pada penelitian yang dilaksanakan ini, foto proses konseling, dll.

E. Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian merupakan bagian terpenting dalam pelaksanaan penelitian karena pada tahap ini merupakan langkah-langkah pelaksanaan penelitian. Menurut Nasution tahap-tahap penelitian

⁶² Mohammad Thohir, *Appraisal Dalam Bimbingan Dan Konseling (Layanan Pegumpulan Data Dengan Non-Tes)*, n.d., hlm 40.

⁶³ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, "*Dasar Metodologi Penelitian*" (Yogyakarta: Literasi Media, 2015) hlm 67.

dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap orientasi, tahap eksplorasi, dan tahap *member check*.

1. Tahap Orientasi

Pada tahap orientasi ini menciptakan hubungan yang harmonis antara peneliti dengan responden. Tahap orientasi ini merupakan tahap pendekatan yang dilakukan untuk memperoleh informasi seluas-luasnya mengenai masalah penelitian sekaligus menentukan fokus penelitian.

2. Tahap Eksplorasi

Tahap eksplorasi merupakan tahap untuk penggalian dan pengumpulan data sesuai dengan permasalahan yang diteliti. Pengumpulan data dilakukan dengan proses terapi, wawancara, observasi dan juga dokumentasi yang digunakan untuk hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan dalam penelitian.

3. Tahap *Member Check*

Pada tahap *member check* merupakan tahap seleksi atau penafsiran dan dilakukan untuk mengecek kebenaran dari informasi-informasi yang dikumpulkan pada saat proses terapi dilaksanakan. Hal ini bertujuan untuk menyeleksi informasi yang diperoleh sesuai dengan apa yang dimaksudkan oleh responden. Peneliti juga harus menyortir kembali catatan-catatan hasil wawancara agar dapat menguji validitas data.

Pada bagian analisis data dilakukan proses pencarian dan mengkategorikan secara sistematis transkrip-transkrip wawancara, catatan lapangan dan data-data lain agar peneliti berhasil menampilkan hasil temuannya.⁶⁴

⁶⁴ Ajat Rukajat, "*Pendekatan Penelitian Kualitatif*", (Yogyakarta: Deepublish, 2018), hlm 45.

F. Teknik Validitas Data

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Agak sulit mempercayai hasil penelitian kualitatif jika peneliti hanya mengunjungi ke lapangan sekali. Walaupun pun dengan alasan menghabiskan hari ketika di lapangan. Dalam hal ini peneliti perlu memperpanjang pengamatannya dikarenakan jika hanya mengunjungi sekali saja ke lokasi penelitian, maka akan sulit mendapatkan menjalin hubungan atau kesepakatan dengan para partisipan lokasi penelitian.

Lamanya perpanjangan pengamatan tergantung pada kedalaman, keleluasaan, dan kepastian data. Maksud kedalaman yakni apakah peneliti menggali data kata-kata lebih mendalam lagi hingga diperoleh maksud dibalik yang tampak tersebut. Artinya, Segala sesuatu belum dapat dimaksimalkan jika hanya dilakukan dalam satu kali.

Peneliti kembali ke lapangan setelah menganalisis data dan telah merumuskan sejumlah kategori. Peneliti menambahkan waktu untuk mengkaji apa telah yang dirumuskannya dengan perspektif para partisipan. Oleh karena itu, peneliti mencoba membersihkan kemungkinan bias pribadinya.⁶⁵

2. Ketekunan Pengamat

Ketekunan pengamat adalah suatu upaya untuk memperdalam, terperinci serta mendapatkan data yang relevan dengan persoalan penelitian yang dikaji. Ketekunan peneliti dapat membantu menemukan fokus penelitian penelitian untuk mencapai "kedalaman" data yang dikumpulkan dan dianalisis. Dalam ketekunan pengamatan, peneliti harus

⁶⁵ Helaluddin and Hengki Wijaya, "*Analisis Data Kualitatif: Sebuah Tinjauan Teori & Praktik*" (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2019), hlm 134-135.

memeriksa kembali bahwa apakah temuan sementara relevan dan menggambarkan konteks peneliti yang spesifik.

3. Triangulasi

Triangulasi ialah salah satu teknik untuk pengumpulan data dalam mendapatkan hasil dan interpretasi data yang lebih akurat dan dapat diandalkan. Beberapa cara yang dapat digunakan yaitu dengan menggunakan berbagai sumber yang banyak dan menggunakan metode berbeda. Triangulasi dilakukan dengan cara menggali informasi dari beberapa sumber ataupun narasumber yang lebih banyak serta menganalisis perbedaan pendapat dari beberapa sumber terhadap data yang bersangkutan.

Dalam triangulasi ini peneliti mengambil data dari *significant other* yaitu suami dan ibu konseli untuk mencocokkan data pada sesi follow-up serta untuk mengetahui datanya sesuai dengan perubahan konseli.

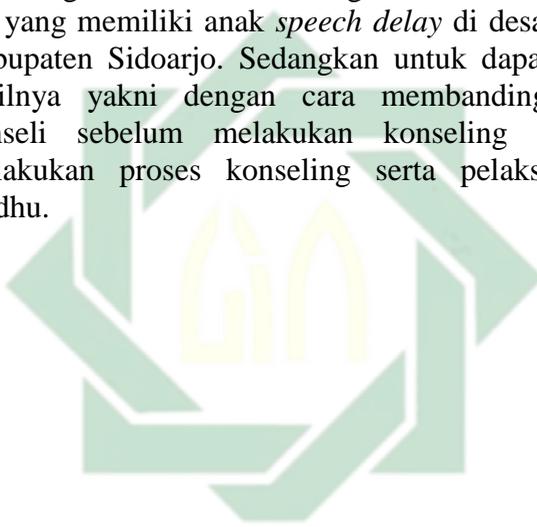
G. Teknik Analisis Data

Analisis data ialah proses pengorganisasian dan pengklasifikasian data menjadi pola, kategori dan unit deskriptif dasar sehingga topik dapat ditemukan dan hipotesis dapat diajukan untuk mengoperasikan berdasarkan data.⁶⁶ Dalam hal ini, tugas analisis data adalah organisasi, Pengurutan, pengelompokan, pengkodean dan klasifikasi. Mengelompokkan manajemen data bertujuan untuk mengorganisasikan secara sistematis hasil wawancara dan observasi, menginterpretasikannya, dan menyajikan pemikiran, pandangan, teori atau gagasan

⁶⁶ Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, "*Dasar Metodologi Penelitian*" (Yogyakarta: Literasi Media, 2015) hlm 98.

baru. menafsirkannya dan menghasilkan suatu pemikiran, pendapat, teori atau gagasan yang baru. Inilah yang disebut hasil temuan atau *findings*.⁶⁷

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif komparatif yaitu dengan cara membandingkan antara kajian teoritik dengan data yang diperoleh dilapangan untuk mengetahui proses konseling Islam untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay* di desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo. Sedangkan untuk dapat mengetahui hasilnya yakni dengan cara membandingkan kondisi konseli sebelum melakukan konseling dan sesudah melakukan proses konseling serta pelaksanaan terapi wudhu.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁶⁷ J. R. Raco, "*Metode Penelitian Kualitatif (Jenis, Karakteristik, Dan Keunggulannya)*" (Jakarta: PT Grasindo, 2010) hlm 121.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Desa Sedati Gede merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Sedati Kabupaten Sidoarjo dengan luas wilayah kurang lebih 1,70 km².⁶⁸ Adapun batas-batas wilayah desa Sedati Gede adalah sebagai berikut :

- a. Sebelah utara berbatasan dengan desa Pabean
- b. Sebelah selatan berbatasan dengan desa Betro dan desa Sedati Agung
- c. Sebelah timur berbatasan dengan desa Semampir dan Bandara Juanda
- d. Sebelah barat berbatasan dengan desa Bono dan Desa Manyar

Jumlah penduduk yang berada di desa Sedati Gede 10.060 jiwa yang terdiri dari 3.372 Kepala Keluarga (KK). Jumlah laki-laki sebanyak 5.086 jiwa dan jumlah perempuan 4.974 jiwa.⁶⁹ Keadaan sosial yang ada di desa Sedati Gede ini tergolong cukup baik yang tercermin dari sikap masyarakatnya yang saling tolong menolong ketika warga lainnya sedang mengalami kesusahan/musibah warga berbondong-bondong untuk menjenguk serta bahu membahu dalam bergotong royong dalam membersihkan sungai maupun menebang pohon yang sudah rimbun dan menutupi jalan. Mayoritas penduduk desa Sedati Gede ini

⁶⁸ Badan Pusat Statistik Kabupaten Sidoarjo, “*Kecamatan Sedati Dalam Angka 2018*” (Sidoarjo: BPS Kabupaten Sidoarjo, 2018) hlm 01

⁶⁹ Badan Pusat Statistik Kabupaten Sidoarjo, “*Kecamatan Sedati Dalam Angka 2018*” hlm 11 dan 13

memeluk agama Islam maka masyarakat sering mengadakan acara keagamaan seperti halnya istighsah bersama, tahlilan yang dilaksanakan setiap malam jum'at, fatayat (pengajian ibu-ibu), maulid nabi, tahun baru hijriah, pembacaan yasin (yasianan), dan acara keagamaan lainnya.

