



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**“KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI HUSNUDZON  
UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI  
SEORANG REMAJA DENGAN ORANG TUA YANG  
AKAN MENIKAH LAGI DI DESA SADANG  
KECAMATAN TAMAN”**

**SKRIPSI**

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

Oleh:

**Harin Nisa'un Nikmah  
(B03219023)**

Dosen Pembimbing:

**Dr. H. Abd. Basyid, MM  
NIP. 1960090119990031002**

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2023**

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Harin Nisaun Nikmah  
NIM : B03219023  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sejujurnya bahwasannya skripsi yang berjudul Terapi Husnudzon dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.

Apabila dikemudian hari pernyataan saya tidak benar dan ditemukannya kecurangan dalam pembuatan skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 28 Desember 2022

Yang Menyatakan,

  
  
Nisa'un Nikmah  
NIM. B93219023

## PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Harin Nisaun Nikmah

Nim : B03219023

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Terapi Husnudzon dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.

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

Surabaya, 28 Desember 2022

Dosen Pembimbing,

  
Dr. H. Abdul Basyid, MM

NIP. 19600901 1999003 1 002

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan  
Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua yang Akan  
Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman

### SKRIPSI

Disusun Oleh

Harin Nisa'un Nikmah

B03219023

Telah diuji dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu  
Pada tanggal 11 Januari 2023  
Tim Penguji

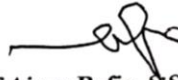
Penguji I



Dr. Abd. Basvid, MM

NIP. 1060090119990031002

Penguji II

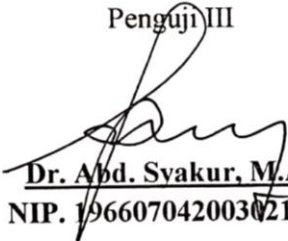


Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I,

M.Pd, Kons

NIP. 197708082007101004

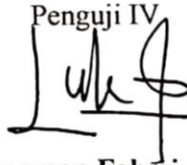
Penguji III



Dr. Abd. Svakur, M.Ag

NIP. 196607042003021001

Penguji IV



Dr. Luqman Fahmi, M.Pd

NIP. 197311212005011002

Surabaya, 11 Januari 2023

Dekan,



Dr. Moch. Ghobirul Arif, S.Ag., M.Pd.I.

NIP. 10171998031001

# 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 : Harin Nisa'un Nikmah  
NIM : 603219023  
Fakultas/Jurusan : FDK / BKI  
E-mail address : harinisa\_21@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon dalam Meningkatkan  
Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua yang  
Akan Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Tamcin.

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, 24 Januari 2023

Penulis

(Harin Nisa'un Nikmah)  
nama terang dan tanda tangan

## **ABSTRAK**

Harin Nisa'un Nikmah, NIM. B03219023 Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua Yang Akan Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman

Fokus penelitian ini adalah 1) Untuk mengetahui penerapan Terapi Husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman. 2) Untuk mengetahui hasil akhir Terapi Husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif yaitu mengkaji keadaan atau kondisi dan hal-hal lain yg berkaitan dengan penelitian. Selanjutnya disajikan melalui deskriptif Komparatif yaitu membandingkan sebelum dan sesudah proses terapi.

Dalam menganalisis proses terapi husnudzon, konselor memberikan tiga strategi yaitu strategi mengubah masa lalu, strategi mengubah konsentrasi, strategi hasil yang positif. Hasil akhir dari proses terapi husnudzon bisa dikatakan berhasil karena konseli sudah memenuhi beberapa indikator keberhasilan yaitu meningkatkan penerimaan dirinya terhadap kenyataan hidupnya.

**Kata Kunci:** Terapi Husnudzon, Penerimaan Diri.

## ABSTRAK

Harin Nisa'un Nikmah, NIM. B03219023 Islamic Counsleing with Husnudzon Therapy in Increasing Self-Acceptance of A Teenager with Parents Who Will Remarry in Sadang, Taman

The focus of this research is 1) To find out the application of Husnudzon Therapy in increasing the self-acceptance of a teenager with parents who are about to remarry in Sadang Village, Taman District. 2) To find out the final results of Husnudzon Therapy in increasing the self-acceptance of a teenager with parents who will remarry in Sadang, Taman.

To answer this question, the researcher uses a qualitative research method with descriptive analysis, namely examining the circumstances or conditions and other matters related to research. Furthermore, it is presented through comparative descriptive, namely comparing before and after the therapy process.