Adapun kegiatan sosial desa yang dilakukan oleh masyarakat di desa Sedati Gede seperti kegiatan posyandu, kegiatan arisan yang dilakukan dua kali dalam sebulan, organisasi karang taruna yang dilakukan oleh para remaja, dll.

2. Deskripsi Konselor

Konselor merupakan orang yang membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh konseli (klien) dengan mengarahkan serta memberikan motivasi kepada konseli.

Nama Konselor : Rahmah Isnata Asar
Tempat Tanggal Lahir : Surabaya, 12 Agustus 1999
Umur : 21 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Griya Karya Sedati Permai
Blok AB-04 Sedati Gede,
Sedati, Sidoarjo
Status : Belum menikah
Pendidikan : Mahasiswa di UIN Sunan
Ampel Surabaya

Riwayat Pendidikan

TK : TK Dharma Wanita Sedati Gede
SD : SDN Sedati Gede 1 Sidoarjo
SMP : SMP Muhammadiyah 4 Surabaya
SMA : SMAN 1 Waru Sidoarjo

Konselor mempunyai pengalaman menempuh perkuliahan pada mata kuliah Bimbingan dan Konseling Islam, Konseling Qur'ani, kesehatan mental, serta mengambil konsentrasi inklusi yang mempelajari tentang intervensi inklusi yang memberikan penanganan untuk anak-anak berkebutuhan khusus. Mata kuliah tersebut yang dipelajari oleh konselor pada perkuliahan menjadikan bekal model praktik dalam menangani permasalahan yang dialami oleh konseli.

3. Deskripsi Konseli

a. Identitas Konseli

Nama Lengkap : Icha (nama samaran)
Tempat Tanggal Lahir : Surabaya, 06 September 1989
Umur : 32 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Desa Sedati Gede, Kecamatan Sedati, Sidoarjo
Status : Sudah Menikah
Anak ke- : 1 dari 3 bersaudara

b. Latar Belakang Keluarga

Icha merupakan seorang Ibu yang mempunyai satu anak laki-laki berumur 3 tahun. Icha memiliki karakter yang energetic, aktif, serta ekstrovert yang mudah beradaptasi dan ramah dengan sesama. Saat ini rumah tangga konseli sudah berjalan 5 tahun dengan suaminya. Walaupun sering ada pertengkaran kecil namun tidak lama dan saling memaafkan. Icha merupakan orang yang penyabar dan tangguh ketika menghadapi permasalahan yang datang padanya.

c. Latar Belakang Ekonomi

Keadaan ekonomi Icha sederhana dan dapat mencukupi kebutuhan sehari-harinya. Icha merupakan wanita karir yang setiap hari Senin sampai dengan Jum'at bekerja dari pagi hingga sore hari di sebuah bank di Sidoarjo. Suami Icha juga bekerja di salah satu tempat pengiriman barang yang waktu bekerjanya tidak menentu seperti masuk malam hari ataupun masuk ketika siang hari.

d. Latar Belakang Keadaan Sosial

Keadaan sosial di lingkungan Icha cenderung agak sepi karena beberapa ada lahan kosong dan dekat dengan persawahan. Namun interaksi dengan tetangga Icha selalu sapa menyapa dan saling tolong menolong. Setiap 2 minggu sekali Icha dan tetangganya mengikuti arisan PKK sehingga dapat mempererat silaturahmi melalui kegiatan arisan yang diadakan tersebut.

4. Deskripsi Masalah Konseli

Berdasarkan dari fenomena yang ada di lapangan peneliti menemukan bahwa Icha (nama samaran) saat ini sedang mengalami kecemasan kepada anaknya sedang mengalami yang keterlambatan berbicara. Icha dan suaminya merupakan pekerja keras yang setiap harinya bekerja dan pulang ketika hari menjelang petang sehingga ketika di rumah hanya ada sedikit waktu untuk bertemu anaknya. Ketika Icha dan suaminya bekerja, Eno dititipkan kepada neneknya dari pagi hingga kedua orang tuanya pulang. Ketika berada di rumah neneknya, Eno hanya diberikan smartphone agar Eno bisa diam dan tidak rewel. Faktor yang mempengaruhi anak tersebut adalah karena penggunaan gadget dan seringnya menonton televisi sehingga tidak ada komunikasi dua arah atau yang mengajaknya untuk berbicara. Ditambah lagi anak tersebut

takut bertemu dengan orang banyak sehingga dia selalu asik dengan dirinya sendiri. Oleh karena itu sebagai seorang orang tua, Icha sangat cemas karena anaknya yang susah untuk mengeksperikan dan mengucapkan kata-kata. Awalnya Icha menganggap sepele dan mengira bahwa anaknya belum waktunya untuk mengucapkan kata dengan jelas sehingga tidak terlalu khawatir.

Namun seiring bertambahnya usia si anak membuat orangtua semakin sadar bahwa anaknya jarang sekali mengucapkan kata-kata dan ditambah lagi anaknya juga sering hiperaktif dan mengeluarkan air liur terus menerus sehingga Icha membawa ke dokter untuk diperiksakan. Setelah diperiksakan ke dokter tetapi tidak membuahkan hasil. Icha pun semakin bingung karena belum adanya perkembangan pada anaknya. Sebagai orang tua tentu saja Icha merasa cemas akan tumbuh kembang pada anak mereka yang belum bisa mengucapkan kata-katanya dengan jelas. Sehingga membuat orangtua merasa takut apabila ketika ia akan menempuh bangku sekolah ia akan terlambat dalam pelajaran serta teman-temannya tidak memahami apa yang diucapkan oleh anaknya ini. Konseli juga merasakan khawatir pada anaknya dikarenakan efek buruk dari omongan seperti berkata keras ataupun kata-kata verbal yang membuat anak konseli terdiam terhadap suaminya yang melampiaskan dan kurang telaten/sabar kepada anaknya yang rewel ketika menangis dan merengek. Sehingga konseli merasa takut akan dampak yang dirasakan anaknya yakni mental dan psikisnya terganggu.

Omogan-omongan orang yang tidak mengenakan pada anak Icha membuatnya merasa minder dengan orang lain karena anaknya yang mengalami keterlambatan berbicara. Hal tersebut membuat Icha terlalu memikirkan

omongan dan cemoohan orang lain menjadi merasa seperti gagal untuk mengasuh anaknya.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Pelaksanaan Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan Orangtua yang Memlliki *Anak Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

Pada penelitian ini, proses pelaksanaan konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan orangtua yang dilakukan oleh konselor dengan konseli sesuai dengan kesepakatan yakni kurang lebih selama tiga bulan dengan jadwal yang sudah disesuaikan oleh konselor terhadap konseli. Adapun teknis waktu pelaksanaannya sesuai dengan diskusi antara konselor dan konseli dilakukan sekitar 30 sampai 90 menit sesuai dengan target yang ditentukan disetiap pertemuan.

Tempat pelaksanaan proses konseling Islam dengan terapi wudhu yang dilakukan konselor dengan konseli adalah di rumah konseli sendiri. Hal tersebut pada proses pelaksanaan konseling membutuhkan tempat yang nyaman dan aman untuk konseli karna privasinya terjaga, jadi konselor melakukan *home visit* kepada konseli dengan protokol kesehatan seperti memakai masker dan selalu mencuci tangan.

a. Identifikasi Masalah

Sebelum melakukan proses konseling, maka konselor melakukan *assessment*/mengumpulkan data-data permasalahan yang dialami oleh konseli. Tahap ini dinamakan tahap identifikasi masalah. Tahap identifikasi masalah ini merupakan tahap awal konselor membangun hubungan dengan konseli, melakukan asesmen untuk mengetahui permasalahan konseli, untuk mengetahui gejala-gejala yang dirasakan

oleh konseli, mendefinisikan masalah konseli serta melakukan izin untuk melakukan penelitian. Pada tahap ini konseli mendapatkan data melalui wawancara dan observasi langsung ke lapangan penelitian. Dari fenomena permasalahan yang terjadi di lapangan, konseli merupakan seorang ibu berumur 32 tahun yang menjadi orangtua dari anaknya. Konseli merupakan wanita karir yang setiap harinya bekerja di salah satu bank di Sidoarjo. Namun saat ini anaknya sedang mengalami *speech delay* atau keterlambatan dalam berbicara. Hal tersebut membuat konseli merasakan cemas dan pikirannya tidak irrasional pada masa depan anaknya. Adapun beberapa sumber yang diperoleh konselor sebagai triangulasi atau pendukung agar data yang diperoleh lebih akurat dan kredibel. Berikut adalah data-data yang didapat oleh konseli dari beberapa sumber:

1) Data yang Bersumber dari Konseli

Konseli menceritakan bahwa ia sedang khawatir dengan anaknya yang hiperaktif, air liurnya suka menetes, serta ketika berbicara kata-katanya tidak terbentuk seperti langsung menunjuk atau hanya merengek. Saat ini Eno (anaknya) berusia 3 tahun yang sedang mengalami masa tumbuh dan berkembang seperti anak-anak lainnya. Namun semenjak ibu mertua konseli memberikan nasihat kepadanya agar anaknya segera diperiksakan ke dokter karena ibu mertuanya merasakan bahwa anak konseli mengalami hambatan. Konseli dan suami yang awalnya merasa mungkin karena belum waktu dan usianya jadi tidak terlalu khawatir, setelah apa yang dikatakan oleh ibu mertuanya konseli mulai berfikir kembali bahwa yang dikatakan ibu mertuanya ada benarnya juga.

Dari sinilah konseli sangat terbuka dan menceritakan segala keseluruhan yang ia rasakan kepada konselor. Konseli merasakan khawatir terhadap anaknya karena anaknya akan memasuki taman kanak-kanak (TK). Konseli merasa cemas dan pada anaknya yang belum bisa berbicara karena perkembangan anaknya yang terlambat. Serta konseli khawatir ketika anaknya bersekolah teman sebayanya tidak memahami anaknya dan anaknya akan bermain sendiri. Konseli juga mengatakan bahwa ia juga mendapatkan omongan yang tidak mengenakan dari orang lain seperti anaknya yang terlambat berbicara, banyak tingkah, dan air liur yang menetes secara terus menerus. Mereka tidak memahami bagaimana perasaan yang dialami oleh konseli dan membuat konseli merasa tersinggung.

Konseli menuturkan bahwa ia merasa bersalah karena kurang meluangkan waktunya kepada anaknya karena ia sibuk bekerja. Selain itu konseli yang sebagai ibunya mengatakan merasa khawatir karena perlakuan suaminya yang berperilaku serta berkata dengan nada keras kepada anaknya. Hal ini juga berdampak kepada psikis anaknya sehingga anaknya akan menjadi takut ataupun semakin berani dengan ayahnya.

2) Data yang Bersumber dari Suami Konseli

Selain mendapatkan data dari konseli, konselor mengumpulkan data melalui sumber data lain yaitu dari suami konseli. Suami konseli mengatakan bahwa anaknya memang sedang mengalami hambatan dalam berbicara. Konseli dan suaminya bekerja setiap hari mulai pagi hari pukul 06.00 hingga sore hari pukul 17.00 setelah itu kami beristirahat untuk kerja pada esok hari jadi waktu untuk berlibur

kurang. Suami konseli mengatakan bahwa ibunya sempat memberikan nasihat untuk anaknya agar dibawa ke poli tumbuh dan kembang anak sehingga dapat mengetahui untuk mengatasinya. Ketika pulang dari kerja pasti badan terasa capek sehingga ingin istirahat. Namun terkadang risih mendengar anaknya yang kadang merengek ataupun menangis dan membuatnya marah. Suami konseli menjelaskan ia sebenarnya tidak seberapa telaten dalam mengurus anaknya yang lebih telaten adalah istrinya disbanding dengannya.

3) Data yang Bersumber dari Ibu Konseli

Selain mendapatkan informasi dari suami konseli, konselor juga memperoleh data melalui wawancara dengan ibu konseli. Menurut penjelasan dari ibu konseli mengatakan bahwa konseli dan suaminya merupakan pekerja keras ya setiap harinya bekerja. Ibu konseli juga menuturkan bahwa anaknya pernah bercerita bahwa ia merasa khawatir dengan anaknya yang mengalami keterlambatan dalam berbicara. Konseli juga pernah menceritakan bahwa suaminya kurang sabar dalam mengurus anak dan merasa takut apabila ada masalah kepada anaknya dan cucunya. Sebagai seorang ibu, tentu selalu memberikan rasa *support* dan selalu mengingatkan untuk selalu bersabar kepada konseli. Ibu konseli mengatakan bahwa ia percaya anaknya atau konseli bisa menjadi ibu yang baik untuk cucunya dan bisa mengurus rumah tangganya.

4) Data yang Bersumber dari Adik Ipar Konseli

Berdasarkan wawancara dengan adik ipar yang berumur 25 tahun yang sudah menikah, namun kini sudah tidak tinggal dengan ibunya. Secara tidak sengaja konselor bertemu dengan adik ipar konseli

yang berkunjung ke rumah. Konseli menjelaskan adik iparnya menjelaskan bahwa konseli memang selalu bekerja namun ketika hari sabtu dan minggu libur. Anak konseli selalu dititipkan di rumahnya karena orang tuanya yang sedang bekerja. Anak konseli suka sekali dengan kartun yang ada di televisi bahkan ketika sponsor ia pun marah karna mengira mereka menggantinya. Dia selalu berada di depan televisi dan selalu meminta ditontonkan serial kartun. Ketika ada seseorang yang memegang ponsel ia selalu merebutnya dan ia hafal dengan yutub walaupun sudah kami sembunyikan.

Lalu Konselor menanyakan pertanyaan bagaimana karakter dari kakaknya. Adik iparnya menjawab kalau kakaknya (suami konseli) memang karakternya kurang sabar namun ia sebenarnya baik, sedangkan istrinya baik dan perhatian. Adik ipar konseli mengetahui bahwa konseli sedang berjuang untuk menangani anaknya yang susah untuk berbicara.

b. Diagnosa

Setelah melakukan identifikasi masalah yang dialami konseli dengan wawancara dan observasi, maka konselor melakukan tahap diagnosis yaitu tahap untuk menentukan masalah-masalah yang dirasakan oleh konseli serta faktor-faktor penyebabnya. Maka dari itu dapat diketahui faktor penyebab kecemasan yang dialami konseli merasakan yaitu sebagai berikut:

- 1) Konseli merasakan cemas terhadap anaknya yang sedang mengalami hambatan dalam tumbuh dan kembang yaitu *speech delay* atau keterlambatan berbicara.

- 2) Merasa khawatir karena bingung untuk menangani anaknya.
- 3) Selalu khawatir dengan efek buruk omongan suami yang pemaarah dan melampiaskan kepada anaknya sehingga konseli khawatir kepada mental anaknya.
- 4) Terlalu berfikir dengan omongan *negative* dari orang lain kepada konseli tentang anaknya.
- 5) Konseli merasa tidak bisa menangani anaknya yang berbagai cara ia lakukan tetapi tidak membuahkan hasil.

Dari beberapa gejala-gejala yang ada di atas, maka langkah selanjutnya konselor melakukan diagnosa dengan menetapkan permasalahan utama konseli yaitu kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay*.

c. Prognosa

Setelah konselor mendiagnosa masalah yang dialami konseli, langkah selanjutnya adalah tahap prognosis atau tahap menentukan jenis bantuan untuk membantu konseli lepas dari permasalahan yang dialaminya serta menjadikan diri konseli menjadi lebih baik. Dalam tahap ini konselor menentukan jenis *Treatment* dan terapi yang cocok untuk diberikan kepada konseli. Melihat konseli yang kesehariannya menjadi wanita karir dan merasa banyak pikiran dan urusan maka *Treatment* atau terapi pertama yang cocok untuk konseli adalah terapi wudhu. Terapi wudhu dipilih karena sifat air yang dingin serta menyegarkan sehingga dapat membuat konseli menjadi lebih rileks, tenang, dan dapat fokus untuk berpikir. Terapi wudhu ini dilakukan dengan tertib pelan-pelan dan tidak terburu-buru agar konseli dapat meresapi air yang dibasukan kepada anggota badan konseli. Lalu adapun treatment

kedua yaitu melakukan konseling Islam dengan mengarahkan konseli kearah yang benar dan selalu mengingat Allah SWT agar diberikan pertolongan serta jalan keluar untuk mengatasi anaknya yang sedang mengalami keterlambatan dalam berbicara.

d. *Treatment* atau Terapi

Setelah menentukan jenis bantuan/prognosis untuk menangani permasalahan konseli, langkah selanjutnya adalah tahap *treatment* atau terapi. Ada beberapa tahap yang harus dilakukan sebelum memulai konseling/terapi wudhu yaitu sebagai berikut:

- 1) Tahap pertama konselor bertemu konseli melakukan attending dengan menanyakan kabar. Selanjutnya konseli menceritakan permasalahan yang dialami kepada konselor. Konseli menjelaskan gejala-gejala yang dialami oleh konseli.
- 2) Kemudian tahap kedua, konselor menjelaskan manfaat berwudhu dan tata cara berwudhu sesuai syariat kepada konseli. Kegiatan berwudhu tetap dilakukan setiap tahap untuk memulai terapi pada berikutnya.
- 3) Tahap ketiga merupakan tahap dimana pelaksanaan wudhu. Adapun Langkah-langkah dalam terapi wudhu yang digunakan pada penelitian ini dilakukan pertama-pertama
 - a) Membaca niat sebagai kesungguhan untuk menjalankan wudhu karena perintah Allah SWT semata. Adapun bacaan niat sebelum berwudhu yaitu:

تَوَيْتُ الْوُضُوءَ لِرَفْعِ الْحَدَثِ الْأَصْغَرِ فَرَضًا بِاللَّهِ تَعَالَى

Artinya: “*Saya niat berwudhu untuk menghilangkan hadats kecil fardu karena Allah*”⁷⁰

- b) Membaca basmallah “*Bismillahirrohmanirohim*” sambil membasuh kedua tangan sampai kedua tangan.
- c) Berkumur-kumur tiga kali untuk membersihkan mulut. Berkumur sambil memohon semua yang kita ucapkan merupakan perkataan yang benar dan memohon ampun kepada Allah SWT dari semua dosa yang bersumber dari mulut.
- d) Menghirup air ke hidung dan mengeluarkannya kembali sebanyak tiga kali sambil mensyukuri nikmat Allah memiliki indra penciuman dan dapat menghirup udara segar yang diberikan Allah SWT.
- e) Membasuh wajah secara merata sebanyak tiga kali. Hadirkan jiwa agar tetap tersambung kepada Allah. Sadarilah bahwa kita sedang melakukan proses pembersihan jiwa yang akan menjadi sangat hening dan peka serta getaran ketersambungan semakin kuat(khusus).
- f) Membasuh kedua tangan dimulai tangan kanan selanjutnya tangan kiri. Dalam hati sambil mengucapkan memohon agar tangan ini dapat menghasilkan rezeki yang halal, tolong menolong dengan orang, dan dapat menghasilkan karya yang bermanfaat.
- g) Mengusap kepala tiga kali. Dengan mengusap air wudhu ke kepala sambil mensyukuri diberikan nikmat akal pikiran yang sehat,

⁷⁰Muhammad Akrom, “*Terapi Wudhu: Sempurna Shalat, Bersihkan Penyakit*”, hlm 25

memohon diberikan kecerdasan intelektual dan emosional sehingga dapat menghasilkan karya dan selalu berfikir positif kepada sesama orang lain.