In analyzing the husnudzon therapy process, the counselor provides three strategies, namely strategies to change the past, strategies to change concentration, and strategies for positive outcomes. The end result of the husnudzon therapy process can be said to be successful because the counselee has fulfilled several indicators of success, namely increasing his acceptance of the reality of his life

**Key Words:** Husnudzon Theraphy, Self Acceptance.

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI .....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING .....	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI .....	iv
PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Definisi Konsep .....	7
F. Sistematika Penelitian .....	9
BAB II .....	11
KAJIAN TEORITIK .....	11
A. Kajian Teoritik .....	11
1. Terapi Husnudzon .....	11
a. Pengertian Terapi Husnudzon .....	11



b.	Ciri Ciri Husnudzon.....	13
c.	Strategi Terapi Husnudzon.....	17
2.	Penerimaan Diri.....	20
a.	Pengertian Penerimaan Diri.....	20
b.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri	22
c.	Ciri-ciri Penerimaan Diri.....	25
3.	Menikah Lagi.....	27
a.	Pengertian Menikah Lagi.....	27
b.	Variabel Yang Memengaruhi Tingkat Menikah Lagi	28
c.	Tantangan Dalam Keluarga Tiri.....	29
4.	Kewajiban Anak terhadap Orang Tua.....	32
a.	Hak untuk mendapat cinta dan kasih sayang ....	34
b.	Hak untuk mendapat penghormatan dan pemeliharaan.....	34
c.	Hak dalam ketaatan terhadap perintah.....	35
d.	Hak untuk mendapat perlakuan baik.....	36
e.	Hak untuk mendapat mendapat nafkah.....	36
f.	Hak untuk mendapat doa.....	37
5.	Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Remaja dengan Orang Tua Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.....	38
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	41
BAB III.....		45
METODE PENELITIAN.....		45

A.	Pendekatan dan jenis Penelitian .....	45
B.	Objek Penelitian .....	45
C.	Jenis dan Sumber Data .....	46
D.	Tahap-Tahap Penelitian.....	47
E.	Teknik Pengumpulan Data .....	49
F.	Teknik Validitas Data.....	50
G.	Teknik Analisis Data.....	51
BAB IV .....		53
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		53
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian .....	53
1.	Deskripsi Lokasi Penelitian .....	53
2.	Deskripsi Konselor dan Konseli .....	53
B.	Penyajian Data.....	60
1.	Deskripsi penerapan Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.....	60
a.	Identifikasi Masalah.....	61
b.	Diagnosa.....	63
c.	Prognosa.....	64
d.	Treatment .....	65
e.	Evaluasi/Follow Up.....	75
2.	Deskripsi hasil akhir Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.....	76
C.	Pembahasan Analisis dan Hasil Penelitian.....	78

1. Perspektif Teori .....	78
2. Perspektif Islam .....	87
BAB V.....	92
PENUTUP.....	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran.....	93
C. Keterbatasan Penelitian .....	93
DAFTAR PUSTAKA .....	94
Lampiran .....	98

### **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Keadaan konseli sebelum diberi Terapi.....	59
Tabel 4.2 Keadaan Konseli setelah proses terapi.....	76
Tabel 4.3 bentuk komparasi antara teori dan kenyataan .....	78
Tabel 4.4 Perbedaan perilaku sebelum dan sesudah terapi.....	86

### **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 5 1 Proses Terapi Husnudzon.....	98
Gambar 5 2 Asesmen Significant Other .....	98
Gambar 5 3 Surat Izin Penelitian .....	99
Gambar 5 4 Hasil Turnitin .....	100
Gambar 5 5 Kartu Bimbingan.....	100

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia sebagai makhluk sosial diciptakan secara berpasang-pasangan untuk saling mengasihi dan menyayangi satu sama lain. Dua insan yang berbeda disatukan dalam satu ikatan pernikahan dan memerankan peran sebagai suami dan istri. Dari hasil wawancara dan observasi dengan konseli anak yang ayahnya menikah lagi, konseli tidak menerima kenyataan jika ayahnya ingin menikah lagi, karena konseli takut jika orangtuanya menikah kembali kasih sayang yang diberikan orang tuanya akan terbagi dan konseli takut ditelantarkan oleh ayahnya dan fokus pada keluarga barunya. Ketika salah satu orangtua dari anak meninggal dunia ataupun bercerai, mereka akan merasa begitu kehilangan sosok yang telah menjadi panutan, dan menyimpulkan bahwa keluarganya sudah sempurna lagi. Ketika masalah ini berlanjut, dan orangtuanya memilih untuk menikah kembali, timbullah masalah selanjutnya, yakni adanya orang baru yang akan masuk dalam keluarganya, dan menggantikan peran salah satu keluarga yang telah meninggal.

Dalam islam, pernikahan adalah menyatukan dua insan laki-laki dan perempuan menjadi pasangan melalui akad nikah. Suatu pernikahan khususnya dalam suatu hubungan rumah tangga tidak akan selalu hanya berorientasi pada kesenangan saja, tetapi dalam suatu rumah tangga juga akan menghadapi masalah baik yang terduga maupun yang sama sekali tidak terduga, salah satunya perpisahan.

Berpisahannya kedua pasangan mengakibatkan berakhirnya pernikahan yang biasanya terjadi karena dua hal, perceraian atau kematian. Kematian adalah sesuatu yang tidak dapat dicegah oleh siapapun dan akan terjadi kepada

setiap insan yang bernyawa. Cerai mati membutuhkan penyesuaian tersendiri bagi anggota keluarga yang ditinggalkan, khususnya anak.