- h) Mengusap kedua daun telinga tiga kali, jari telunjuk mengusap telinga bagian luar. Dengan telinga kita dapat mendengarkan nasihat-nasihat dari orang lain, lantunan ayat-ayat Al-Qur'an, serta peka dengan panggilan-Mu.
- i) Memasuh kedua kaki sampai mata kaki. Dimulai dengan memasuh kaki kanan tiga kali, baru dilanjutkan dengan memasuh kaki kiri tiga kali pula. Ketika beraktivitas kaki selalu membawa kita ke tempat-tempat yang kita tuju, oleh karena itu ketika mengusap kaki sambil meminta agar setiap langkah yang kita tempuh mendapatkan berkah, dan diarahkan ke jalan yang baik dan benar.

Lakukan semua gerakan wudhu dengan rileks, tidak terburu-buru agar jiwa kita tetap tersambung kepada Allah, sehingga getaran kekhusyukan dalam wudhu itu akan terus terbawa sampai kita melakukan sholat.

- j) Setelah melakukan kegiatan berwudhu, ditutup dengan doa setelah berwudhu sebagai berikut :

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ
مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ
وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ، وَجْعَلْنِي مِنْ عِبَادِكَ
الصَّالِحِينَ

Artinya: *“Aku bersaksi, tidak ada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa, tidak ada sekutu bagi-Nya, dan aku mengaku bahwa Nabi Muhammad itu adalah hamba dan Utusan Allah. Ya Allah, jadikanlah aku dari golongan orang-orang yang bertaubat dan jadikanlah aku dari golongan orang-orang yang suci dan jadikanlah aku dari golongan hamba-hamba Mu yang shaleh.”*⁷¹

Pada kegiatan berwudhu ini konselor mendampingi konseli untuk melakukan secara pelan-pelan, rileks, tertib dan tidak terburu-buru. Hal ini dilakukan agar konseli dapat merasakan manfaat, ketenangan dan kesegaran air wudhu yang telah dibasuhkan ke anggota badannya.

Seperti halnya dalam buku yang dikarang oleh Prof. Dr. Moh Ali Aziz yang berjudul “60 menit terapi Sholat bahagia” yang menjelaskan bahwa Melalui sifat-sifat air, Allah memberi pelajaran yang lebih mendalam. Air tenang dan selalu mengalir pada tempat yang lebih rendah. Dari sini, kemudian dari kiat sukses menjadi pemimpin dengan filsafat kepemimpinan air tenang menyegarkan, memberi kepuasan, dan tidak sombong, air juga mengalir di antara batu-batu pengunungan. Allah memberi pelajaran kepada kita untuk tiada henti melunakkan hati yang telah membantu. Dengan kesungguhan dari hati sekeras

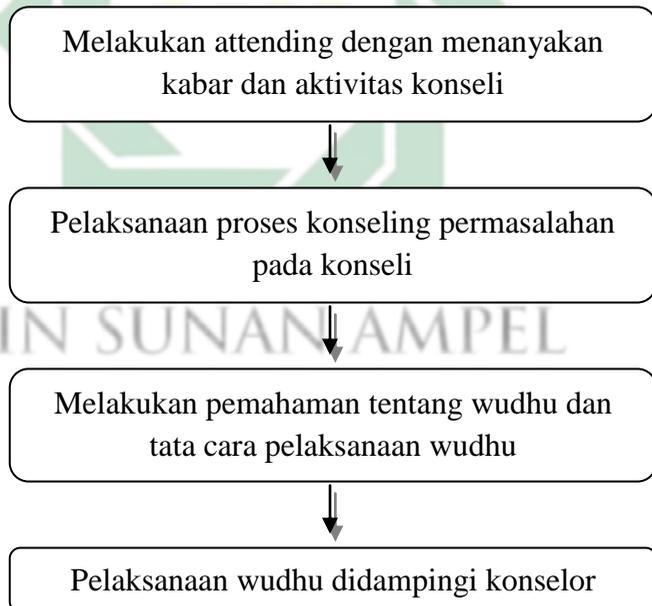
⁷¹ Syaiful Anwar Al-Batawy, “*Dahsyatnya Air Wudhu*”, hlm 195

batu itu masih ada harapan untuk sebuah kebajikan.⁷²Oleh karena itu sifat air yang tenang dan bisa meluruhkan batu yang keras konseli dapat mengambil pelajaran dari air ini.Dengan berwudhu bermanfaat unruk membantu memudahkan pikiran agar dapat berkonsentrasi dan fokus dengan kelebihan yang konseli punya.

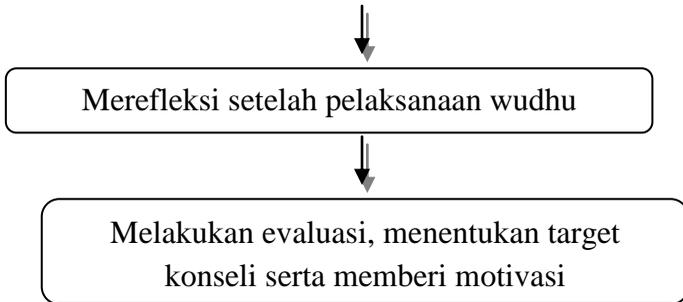
- 4) Setelah melakukan terapi wudhu, selanjutnya ke tahap keempat ialah merefleksi setelah pelaksanaan wudhu. Konselor menanyakan bagaimana perasaan konseli selepas melaksanakan wudhu.

Tabel 4.1

Tahapan Konseling Islam dengan Terapi Wudhu



⁷²Moh. Ali Aziz, “60 Terapi shalat Bahagia” hlm 32



Pada tanggal 04 April 2021 merupakan sesi pelaksanaan proses konseling ke-1 yang dilakukan di rumah konseli. Pada pelaksanaan ini dimana konseli menyatakan bahwa mengalami rasa cemas terhadap penanganan anaknya. Hal tersebut merasakan konseli bahwa adanya rasa takut kepada anaknya di masa depan. Pertama-tama yang dilakukan konselor adalah melakukan *attending* sebagai permulaan pelaksanaan konseling seperti mengucapkan salam serta menanyakan kabar ataupun aktivitas yang dijalani konseli. Setelah itu konselor dan konseli menanyakan tentang permasalahan konseli serta mencari lebih dalam factor-faktor penyebab mengapa anaknya mengalami hambatan dalam berbicara dan kesehariannya. Konseli juga menyadari bahwa ia paham karena pengaruh dari gadget yang ia tonton.

*“Anakku itu suka banget nonton video di yutub dan itu dipegang sendiri. Apalagi kalo dirumah neneknya dia itu suka lihat kartun di tv sambil fokus dan diam mematung dan nggak ada yang ngawasi”*⁷³

Konseli juga mengatakan bahwa orang tuanya memberikan nasihat kepada anaknya (konseli) tentang hambatan pada anaknya namun konseli menganggapnya

⁷³ Wawancara dengan konseli pada tanggal 27 Maret 2021

mungkin karna waktunya belum pas saja jadi konseli tidak seberapa khawatir. Tetapi konseli juga berpikir kembali bahwa yang dikatakan orang tuanya ada benarnya dan bingung yang harus dilakukan.

Langkah selanjutnya yaitu proses konseling dengan mendiskusikan penanganan apa saja yang dapat membuat anak dapat berbicara. Konselor mendapatkan pengalaman dari materi perkuliahan yang konselor pelajari tentang terapi wicara yang dapat membuat anak berbicara. Seperti halnya menurut Sardjono mengatakan bahwa terapi wicara adalah usaha perbaikan bicara dengan jalan memberikan kebiasaan latihan yang baik guna membantu anak yang mempunyai hambatan berbicara.⁷⁴

Sebenarnya konseli agak ragu dengan saran konselor, namun konselor menjelaskan bahwa terapi wicara ini bukan untuk anak yang berkebutuhan khusus saja dan bukan berarti anak konseli mengalami disabilitas. Konselor memberikan gambaran bahwa ada salah satu youtuber yang mempunyai anak tetapi tidak anak berkebutuhan khusus yang setiap makan selalu ditelan tanpa dikunyah. Lalu anak tersebut diterapi dengan terapi wicara dan hasilnya lumayan berhasil. Lalu konseli menaruh rasa percaya kepada konselor.

Melihat kondisi konseli yang terlihat penat karna banyak yang dipikirkan oleh konseli. Kemudian konselor mengajak konseli untuk melaksanakan kegiatan berwudhu. Sebelum melakukan wudhu konselor memberikan pemahaman tentang terapi wudhu yang akan dilaksanakan. Kegiatan berwudhu dimulai

⁷⁴Aqila Smart, *Anak Cacat Bukan Kiamat* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hlm 142.

dari membaca niat dan basmallah, lalu berkumur, membasuh hidung, membasuh muka, membasuh kedua tangan, membasuh kepala, dan membasuh kedua kaki yang dilakukan dengan tertib. Setelah berwudhu konseli membaca doa setelah berdoa. Dalam melakukan kegiatan berwudhu ini konselor mendampingi konseli dengan mengarahkan untuk melakukan kegiatan wudhu secara pelan dan meresapi setiap basuhan air wudhu ke anggota tubuh konseli. Terapi wudhu ini dilakukan agar pikiran dan hatinya tenang serta pikiran terasa segar. Hal ini juga untuk agar konseli tidak panik dan mampu fokus dalam berpikir. Setelah melakukan wudhu, konseli dipersilahkan untuk duduk dengan posisi yang nyaman. Kemudian konselor merefleksi

Konselor juga menyarankan kepada konseli bahwa usia anak konseli masih bisa ditangani karena masih dini dan belum terlambat agar anaknya dapat mengenal dan mampu berinteraksi dengan sesama/ teman/ orang lain. Selain itu juga konselor memberikan arahan treatment selain dengan terapi wicara, yaitu dengan kedekatan antara orang tua dan anaknya seperti mengajaknya bermain ataupun bercerita.

Konseli dan konselor membicarakan tentang mengubah pola asuh seperti mengurangi waktu pemakaian gadget dan mendampingi anak ketika menonton kartun atau yutub serta mengajaknya untuk aktif agar tidak hanya menonton saja. Lalu konselor menguatkan konseli agar tidak selalu putus asa dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan. Konselor juga mengatakan bahwa perkembangan anak dini sangatlah penting maka konselor menyarankan konseli untuk memberikan sedikit waktu luangnya untuk anaknya. Dengan meyakinkan konseli untuk bisa menjadi orang tua yang

dapat mengasuh anaknya. Konselor memberikan semangat kepada konseli “Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaumnya sebelum mereka merubah keadaannya sendiri” seperti halnya dalam Al-Qur’an Surat Ar-Rad ayat 11 yang berbunyi :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ
إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ
اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَالٍ

Artinya “Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”⁷⁵

Dari ayat diatas dimaksudkan kepada konseli jika konseli ingin anaknya dapat berbicara maka konseli mencari cara dan bersungguh-sungguh dalam menangani anaknya. Konseli harus mendampingi anaknya sehingga anaknya dapat tumbuh dan berkembang. Jika hal tersebut diterapkan maka anak konseli mengalami perkembangan secara bertahap. Konselor juga menyemangati agar konseli semangat untuk mendampingi anaknya agar dapat berbicara dan

⁷⁵ Al-Quran, Ar-Rad : 11

selalu melihat perkembangan anaknya melalui terapi wicara yang akan diberikan kepada anaknya.

Proses konseling dan terapi kedua dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2021. Tahap pertama adalah melakukan attending sebagai permulaan pelaksanaan konseling seperti mengucapkan salam serta menanyakan kabar ataupun kesibukan saat ini yang dijalani oleh konseli. Konselor menanyakan bagaimana perkembangan dari anaknya dan konseli pun menjawab ia sedang berusaha mencari informasi-informasi *parenting* di media sosial ataupun bertukar informasi dengan temannya. Pada saat bercerita tentang anaknya tiba-tiba konseli mengatakan bahwa suaminya sering emosi kepada anaknya dan konseli takut sekali apabila suaminya marah/emosi kepada anaknya.

Tahap selanjutnya yaitu tahap konseling Konseli menceritakan kekhawatirannya saat ini yaitu emosi dari suaminya. Walaupun emosi/amarah yang dilakukan suaminya bukan ke fisik, namun lebih kepada verbal dan nada bicaranya yang tinggi. Konseli menyadari bahwa karakteristik dari suaminya ini yaitu temperamen atau mudah marah. Konseli mengatakan bahwa sebenarnya suaminya tidak telaten dalam mengurus anaknya dan stress ketika anaknya rewel. Ketika seseorang mengalami stres akan membuat emosi menjadi tidak terkendali dan rasa amarah yang mendominasi. Hal tersebut ketika melampiasakan emosi yang tidak stabil kepada anaknya tentu saja membuat anak tersebut semakin berani kepada ayahnya ataupun anaknya menjadi pribadi yang penutup dan penakut.

Oleh karena itu, konselor memberikan arahan kepada konseli dengan memikirkan dampak ketika orang tua melampiasakan amarah ataupun memperlakukan kepada anaknya dengan kasar.

“Sebenarnya aku tau dampaknya kalau suamiku marah ke anakku gimana. Pastinya kasian kalo anakku ini dimarahi terus dan kena ke mentalnya. Aku sampek ngomong ke suamiku mending kamu marah aku, kamu maki-maki aku gak apa-apa tapi kamu jangan marah atau ngebentak anakku”⁷⁶

Selain mendiskusikan dampak-akibat ketika berperilaku kasar dan keras, maka konselor memberikan arahan agar tidak melampiaskan amarahnya dan mengganti kata-katanya dengan Bahasa yang lembut seperti Seperti “diam!jangan nangis terus!” diganti menjadi “adek sini mama atau papa peluk”. Walaupun kegiatan ini susah tapi jika dilakukan dengan bertahap dan pelan-pelan maka konseli dapat mengubah perilakunya. Konselor juga mengajak konseli untuk lebih dekat dengan agar terciptanya kedekatan antara orang tua dan anak serta anak akan semakin terbuka kepada kita.

Setelah apa yang diutarakan konseli kepada konselor, lalu konselor mengajak konseli untuk ke tahap selanjutnya. Pada tahap ini merupakan tahap pelaksanaan *treatment* atau terapiyaitu melaksanakan wudhu agar pikiran dan hatinya tenang serta pikiran terasa segar. Dalam melakukan wudhu konselor mendampingi konseli. Setelah melakukan wudhu, konseli dipersilahkan untuk duduk dengan posisi yang nyaman dan menanyakan kepada konseli bagaimana perasaannya ketika selesai melaksanakan terapi wudhu. Konseli merasakan lega dan lumayan tenang setelah melaksanakan wudhu. Konselor mengatakan kepada konseli seperti halnya batu yang keras dan kuat namun jika ditetesi setetes-setetes maka batu yang kuat

⁷⁶Wawancara dengan konseli tanggal 26 Mei 2021

dan keras tadi akan menjadi lapuk dan menjadi butiran pasir. Hal ini sama saja seperti karakteristik suaminya yang amarah dan emosi apabila selalu diingatkan, diajak untuk bersabar dan menurunkan nada bicaranya kepada anaknya maka suaminya bisa mengubah sikap dan perilaku kepada anaknya.

Melalui sifat air yang tenang selalu mengalir dari tempat yang tinggi ke tempat yang rendah maka konseli dapat belajar konseli rendah diri kepada suaminya untuk selalu bersabar dan mengajak suaminya untuk sama-sama merawat anaknya tanpa kekerasan. Konselor juga menyemangati konseli untuk selalu bersabar, kuat dan pelan-pelan mengubah sikap suaminya. Hal ini juga tidak membutuhkan waktu yang singkat dan butuh proses yang panjang agar suaminya dapat berubah.

Proses konseling dan terapi ketiga dilaksanakan pada tanggal 06 Juni 2021. Pertama-tama adalah melakukan attending sebagai permulaan pelaksanaan konseling seperti mengucapkan salam serta menanyakan kabar, kesibukan, atau saat ini yang dijalani oleh konseli. Konselor menanyakan kepada konseli adakah perubahan yang terjadi pada sesi sebelumnya.

“secara bertahap aku sudah berusaha yang terbaik dan merubah sedikit-sedikit pola asuh kami serta mengajak berkomunikasi agar adanya kedekatan antara anak dan orang tua”⁷⁷

Tahap selanjutnya yaitu proses konseling dengan menghilangkan rasa malu yang dialami konseli karena anaknya kerap kali mendapatkan omongan negative dari orang lain. Sehingga konseli merasakan ada perasaan tersinggung dan malu karena perkataan dari orang lain.

⁷⁷ Hasil wawancara tanggal 06 Juni 2021

Oleh karena itu, konselor meyakinkan konseli agar selalu berfikiran positif dan percaya diri bahwa ia sedang berusaha untuk menangani anaknya dengan bertahap. Konselor meyakinkan konseli untuk menganggap bahwa perkataan orang lain merupakan motivasi untuk diri sendiri dalam membenah diri ke arah yang lebih baik. Konseli menceritakan konseli sedang mengamati perkembangan anak konseli yang semakin hari semakin menunjukkan perkembangan melalui tingkah lakunya. Konseli dahulu menyesal bahwa ia jarang membelikan mainan. Hal tersebut membuat melatih kemampuan motoric dan meningkatkan perkembangan anaknya.

Tahap selanjutnya adalah pelaksanaan *treatment* yaitu tahap penerapan wudhu. Pada pelaksanaan kegiatan berwudhu konselor mendampingi konseli. Kegiatan berwudhu ini dimaksudkan agar pikiran dan hatinya tenang serta pikiran terasa segar. Setelah melakukan wudhu, konseli dipersilahkan untuk duduk dengan mengambil posisi yang nyaman. Konseli mengatakan bahwa ketika mengusap kepala memberikan efek yang sejuk dan pikiran menjadi tenang sehingga dapat berkonsentrasi dalam berfikir melaksanakan wudhu. Hal ini juga dilakukan agar konseli mendapatkan manfaat dan pikiran akan dapat berkonsentrasi dengan jernih dan tenang.