Menurut Fagan dan Churchill perceraian menyebabkan perasaan terluka dan menyakitkan yang tidak dapat diartikan, utamanya kepada anak<sup>1</sup>. Pada beberapa kasus perceraian tidak semua buruk, tetapi ada juga yang memberikan keuntungan pada kedua pasangan dan dapat juga meningkatkan kualitas hidup mereka. Ada juga perceraian yang juga menimbulkan perasaan trauma yang tidak dapat disembuhkan seutuhnya. Perceraian apapun alasannya yang terjadi pada sepasang suami istri akan berimbas buruk pada anak walaupun dalam beberapa perceraian merupakan jalan terbaik bagi pasangan daripada membiarkan anak mereka hidup dalam rumah tangga yang tidak baik dan jauh dari ketentraman.

Sama halnya yang terjadi dalam fenomena ini yang mana salah satu orang tua yang memilih melakukan sebuah pernikahan untuk kedua kali nya dan di dalam kasus ini juga yang mana anak mereka yang menjadi korban dari pilihan orang tua mereka yang menikah lagi. Anak berfikir jika orang tuanya menikah lagi dia akan ditelantarkan dan diacuhkan. Ketakutan yang dialami anak dipengaruhi karena banyaknya lingkungan sekitarnya yang berubah menjadi negatif karena adanya pernikahan baru / anggota keluarga baru didalam rumah tangga mereka. Kekhawatiran akan hal ini juga disebabkan karena anak sulit menerima dirinya dalam situasi baru yang bahkan belum terjadi.

Individu seringkali memikirkan suatu hal buruk dan tak baik untuk dirinya, berpikir pesimis dengan masa depannya, tidak mau menghargai dan bersikap buruk

---

<sup>1</sup> P. F Fagan and A Churchill, "The Effects of Divorce on Children," *Marri Research Sybthesis* (2012). Hal. 3

terhadap pendapat yang tidak sesuai dengan dengan dirinya, dan kurang menerima kritikan orang lain. sikap-sikap tersebut merupakan gambaran bahwa individu mengalami gangguan psikisnya dan diakibatkan karena perubahan emosi dan kognitif dari individu yang tidak mampu menerima kekurangan yang dimiliki dan tidak menerima kenyataan hidupnya. Individu yang memiliki penerimaan diri yang rendah biasanya cenderung takut ntuk menghadapi cobaan hidup dan memilih lari dari permasalahan bahkan tidak memiliki rasa tanggungjawab terhadap dirinya sendiri ataupun orang terdekatnya.

Penerimaan diri yang diungkapkan Chaplin diartikan sebagai sikap baik yang tumbuh ketika individu merasa puas dengan diri sendiri, bangga akan kualitas dan bakat yang ada pada dirinya, juga pengetahuannya akan keterbatasan yang dia miliki. Penerimaan diri dapat diibaratkan sebagai pengada-an kemampuan diri pada psikologis individu yang menunjukkan kualitas diri<sup>2</sup>. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, salah satunya dengan berpikir positif. Berikir positif sendiri diartikan sebagai cara pandang individu yang memanang semua persoalan dengan positif/baik. Dengan berpikir positif individu dapat memandang bahwa setiap masalah pasti ada pemecahnya dan pemecahan masalah tersebut didapatkan dari proses intelektual yang sehat.

Dr. Ibrahim Elfiky menyebutkan bahwa proses berfikir berkaitan erat dengan konsentrasi, perasaan, sikap, dan perilaku<sup>3</sup>. Ketika seseorang mulai berpikir positif dapat diartikan seperti kemampuan datang mengimbangi cara berpikir untuk tetap melakukan suatu hal baik dengan cara

---

<sup>2</sup> J. P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005). Hal 250

<sup>3</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapu Berpikir Positif* (Jakarta: Zaman). Hal 150

yang baik. Berpikir positif juga akan mendorong seseorang untuk melakukan suatu perbuatan yang positif pula, dan lain halnya dengan pikiran negatif yang juga akan menimbulkan suatu perbuatan dan perasaan yang negative saja. Pikiran negatif muncul tentunya karena pola pikir atau sudut pandang yang monoton dalam memandang suatu permasalahan<sup>4</sup>.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam meningkatkan penerimaan diri remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi menggunakan terapi husnudzon atau berpikiran baik. Husnudzon termasuk bagian dari mahabbah dan akan mengantarkan orang kepada pemikiran positif untuk mencapai kebahagiaan dan mencapai derajat yang layak. Lawan sifat dari Husnudzon adalah sifat su'udzon yaitu berperasangka buruk. Apabila manusia memiliki sifat su'udzon kepada setiap permasalahan yang ada, maka ia akan terjerumus pada kehancuran.