Konselor juga menguatkan kepada konseli agar teguh hati tidak selalu menanggapi hal-hal yang negative, namun diam merupakan cara terbaik agar tidak menimbulkan permasalahan yang besar. Kita bisa menutup satu mulut, namun kita tidak bisa menutup ribuan mulut orang lain yang membicarakan kita. Sebagai pasangan suami istri, konselor mengajak konseli agar saling *support* antar pasangan dalam

menangani anak yaitu dengan saling menguatkan antar pasangan dan merasakan manis pahitnya kehidupan. Konselor juga selalu memberikan semangat kepada konseli agak tidak mengeluh untuk melakukan hal yang terbaik untuk anaknya seperti halnya pada Al-Qur'an Surat Al-Mari'ij ayat 19-23 yang berbunyi :

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠)
وَ إِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ
هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَأٰئِمْ مَوْنٌ (٢٣)

Artinya: “*Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat. Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.*⁷⁸”

Dalam Q.S. Al-Mari'ij ini menjelaskan bahwa manusia mempunyai sifat negatif yaitu berkeluh kesah. Namun sebagai konselor selalu memberikan motivasi serta semangat untuk konseli agar mau berubah menjadi pribadi yang baik untuk anaknya dan keluarganya. Konselor juga menyemangati konseli untuk selalu melihat perkembangan anaknya sebagai motivasi untuk konseli agar menghilangkan rasa cemas dan khawatirnya.

e. Evaluasi

Setelah melakukan *treatment* atau terapi serta proses konseling, tahap selanjutnya yaitu evaluasi. Pada

⁷⁸ Al-Qur'an, *Al-Mari'ij*: 19-23

tahap evaluasi ini dilakukan untuk memantau sejauh mana langkah-langkah konseling yang telah dilaksanakan mencapai target. Konselor mengumpulkan data secara observasi dan wawancara dengan konseli, suami konseli dan ibu konseli. Perubahan pada diri konseli setelah melakukan proses konseling Islam dan terapi wudhu yaitu konseli semangat untuk menangani dan meluangkan waktunya untuk bermain dengan anaknya. Hal ini terlihat dari status whatsapp konseli yang membelikan dan bermain bersama anaknya.

Konseli juga semakin semangat dan termotivasi karena melihat perkembangan anaknya yang semakin hari semakin menunjukkan perkembangan pada tingkah lakunya sehingga konseli makin berusaha untuk selalu mendampingi anaknya dan merawat anaknya. Konseli juga terkadang menerapkan terapi wudhu karna menurutnya ketika ia terlalu banyak pikiran maka konseli mengambil wudhu secara pelan-pelan dan meresapi air wudhu yang dibasuhkan ke anggota tubuhnya. Serta konseli sangat bersyukur karena doanya juga dikabulkan oleh Allah SWT dan juga dukungan orang sekitarnya yang menyemangatinya untuk semangat dalam menangani anaknya agar tidak mudah putus asa.

Pada tahap ini konselor juga menanyakan kepada suami konseli tentang bagaimana perubahan pada konseli,, lalu suami konseli menjawab bahwa istrinya selalu mengajak dan mendampingi anaknya untuk bermain bersama. Suami konseli juga menjelaskan bahwa konseli menceritakan kepadanya tentang cara-cara parenting untuk anaknya. Selain dari suami konseli, konselor juga mewawancarai ibu dari konseli. Ibu konseli mengatakan bahwa konseli senang sekali dengan perubahan anaknya yang setelah diterapi

sehingga konseli semakin semangat untuk menjadikan ia orang tua yang mampu merawat anaknya. Konseli juga mengatakan kepada ibunya bahwa ia sudah tidak khawatir, bingung dan merasakan cemas untuk menangani anaknya tetapi konseli juga memantau perkembangan anaknya.

Pada tahap evaluasi ini konseli mengalami perubahan perilaku pada diri konseli. Namun konseli belum sepenuhnya merubah perilaku secara drastis tetapi dengan bertahap dan pelan-pelan. Perubahan yang terlihat pada konseli adalah konseli sering meluangkan waktu untuk anaknya dengan mengajaknya bermain walaupun sebentar, mencari informasi-informasi *parenting* yang dapat mengajak anak konseli, mendampingi anak ketika bermain gadget dan mengajaknya berkomunikasi. Konseli mengatakan bahwa ia juga terkadang melakukan terapi wudhu walaupun diluar sesi konseling dan merasakan ketenangan. Konseli tidak merasakan khawatir karena anaknya yang mengikuti terapi wicara mulai berangsur-angsur menunjukkan perubahan seperti ketika dipanggil menjawab kata “apa”, dan mengerti berbagai macam transportasi dan anggota badan serta menerapkan gestur tubuh seperti minta, mengacungkan jempol,dll. Dari perkembangan yang terlihat pada anaknya membuat konseli bangga dan rasa cemas terhadap anaknya berkurang. Namun konseli merasakan kesulitan untuk merubah sifat dan perilaku suami konseli dikarenakan karakteristik dari suaminya yang temperamen dan suka emosi. Tetapi konseli masih berusaha untuk selalu mengingatkan dan meredahkan amarah dari suaminya. Konseli juga menghiraukan perkataan orang lain tentang anaknya dan dirinya. Konseli menjadikan

omongan negative dari orang lain sebagai penguatnya untuk selalu memperhatikan dan menyayangi anaknya.

f. ***Follow-Up***

Tahap *follow-up* merupakan tahap untuk menindak lanjuti setelah adanya perubahan perilaku konseli pada pelaksanaan proses konseling yang dilakukan. Pada tahap *follow-up* ini konselor selalu memantau perkembangan kemajuan perkembangan konseli setelah melalui proses konseling. *Follow-up* ini memberi tugas atau menyuruh konseli untuk tetap istiqamah dalam melakukan wudhu secara pelan-pelan dan tidak terburu-buru serta selalu meluangkan waktu mencari, informasi-informasi *parenting*, dan mendampingi anaknya sehingga anak konseli dapat mengalami perkembangan dalam berbicara.

2. Deskripsi Hasil dari Pelaksanaan Proses Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

Setelah melakukan proses panjang konseling Islam dengan terapi wudhu sesuai dengan tahapan-tahapan, konseli mulai menunjukkan perubahan perasaan dan perilaku. Hasil yang di peroleh setelah melakukan kegiatan konseling ini adalah perasaan cemas dan khawatir konseli kepada anaknya mulai berkurang. Hal ini disampaikan oleh konseli yang berkata bahwa ia mencoba merubah perilakunya dengan bertahap dan pelan-pelan seperti lebih meluangkan waktunya untuk anaknya, mencari informasi-informasi *parenting*, mendampingi anaknya ketika bermain, serta mencoba saling bekerja sama dengan suaminya untuk menangani anaknya. Karena omongan-omongan negatif orang lain tentang anaknya membuat

konseli menjadikan semangat dan menjadikan sebuah motivasi untuk untuk selalu merawat anaknya dan menjadikan ibu yang bisa menyayangi anaknya. Konseli juga semakin semangat dan termotivasi karena melihat perkembangan anaknya yang semakin hari semakin menunjukkan perkembangan pada tingkah lakunya sehingga konseli makin berusaha untuk selalu mendampingi anaknya dan merawat anaknya. Konseli istiqomah dalam melakukan wudhu secara pelan-pelan selalu menemani dan mendampingi anaknya sehingga anak konseli dapat mengalami perkembangan dalam berbicara.

Walaupun ada beberapa lika-liku untuk merubah perasaan dan perilaku konseli, tetapi konseli tetap berusaha yang terbaik untuk anaknya. Selain itu konseli juga menerapkan terapi wudhu yang dilakukan pada saat konseling dan treatment agar konseli merasakan pikiran yang tenang dan dapat untuk fokus dalam pikirannya. Konseli juga mengatakan bahwa ia sangat bersyukur karna doanya dikabulkan oleh Allah SWT serta dukungan dari orangsekitarnya yang memotivasinya untuk menyemangati dalam menangani anaknya.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perspektif Teoritis

a. Analisis ProsesKonseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Meiliki Anak Speech Delay di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

Setelah melakukan proses pelaksanaan konseling dan data telah terkumpul, peneliti melakukan analisis data berupa analisis deskriptif kompatif. tentang “Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Meiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten

Sidoarjo” yang dilakukan pada penelitian ini dengan menggunakan tahapan-tahapan koneling yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi, evaluasi serta follow-up. Berikut penjelasan analisis yang dilakukan oleh peneliti:

Tabel 4.2
Perbandingan Data Teori dan Data Lapangan

No.	Data Teori	Data Lapangan
1.	Identifikasi Masalah	Konselor mengumpulkan data yang didapatkan dari lapangan bahwa konseli mengatakan ia saat ini merasa cemas dengan anaknya yang mengalami <i>speech delay</i> atau keterlambatan dalam berbicara. Karena anaknya semakin hari akan tumbuh dan berkembang, konseli merasa khawatir dengan anaknya ketika ia akan memasuki banku sekolah namun ia belum bisa berbicara. Hal tersebut akan membuat teman-temannya tidak mengerti apa yan anaknya inginkan. Memang awalnya konseli tidak merasakan panik, namun orang-orang sekitar selalu mengatakan bahwa anaknya sedang mengalami hambatan