Terdapat 3 komponen penting dalam terapi husnudzon yang perlu diperhatikan yaitu Husnudzon kepada Allah, kepada diri sendiri, dan kepada sesama manusia. Husnudzon menjadi sebuah sifat psikologis yang berkembang dari tradisi Islam dimaknai sebagai perilaku berfikir positif. Dalam hal ini Husnudzon tidak hanya berkaitan dengan hubungan interpersonal, melainkan juga hubungan intrapersonal (ke dalam diri) dan hubungan transendental (dengan Tuhan). Islam juga mengajarkan umatnya untuk selalu berperasangka baik dengan apa yang dihadapi baik ketika berinteraksi dengan sesama makhluk maupun ketika menerima takdir Allah. Pada hakikatnya

---

<sup>4</sup> Nadzir Hakiki, "KONSEP BERPIKIR POSITIF MENURUT DR. IBRAHIM ELFIKY SERTA RELEVANSINYA DENGAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM" (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018). Hal

manusia menyukai hal-hal yang baik menurut pandangannya dan tidak menyukai hal-hal yang tidak menyenangkan menurut dirinya<sup>5</sup>.

Terapi Husnudzan sebagai representasi pola pikir positif dalam tradisi Islam menarik kalangan akademisi dan praktisi di bidang kesehatan. Hal yang membedakan antara konsep berpikir positif dalam kajian psikologi modern dan perspektif Islam adalah bahwa terapi Husnudzan tidak dapat dilepaskan dari keyakinan individu beragama terhadap eksistensi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang (Rahman dan Rahim)<sup>6</sup>. Terapi Husnudzon berfokus pada kognitif individu. Terapi Husnudzon diterapkan untuk mengenali pola pikir negatif dan memandangnya serta menggunakan pola pikir baru untuk menghadapi takdir kehidupan yang akan datang<sup>7</sup>.

Berdasarkan paparan latar belakang yang dijelaskan diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berfokus pada terapi husnudzon pada seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi untuk meningkatkan penerimaan dirinya. Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI HUSNUZON UNTUK MENINGKATKAN PENERIMAAN DIRI SEORANG REMAJA DENGAN ORANG TUA YANG AKAN MENIKAH LAGI DI DESA SADANG KECAMATAN TAMAN”**

---

<sup>5</sup> Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, and Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal,” *Jurnal Psikologi Islam* Vol. 4, no. No. 1 (2017). Hal. 54

<sup>6</sup> Uly Gusniarti & Susilo Wibisono & Fani Eka Nurtjahjo, “Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal”, hal. 55

<sup>7</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*. Hal. 272



## **B. Rumusan Masalah**

Bedasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut

1. Bagaimana penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman?
2. Bagaimana hasil akhir Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman?

## **C. Tujuan Penelitian**

Bedasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, dapat diuraikan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui penerapan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.
2. Untuk mengetahui hasil akhir Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk dapat menjadi catatan akademis yang ilmiah maka peneliti berharap adanya pemanfaatan dari hasil penelitian ini secara teoritis dan praktis bagi semua pembaca antara lain:

1. Manfaat teoritis

Dalam penelitian ini peneliti bisa mengembangkan teori-teori Bimbingan Dan Konseling islam dan memadukan antara teori dengan praktek, juga bisa menambah media wawasan pustaka bagi Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam khususnya, dan bagi mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya secara umum.

2. Manfaat Praktis
  - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi dan juga sebagai referensi dalam penelitian yang berkaitan dimasa yang akan datang.
  - b. Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi salah satu proses intervensi sebuah terapi konseling yang efektif sekaligus untuk menambah pengetahuan bagi konselor dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi.

## **E. Definisi Konsep**

### **1. Terapi Husnudzon**

Secara umum terapi adalah penyembuhan lewat keyakinan agama melalui percakapan informal atau diskusi personal dengan orang dipercaya. Terapi adalah pengobatan alam pikiran dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis<sup>8</sup>. Husnudzon berasal dari kata *Khasanu* yang artinya baik<sup>9</sup> dan *dhonna* yang berarti menyangka sesuatu.<sup>10</sup> Jadi Husnudzon dapat bermaksud perasangka yang baik. Berdasarkan pengertian tersebut, disimpulkan

---

<sup>8</sup> Agus Santoso, *Terapi Islam* (Surabaya: IAIN SA Press, 2013). Hal.9

<sup>9</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia* (Jakarta: PT Mahmud Yunus wa Dzuriyyah, 2010). Hal 105

<sup>10</sup> Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, hal. 251

bahwa terapi husnudzon merupakan pengobatan alam pikiran melalui metode psikologis dengan cara mengubah pola pikir individu dan mampu bebas dari prasangka buruk juga emosi.

## 2. Penerimaan Diri

Penerimaan Diri atau Self Acceptance Menurut Harluck menafsirkan penerimaan diri sebagai “the degree to which an individual having considered his personal characteristics, is able and willing to live with them” artinya derajat dimana seseorang telah mempertimbangkan karakteristik personal-nya, merasa bisa dan mampu hidup dengan karakteristiknya yang dimilikinya. Sedangkan Aderson menafsirkan penerimaan diri dengan gambaran individu telah berhasil menerima semua kelebihan maupun kekurangan dirinya dengan apa adanya. Menerima diri artinya individu telah menemukan karakter atau ciri khas diri dan dasar yang dapat membentuk kerendahan hati juga intergritas.

## 3. Menikah lagi

Menikah lagi artinya menikah kembali. Defenisi dari menikah adalah terkumpul atau menyatu, menurut istilah lainnya juga dapat berarti ijab qobul atau akad nikah yang mewajibkan hubungan antara dua pasang manusia yang diikrarkan oleh kata-kata yang ditunjukkan untuk mewujudkan pernikahan sesuai peraturan yang diwajibkan oleh ajaran islam. Kata zawaj digunakan dalam al-quran yang memiliki arti pasangan yang dalam kata penggunaannya pula juga dapat diartikan sebagai pernikahan, Allah swt. Menjadikan manusia

menjadi saling berpasangan, menghalalkan pernikahan dan mengharamkan zina<sup>11</sup>.

## F. Sistematika Penelitian

Penyusunan sistematika pembahasan diperlukan agar penelitian ini mudah dipahami secara utuh dan berkesinambungan. Berikut susunan sistematika pembahasan:

**Bab I** : Pendahuluan, pada bab ini terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian yang terdiri dari manfaat teoritis dan praktis. kemudian definisi konsep yang membahas pengertian dari judul.

**Bab II** : Kajian Teori terdiri dari teori dalam penelitian dan penulisan skripsi. Dalam bab ini meliputi pembahasan terkait pengertian terapi husnudzon, prinsip-prinsip terapi husnudzon, ciri-ciri husnudzon, kepribadian husnudzon, strategi husnudzon. Kemudian pengertian penerimaan diri, faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam penerimaan diri, ciri-ciri individu yang memiliki penerimaan diri, serta membahas tentang Remarriage, terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi di Sadang Taman Sidoarjo, Serta penelitian terdahulu yang relevan.

**Bab III**: bab ini membahas tentang metode penelitian yang membahas jenis penelitian, sasaran dan lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis

---

<sup>11</sup> Maratus Soleha, "FENOMENA PARENTS REMMARIAGE BAGI KONDISI PSIKOLOGIS ANAK DI DUSUN PULAU-PINANG KECAMATAN SAROLANGUN KEMBANG KABUPATEN SAROLANGUN" (UIN Sulthan Thaha Syaifuddin, 2021). Hal. 35

data, teknik pemeriksaan keabsahan data. Dan selanjutnya yakni sistematika pembahasan.

**Bab IV:** bab ini berisi terkait deskripsi umum objek penelitian yang meliputi deskripsi lokasi penelitian, deskripsi obyek penelitian yang meliputi deskripsi konselor, deskripsi konseli, dan deskripsi masalah. kemudian berisi proses terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi. Dan juga deskripsi dan analisa data terkait hasil proses terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi.

**Bab V :** bab ini berisi penutup yang membahas tentang kesimpulan, saran, keterbatasan penelitian.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB II KAJIAN TEORITIK

### A. Kajian Teoritik

#### 1. Terapi Husnudzon

##### a. Pengertian Terapi Husnudzon

Menurut James P Chaplin yang dikutip dalam buku terapi Islam mengartikan terapi dari dua sudut pandang yaitu yang pertama secara khusus, terapi adalah penerapan teknik pada penyembuhan penyakit mental atau kesulitan pengontrolan diri setiap hari. Kedua secara umum terapi adalah mencakup penyembuhan melalui keyakinan agama lewat pembicaraan informal atau diskusi personal dengan orang yang dipercaya. Jadi, terapi adalah pengobatan alam pikiran dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis.<sup>12</sup>

Sedangkan Husnudzon berasal dari dua kata, yaitu *Khasanu* yang berarti baik dan *dhonna* yang berarti menyangka sesuatu.<sup>13</sup> Jadi, Husnudzon dapat bermakna prasangka yang baik. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terapi husnudzon adalah pengobatan alam pikiran dan gangguan psikis melalui metode psikologis dengan cara mengubah cara berfikir setiap individu untuk mampu bebas dari prasangka buruk dan emosi tidak baik.<sup>14</sup>

Dalam surah Ad-Dhuha ayat ketiga, Allah berfirman:

---

<sup>12</sup> Santoso, *Terapi Islam*. Hal. 9

<sup>13</sup> Yunus, *Kamus Arab Indonesia*. Hal. 105

<sup>14</sup> Siti Ainur Rochmah, "Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo" (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019). Hal. 36

## مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

Artinya: “Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu.”<sup>15</sup>

Dari ayat ini bisa ditafsirkan jika

Allah melarang manusia untuk berprasangka buruk. Ayat ini juga dijadikan dasar bahwa ketika menghadapi suatu masalah hendaknya terlebih dahulu melihatnya secara positif dan percaya jika Allah selalu bersama hambaNya dan akan memberi pertolongan kepada siapapun.