		<p>berbicara serta hiperaktif .belum lagi sang anak terlalu sering memberikan gadget kepada anaknya agar diam. Karena sifat suami konseli yang selalu amarah, konseli merasa penat dan takut ketika suaminya marah kepada anaknya dan membuat mental sang anak menjadi bermasalah. Hal tersebut membuat konseli merasa memikirkan perkataan orang lain yang membuat ia merasakan cemas kepada perkembangan anaknya.</p>
2.	Diagnosa	<p>Setelah konselor mengidentifikasi permasalahan mulai dari penyebab hingga faktor-faktor yang dialami oleh konseli. Maka langkah selanjutnya konselor melakukan diagnosa dengan menetapkan permasalahan utama konseli yaitu kecemasan pada orang tua yang memiliki anak <i>speech delay</i>.</p>
3.	Prognosa	<p>Setelah melakukan diagnosa permasalahan utama yang dialami konseli, selanjutnya</p>

		<p>ke tahap prognosa. Pada tahap prognosa ini konselor menentukan jenis penanganan untuk permasalahan yang dialami oleh konseli. Konselor memberikan 2 jenis bantuan yaitu konseling islam dengan terapi wudhu sebagai <i>treatment</i> atau penanganan terhadap kecemasan yang dirasakan oleh konseli.</p>
4.	Treatment atau Terapi	<p>Pada tahap ini merupakan tahap pemberian bantuan berupa konseling Islam dan terapi wudhu agar konseli bisa merasakan seperti air yang tenang sehingga dapat berfikir dan focus serta mendapatkan kesegara ketika berwudhu. Adapun pelaksanaan terapi wudhu dimulai membaca niat wudhu, dilanjutkan dengan gerakan wudhu yang dimulai dari berkumur, membasuh hidung, membasuh muka, membasuh kedua tangan, membasuh kepala, dan membasuh kedua kaki yang dilakukan dengan tertib. Setelah melakukan kegiatan berwudhu ditutup dengan doa setelah berwudhu. Dalam</p>

	 <p>UIN SUNAN SURABAYA</p>	<p>kegiatan berwudhu iini konselor mendampingi konseli untuk melakukan wudhu secara perlahan, dan meresapi basuhan air wudhu ke anggota badan konseli. Pada tahap ini Konseling islam untuk mengurangi kecemasan pada konseli dan membantu panganan untuk anaknya serta meminta pertolongan kepada Allah agar dipermudahkan untuk menangani keterlambatan bicara pada anaknya. Adapun dalil-dalil yang digunakan konselor sebagai motivasi untuk koseli yaitu Al-Qur'an Surat Ar-Rad ayat 11 tentang Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaumnya sebelum mereka merubah keadaannya sendiri. Serta Al-Qur'an Surat Al-Mari'ij ayat 19-23 tentang berkeluh kesah, yang membuat konseli mengeluh tentang apa yang ia alami. Namun konselor selalu memberikan motivasi kepada konseli untuk selalu semangat dan tangguh untuk menjadi orang tua yang peduli dan orang tua yang hebat.</p>
--	--	--

5.	Evaluasi	<p>Pada tahap evaluasi ini konselor menyimpulkan selama kegiatan konseling. Konselor melihat perubahan pada diri konseli yang semulanya merasa cemas, khawatir, bingung untuk menangani anaknya dan kurang meluangkan waktu dengan anaknya karena bekerja setiap hari. Konseli sudah bisa menangani anaknya serta mencari informasi-informasi untuk penanganan anaknya. Namun untuk merubah sifat dan perilaku suaminya masih belum bisa tetapi konseli mengatakan untuk mencobanya.</p>
6.	<i>Follow-up</i> atau tindak lanjut	<p>Pada tahap <i>follow-up</i> ini dilakukan sebagai tindak lanjut sejauh mana perubahan konseli selama dan hasil selama proses konseling. konselor selalu memantau perkembangan kemajuan perkembangan konseli. <i>Follow-up</i> ini memberi tugas atau menyuruh konseli untuk tetap istiqamah dalam melakukan wudhu secara pelan-pelan dan tidak terburu-</p>

		buruserta selalu menemani dan mendampingi anaknya sehingga anak konseli mengalami perkembangan dalam berbicara.
--	--	---

b. Analisis Hasil Proses Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Memiliki Anak Speech Delay di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo

Setelah selesai melakukan seluruh proses konseling Islam dan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang tua yang memiliki anak *speech delay*, perubahan pada konsel terlihat jelas. Hal tersebut sesuai dari pernyataan konseli sendiri yang menjalankan target dan melakukan *follow-up* dan terlihat jelas dari perilakunya .

Untuk melihat target-target yang disepakati konselor dengan konseli terlaksana, adapun penyampaian data melalui tabel sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling dengan memberikan Konseling Islam dan terapi wudhu sebagai berikut:

Tabel 4.3
Perbandingan hasil proses konseling Islam dengan Terapi Wudhu sebelum dan sesudah diberikan konseling

No	Perilaku	Sebelum			Sesudah		
		S	KK	TP	S	KK	TP

1.	Konseli merasakan cemas terhadap anaknya yang sedang mengalami hambatan dalam tumbuh dan kembang yaitu <i>speech delay</i> atau keterlambatan berbicara.		✓				✓
2.	Merasa khawatir karena bingung untuk menangani anaknya.		✓				✓
3.	Karakteristik suami yang pemarah dan melampiaskan kepada anaknya sehingga konseli khawatir kepada mental anaknya.	✓				✓	
4.	Terlalu berfikir dengan omongan negative dari orang lain kepada konseli tentang anaknya.	✓					✓

5.	Konseli merasa tidak bisa menangani anaknya yang berbagai cara ia lakukan tetapi tidak membuahkkan hasil.		✓				✓
----	---	--	---	--	--	--	---

Keterangan :

S = Sering

KK = Kadang-Kadang

TP = Tidak Pernah

Dari table perbandingan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Konseling Islam dengan Terapi Wudhu untuk Menangani Kecemasan pada Orang Tua yang Meiliki Anak *Speech Delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo, mengalami perubahan perilaku dan sikap. Hal ini telah dibuktikan dengan hasil wawancara selama evaluasi antara konselor dengan konseli. Konseli mampu melaksanakan target perubahan perilaku secara bertahap, pelan-pelan dan tidak instan. Konseli juga berambisi untuk menghilangkan rasa cemasnya dan lebih tenang untuk menangani anaknya dengan cara memikirkan alternative dan menyanggupi untuk berubah. Konseli juga mengalami perubahan perilaku berkat pelaksanaan konseling serta orang-orang disekitarnya yang memberikan dukungan untuk selalu menangani anaknya sehingga anaknya dapat mengalami perkembangan dalam berbicara.

2. Perspektif Keislaman

Dalam penelitian ini konselor memberikan pemahaman serta memotivasi konseli melalui ayat-ayat Al-Qur'an. Konselor memberikan motivasi kepada konseli melalui ayat Q.S. Ar-Rad ayat 11 tentang merubah nasib hamba-Nya yang berbunyi :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ
إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ
اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya *“Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”*⁷⁹

Dari ayat diatas dimaksudkan kepada konseli jika konseli ingin anaknya dapat berbicara maka konseli mencari cara dan bersungguh-sungguh dalam menangani anaknya. Konseli harus mendampingi anaknya sehingga anaknya dapat tumbuh dan berkembang. Jika hal tersebut diterapkan maka anak konseli mengalami perkembangan secara bertahap. Konselor juga menyemangati agar konseli semangat untuk mendampingi anaknya agar dapat berbicara dan selalu melihat perkembangan anaknya

⁷⁹Al-Qur'an, Ar-Rad : 11

melalui terapi wicara yang akan diberikan kepada anaknya. Karena dengan berusaha dan berdoa, Allah SWT akan senantiasa membantu hamba-Nya yang membutuhkan pertolongan.

Selain itu konselor juga menyemangati konseli agar tidak mengeluh dalam menangani anaknya serta meredakan emosi suaminya seperti halnya dalam Q. S. Al-Mari'ij ayat 19-23 yang berbunyi:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا
(٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ
هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَأَىٰ يَمُونَ (٢٣)

Artinya: “*Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat. Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.*⁸⁰”

Dalam Q.S. Al-Mari'ij ini menjelaskan bahwa manusia mempunyai sifat negatif yaitu berkeluh kesah. Namun sebagai konselor selalu memberikan motivasi serta semangat untuk konseli agar mau berubah menjadi pribadi yang baik untuk anaknya dan keluarganya. Konselor juga menyemangati konseli untuk selalu melihat perkembangan anaknya sebagai motivasi untuk konseli agar menghilangkan rasa cemas dan khawatirnya.