Khusnudzon memiliki korelasi positif dengan pertumbuhan pribadi. Kombinasi religiusitas dan spiritualitas memiliki pengaruh terhadap pertumbuhan pribadi. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi yang baik akan memiliki dorongan untuk mengeksplorasi dunia luar, mencari dan menciptakan makna dibalik kehidupan yang dijalani<sup>16</sup>. Khusnudzon juga merupakan sebuah perilaku yang menunjukkan ketidakadaan rasa curiga pada suatu hal diluar diri dan disertai dengan sikap memandang bahwa diluar kit aitu baik<sup>17</sup>.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan jika husnudzon memiliki sama dengan berpikir positif. Sedangkan terapi husnudzon adalah pemberian perlakuan psikis yang bertujuan untuk menyembuhkan perilaku yang adaptif melalui

---

<sup>15</sup> Al-Qur'an, Ad-Dhuha: 3.

<sup>16</sup> Irman Nuryadin Siddik and Qurrotul Uyun, “Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Tua Dengan HIV/AIDS,” *PSIKIS Jurnal Psikologi Islam* Vol. 3, no. No. 2 (2017): hal. 86–93.

<sup>17</sup> Raudlatu Jannah, Akhmad Sagir, and Mahdia Fadhila, “Husnuzzan Terhadap Body Image Pada Mahasiswi UIN Antasari Banjarmasin,” *Taujihat : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 3, no. No. 1 (2022). Hal. 33

metode psikologis dengan merubah pikiran negative seseorang dan selalu berperasangka baik pada lingkungan sekitarnya.

## **b. Ciri Ciri Husnudzon**

### **1) Husnudzon terhadap Allah**

Setiap individu harus memiliki sikap Husnudzon kepada Allah, karena ketika manusia sudah husnudzon kepada Allah tentunya pikiran positif akan terbawa ketika ia berhubungan dengan diri sendiri ataupun pada sesama manusia. Manusia mempercayai adanya Allah dan kekuasaannya, tetapi ketika ia diberi ujian/cobaan oleh Allah ia menjadi suudzon terhadap Allah.<sup>18</sup>

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya : “Sungguh Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang terbaik.”<sup>19</sup>

Dari ayat ini merupakan permulaan yang menjelaskan jika manusia adalah bentuk makhluk ciptaan Allah yang terbaik dari segi lahir maupun segi bathin. Banyak keuntungan yang diperoleh saat manusia berhusnudzon kepada Allah diantaranya hati akan menjadi lebih tenang. Begitu juga orang yang berperasangka baik kepada Allah pasti akan dimudahkan semua urusannya.

Percaya pada sesuatu yang datangnya dari Allah dan akan kembali kepada Allah dapat

---

<sup>18</sup> Prima Purnama Sari, *Mudahnya Terapi Berpikir Positif* (Yogyakarta: Psikopedia, 2016). Hal. 238

<sup>19</sup> Al-Qur'an, At-Tin: 4.



membuat kita mampu ikhlas juga berpikiran positif. Sedangkan orang yang berpikiran negatif kepada Allah akan mudah bersikap putus asa<sup>20</sup>.

Al Qushairi berkata berprasangka baik kepada Tuhan atas semua kejadian yang kita alami mampu meningkatkan rasa cinta yang sifatnya spiritual terhadap Allah. Hal ini juga menimbulkan prasangka yang baik (husnudzan) kepada Allah. Haqqi menyatakan bahwa dzikir merupakan bentuk ekspresi husnudzan terhadap Allah.<sup>21</sup>

## 2) Husnudzon pada diri sendiri

Ada pepatah mengatakan bahwa segala sesuatu itu dimulai dari diri sendiri. ketika individu belum bersikap baik pada diri sendiri, ia tidak bisa bersikap baik kepada orang lain. Begitu pula dengan kemampuannya ia belum yakin, bagaimana ia bisa yakin pada kemampuan orang lain.

Berpikir positif dan yakin pada potensi yang dimiliki merupakan wujud rasa syukur atas apa yang diberikan Allah kepada makhluknya. Menurut Zakiah Djarajah sikap percaya diri adalah apabila ada rintangan dapat dihadapi dengan sukses dan membawa kegembiraan yang menimbulkan percaya diri sehingga menjadikan orang optimis dalam hidup<sup>22</sup>.

Berikut adalah beberapa manfaat tentang berpikir positif pada dirinya sendiri. Pertama, bisa melakukan sesuatu melebihi rata-rata.

---

<sup>20</sup> Sari, *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*. Hal. 240

<sup>21</sup> Sari, *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*, hal. 240

<sup>22</sup> Derajat. Zakariah, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 2001). Hal 25

Ketika seseorang selalu memandang dirinya dengan positif, akan terjadi hal yang luar biasa dan mampu melebihi bayangannya dari orang lain. Kedua, potensi tersembunyi akan keluar. Setiap orang dilahirkan dengan bakat masing-masing dan untuk mengetahui bakat tersebut harus digali terlebih dahulu, baru diasah dan terus dikembangkan.

Ketiga, lebih percaya diri. Minder atau kurang percaya diri merupakan salah satu penyakit yang selalu menempel pada orang yang berpikiran negatif pada dirinya. Keempat, dihargai dan dihormati orang lain. Ketika seseorang tidak menghargai dirinya sendiri, maka ia juga tidak akan dihargai oleh orang lain. Dengan kata lain, penghargaan dimulai dari dirinya sendiri.

Kelima, memiliki banyak teman. Orang yang berpikir positif pada diri sendiri memiliki jaringan yang luas karena memiliki kepercayaan diri yang baik akan mudah bergaul dengan siapa saja. Keenam, lebih bahagia dan ceria. Berpikir positif kepada semua hal yang berhubungan dengan diri sendiri akan melapangkan hati dan pikiran. Ketujuh, jauh dari stres dan penyakit. Ketika seseorang selalu memandang dirinya negatif, jiwa dan pikirannya tidak stabil sehingga berbagai penyakit mulai muncul begitupun sebaliknya<sup>23</sup>.

### 3) Husnudzon kepada sesama manusia

Pribadi yang terbiasa berpikir positif terhadap orang lain dan segala hal yang berada

---

<sup>23</sup> Sari, *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*. Hal 9-17

disekitarnya mampu menjaga hubungan baik dengan orang lain tanpa mengusik kepentingan orang lain. Selain itu seseorang yang berpikir positif terhadap orang lain memiliki jiwa toleransi yang tinggi, selalu menjaga hubungan dengan orang lain, dan mampu menjalin hubungan dengan baik dengan orang lain<sup>24</sup>.

Rusydi menyatakan bahwa berprasangka baik kepada sesama manusia sebagai dimensi husnudzan diindikasikan oleh ketiadaan perilaku memata-matai orang lain serta menggunjingkannya, ketiadaan kebencian kepada orang lain dan ketiadaan sikap hasad (iri) kepada orang lain<sup>25</sup>. Dimensi ini, secara nilai mengacu pada AlQur'an surah Al Hujurat, ayat 12.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ؕ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ؕ وَاتَّقُوا اللَّهَ ؕ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman! jauhilah banyak dari prasangka, sesungguhnya sebagian prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari kesalahan orang lain, dan janganlah ada diantara kamu yang menggunjing sebagian yang lain. Apakah ada diantara kamu

<sup>24</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*. Hal. 225

<sup>25</sup> Gusniarti, Wibisono, and Nurtjahjo, “Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal.” Hal. 58

yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? tentu kamu merasa jijik. Dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh Allah Maha Penerima Taubat, Maha Penyayang”<sup>26</sup>

### c. Strategi Terapi Husnudzon

#### 1) Strategi Modelling

Dalam surat Al-Ahzab ayat 21 Allah berfirman:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَآءَ إِخْرًا وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya : “Sungguh, telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari Kiamat dan yang banyak mengingat Allah”.<sup>27</sup>

Dalam tafsir Al-Misbah ayat ini menjelaskan tentang kewajiban atau anjuran untuk meneladani Rasulullah SAW. Dalam hal ini Allah telah mempersiapkan tokoh panutan untuk menjadi teladan bagi semua manusia. Menurut Pakar tafsir dan hukum al-Qurthubi keteladanan merupakan kewajiban dalam ajaran agama sedangkan dalam ajaran keduniaan merupakan anjuran<sup>28</sup>.

Dalam ilmu psikologi, modelling termasuk dalam teknik yang terdapat pada teori behavioristik. Panutan atau modelling adalah

---

<sup>26</sup> Al-Qur'an, Al-Hujurat: 12.

<sup>27</sup> Al-Qur'an, Al-Ahzab:21.

<sup>28</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* (Jakarta: Lentera Hati, 2007). Hal. 243

peristiwa mengamati orang lain yang dijadikannya sebagai model untuk penguat selanjutnya individu mencontoh tingkah laku dari model<sup>29</sup>. Seseorang akan belajar dari orang lain melalui sisi negative maupun positif yang dimiliki oleh objek model<sup>30</sup>.

Strategi modeling akan merubah cara pandang, keyakinan, dan nilai-nilai pada diri individu. Ketika kita masalah di bidang tertentu maka kita akan bersikap seperti modeling tersebut<sup>31</sup>.

## 2) Strategi orang lain

Strategi ini membuat individu melihat sesuatu dari cara pandang orang lain. hal tersebut membuat kita memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan baik dalam menyikapi masalah dan mengubahnya menjadi positif.<sup>32</sup> Peristiwa ini biasa dilakukan untuk memahami alasan dibalik perilaku yang orang lain lakukan kepadanya<sup>33</sup>.