⁸⁰ Al- Qur'an, Al-Mari'ij: 19-23



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah peneliti menyelesaikan penelitian dan mengumpulkan data tentang konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan Orangtua yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo, kemudian data tersebut disusun dalam bentuk laporan sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan orangtua yang memiliki Anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo dilaksanakan dengan menggunakan beberapa langkah-langkah konseling, diantaranya : identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi, evaluasi dan *follow-up* atau tindak lanjut. Proses terapi wudhu dilakukan dengan memahami dan meresapi setiap tahap dalam berwudhu. Sebelum melakukan terapi wudhu konseli memberikan manfaat berwudhu dan menjelaskan tata cara pelaksanaan terapi wudhu. Proses terapi wudhu dilakukan mulai dari membaca niat dan basmallah, lalu berkumur, membasuh hidung, membasuh muka, membasuh kedua tangan, membasuh kepala, dan membasuh kedua kaki yang dilakukan dengan tertib. Setelah berwudhu konseli membaca doa setelah berwudhu. Kegiatan wudhu dilakukan secara pelan-pelan, tidak terburu-buru sehingga konseli dapat meresapi dan merasakan setiap busuhan air wudhu yang dibasuhkan ke anggota tubuh konseli.
2. Hasil dari pelaksanaan proses konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada Orang Tua yang memiliki Anak *speech delay* di Desa Sedati

Gede Kabupaten Sidoarjo adalah perasaan cemas dan khawatir konseli kepada anaknya mulai berkurang. Perubahan konseli pada diri konseli seperti lebih meluangkan waktunya untuk anaknya, mencari informasi-informasi *parenting*, mendampingi anaknya ketika bermain, serta mencoba saling bekerja sama dengan suaminya untuk menangani anaknya. Konseli istiqomah dalam melakukan wudhu secara pelan-pelan, selalu menemani dan mendampingi anaknya sehingga anak konseli dapat mengalami perkembangan dalam berbicara. Walaupun ada beberapa lika-liku untuk merubah perasaan dan perilaku konseli, tetapi konseli tetap berusaha yang terbaik untuk anaknya.

B. Saran dan Rekomendasi

Adapun saran dan rekomendasi dari penelitian dari penelitian konseling Islam dengan terapi wudhu untuk menangani kecemasan pada orang yang memiliki anak *speech delay* di Desa Sedati Gede Kabupaten Sidoarjo yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Konselor

Bagi konselor sebaiknya lebih meningkatkan kemampuan untuk melakukan proses konseling serta menambah wawasan ilmu pengetahuan melalui membaca buku, jurnal, dan sumber informasi lainnya sehingga dapat membantu permasalahan orang lain dan berguna untuk masyarakat lain. Konselor juga memperbanyak melakukan proses konseling dan meningkatkan keterampilan konseling agar mendapatkan pengalaman merubah individu menjadi lebih baik.

2. Bagi Konseli

Bagi konseli diharapkan selalu istiqomah dalam menerapkan wudhu secara pelan-pelan, meluangkan waktunya untuk anaknya, mencari informasi-informasi

parenting, mendampingi anaknya ketika bermain, serta mencoba saling bekerja sama dengan suaminya untuk menangani anaknya sehingga anak konseli dapat mengalami perkembangan dalam berbicara.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan untuk rujukan referensi atau model percontohan pada penelitian berikutnya dan menyempurnakan penelitian ini sehingga dalam penelitian berikutnya menghasilkan penelitian yang dapat menyempurnakan penelitian sebelumnya.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini adapun hambatan dalam pelaksanaan konseling yaitu penyesuaian waktu dalam penelitian dikarenakan kesibukan konseli yang bekerja dan suaminya sempat sakit sehingga dibutuhkan waktu luang untuk melaksanakan konseling. Peneliti menyadari kekurangan baik segi penulisan ataupun kata-kata dalam penulisan ini sehingga apabila menemukan kekurangan sangat diharapkan untuk menyempurnakan dalam kekurangan tersebut.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Akrom, Muhammad. 2012. *“Terapi Wudhu: Sempurna Shalat, Bersihkan Penyakit”*. (Yogyakarta: MedPress Digital)
- Al- Qur’an. Al-Maidah: 2
- Al- Qur’an. Al-Maidah: 6
- Al- Qur’an. Al-Mari’ij: 19-23
- Al- Qur’an. As-Saff: 2
- Al-Batawy, Syaiful Anwar. 2015. *“Dahsyatnya Air Wudhu”*. (Jakarta: Lembar Langit Indonesia)
- Alwisol. 2006. *“Psikologi Kepribadian”*. (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press)
- Anwar, M. Fuad. 2019. *“Landasan Bimbingan Konseling Islam”*. (Yogyakarta: Deepublish)
- Aziz, Moh. Ali. 2013. *“60 Terapi shalat Bahagia”*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel)
- Basit, Abdul. 2017 *“Konseling Islam”*. Edisi Pertama (Jakarta: Kencana)
- Bukhori, Baidi. 2014. *“Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam”*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. Vol. 5 No. 01
- Chaplin, J.P.. 2001. *“Kamus Lengkap Psikologi”*. (Jakarta: PT Raja Grafindo)

- Corey,Gerald. 2013. *“Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi”* (Bandung: PT Refika Aditama)
- Darmadi. 2017. *“Hidup Sehat dengan Terapi Air Wudhu”* (Yogyakarta: Diandra Kreatif)
- El-Fikri, Syahrudin. 2016. *“Sehat dengan Wudhu”* (Jakarta: AMP Press)
- Fitrah, Muh. dan Lutfiyah. 2017. *“Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus”* (Sukabumi: Jejak Publisher)
- Hayat, Abdul. 2014. *“Kecemasan dan Metode Pengendaliannya”*. Jurnal Studi Islam dan Humaniora. Vol. 12 No. 1
- Hikmawati,Fenti. 2016. "Bimbingan Dan Konseling" Edisi Revisi (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada)
- Ifdil dan Annisa, D..2016 *“Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia(Lansia)”*.Jurnal Konseling. Vol. 05 No. 02
- Khasanah,Uswatun dan Muhammad Afif.2018 *“Urgensi Wudhu dan Relevansinya Bagi Kesehatan (Kajian Ma’anil Hadits) dalam Perspektif Imam Musbikin”* Jurnal Studi Hadis.Vol. 3 No. 2
- Kriswoyo,Pramono Giri, Saseno, dan Handoyo. 2013. *“Efektivitas relaksasi terhadap tingkat kecemasan pada lansia Adhi Yuswa”*.Jurnal Kesehatan Keperawatan. Vol. 9 No.3
- Lubis,Lahmuddin. 2018. *“Konseling dan Terapi Islam”*. (Medan: Perdana Publishing)
- Masdudi. 2015. *“Bimbingan Dan Konseling Perspektif Sekolah”*. Edisi Revisi. (Cirebon: Nurjati Press)

- Muhid, Abdul. 2013. "*Psikologi Umum*" (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press)
- Ningsih, Yusria. 2019. "*Kesehatan Mental*". (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press)
- Nugrahani, Farida. 2014. "*Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*" (Solo: Cakra Books)
- P., Lawrence dan Cervone. 2012. "*Kepribadian: Teori dan Penelitian*", (Jakarta: Salemba Humanika)
- Raco, J. R.. 2010. "*Metode Penelitian Kualitatif (Jenis, Karakteristik, Dan Keunggulannya)*". (Jakarta: PT Grasindo)
- Ramaiah, Savitri. 2003. "*Kecemasan. Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*", (Jakarta: Pustaka Populer Obor)
- Rukajat, Ajat. "*Pendekatan Penelitian Kualitatif*". (Yogyakarta: Deepublish)
- Setiawan, Johan dan Albi Anggito. 2018. "*Metodologi Penelitian Kualitatif*". (Sukabumi: Jejak Publisher)
- Shahih Muslim juz 4 hal. 1987 no. 2564
- Siyoto, Sandu dan M. Ali Sodik. 2015. "*Dasar Metodologi Penelitian*" (Yogyakarta: Literasi Media)
- Smart, Aqila. 2012. "*Anak Cacat Bukan Kiamat*". (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media)
- Sunnara, Rahmat. 2009. "*A-Z Seputar Wudhu (Thaharah/Bersuci)*". (Banten: Kenanga Pustaka Indonesia)
- Surya, Moh. Dan Djumhur. 1975. "*Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*" (Bandung : CV. Ilmu)

- Susanto, Ahmad. 2018. *“Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya”*. (Jakarta: Prenada Group)
- Syarqawi, Ahmad, Syafruddin, dan Ahmad Syukri Sitorus. 2017. *“Bimbingan dan Konseling Islam Prespektif Al-Quran dan Sains”*. (Medan: Perdana Publishing)
- Tarmizi. 2018. *“Bimbingan Dan Konseling Islam”*. (Medan: Perdana Publishing)
- Thohir, Mohammad. n.d. *“Appraisal Dalam Bimbingan Dan Konseling (Layanan Pegumpulan Data Dengan Non-Tes”*
n.p
- Thohir, Mohammad. 2017. *“Konseling Rumah Sakit”*. (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press)
- Tsuraya, Inas dkk. 2013. *“Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Terlambat Bicara (Speech Delay) di RSUD Dr. M. Ashari Pematang”*. *“Psikologi Perkembangan dan Klinis”* Vol.02 No. 02
- Ulfiah. 2020. *“Psikologi Konseling Teori & Implementasi”*. Edisi Pertama. (Jakarta: Kencana)
- Wijaya, Hengki dan Helaluddin. 2019. *“Analisis Data Kualitatif: Sebuah Tinjauan Teori & Praktik”*. (Sekolah Tinggi Theologia Jaffray)
- Yusuf, Samsyu. 2000. *“Psikologi perkembangan anak & remaja”*, (Bandung: Remaja Rosdakarya)