Contohnya ketika anak suka merokok dan ayahnya selalu memarahinya karena belum cukup umur. Strategi membuat anak membuka pandangan jika menjadi ayah. Ketika ia menjadi ayah dan melihat anaknya merokok Apa yang akan dilakukan. Anak akan mengetahui mengapa

---

<sup>29</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2013). Hal. 175

<sup>30</sup> Hartono and Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana, 2014). Hal. 130

<sup>31</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*. Hal. 273

<sup>32</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, hal. 277

<sup>33</sup> Gantika Komalasari and Dkk, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011). Hal. 130

ayahnya melarang untuk merokok karena ia merasakan menjadi ayahnya saat menggunakan strategi ini.

3) Strategi mengubah konsentrasi

Seseorang yang ingin mengubah konsentrasi terhadap sesuatu maka ia harus menghadirkan sesuatu lainnya untuk mengganti konsentrasi awal. Begitu pula akal manusia yang tidak pernah menghapus pengalaman tetapi menggantinya dengan pengalaman lainnya. Strategi mengubah konsentrasi selalu kita gunakan tanpa sadar kita gunakan ketika menghadapi masalah. Sama halnya dengan kegiatan evaluasi diri dalam merubah pengalaman hidup, jika evaluasi berjalan negative maka individu akan bersikap negatif. Dan apabila evaluasi diri berjalan positif, maka hasilnya positif pula<sup>34</sup>.

4) Strategi Redefinisi

Kebutuhan diri juga dapat mengubah pola pikir Individu jika sudah tidak sesuai, seperti pada kalimat “kita bisa jika kita mau”. Kalimat ini menjadi semboyan bagi seseorang yang punya pola pikir positif. Pemahaman terkait pikiran akan membantu individu untuk menyadari bahwa setiap tanggapan dan penafsiran mereka dalam memahami peristiwa yang dihadapinya merupakan pembelajaran dari masa lampau. Dengan demikian, pola pikir tersebut dengan mudah diperbaiki maupun diubah<sup>35</sup>.

---

<sup>34</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*. Hal. 281

<sup>35</sup> Sudaryono, *Mindset Revolution To Becoming A Champion* (Jakarta: Lentera Ilmu Cendikia, 2015). Hal. 120

Redefinisi merupakan mengubah pola pikir individu yang menilai bahwa dirinya punya beberapa kelemahan dan kekurangan yang membuatnya lemah merubahnya jadi kekuatan yang membuatnya mencintai dirinya sendiri. Hal ini membuat kepercayaan diri dan penghargaan terhadap dirinya menjadi meningkat<sup>36</sup>.

## **2. Penerimaan Diri**

### **a. Pengertian Penerimaan Diri**

Penerimaan diri atau self-acceptance merupakan suatu keterampilan individu dalam melakukan penerimaan pada intensitas dirinya sendiri. Bentuk akhir analisa atau anggapan terhadap diri sendiri dapat menjadi patokan bagi individu tersebut untuk bisa memutuskan suatu perkara dalam rangka penerimaan terhadap intensitas dirinya sendiri. Sikap dari penerimaan diri bisa diidentifikasi secara realistis dan bisa juga diidentifikasi secara tidak realistis. Sikap penerimaan diri yang realistis dapat ditemui dengan melihat bentuk kelemahan - kelemahan maupun kelebihan - kelebihan dari diri secara rasional. Begitupun sebaliknya penerimaan diri yang tidak realistis ditemui melalui upaya dalam menilai secara hiperbolis terhadap dirinya sendiri, tidak menerima atas kelemahan diri sendiri, menyangkal atau menghindari pengalaman yang buruk dari dalam dirinya, contohnya pengalaman traumatis dimasa lampau<sup>37</sup>.

---

<sup>36</sup> Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*. Hal. 286

<sup>37</sup> Dariyo Agoes, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama* (Jakarta: PT Refika Aditama, 2007). Hal. 205

Pengertian lain dari penerimaan diri yang dikemukakan oleh Adelson adalah ketika individu sudah sukses dalam menerima semua kelebihan dan kelemahan mereka. Menerima dirinya artinya individu sudah memiliki karakter dan dasar diri yang menjadi pembentuk kerendahan hati dan integritasnya<sup>38</sup>. Individu yang memiliki penerimaan diri yang baik akan selalu percaya dengan dirinya dan selalu mengembangkan dirinya dengan menjalin koneksi dengan individu lainya dengan tanpa memikirkan kelemahan yang dimilikinya. Dengan penerimaan diri yang dimiliki juga individu mampu mengetahui kelebihannya dan akan mengembangkan kelebihan tersebut sehingga menjadi karakter diri.

Penerimaan diri yang diungkapkan Chaplin diartikan sebagai sikap baik yang tumbuh ketika individu merasa puas dengan diri sendiri, bangga akan kualitas dan bakat yang ada pada dirinya, juga pengetahuannya akan keterbatasan yang dia miliki. Penerimaan diri dapat diibaratkan sebagai peng-ada-an kemampuan diri pada psikologis individu yang menunjukkan kualitas diri. Dalam hal ini dapat diartikan jika tinjauan tersebut nantinya diarahkan keseluruhan kemampuan diri yang mengarah pada dukungan. Kesadaran diri pada seluruh kelebihan dan kekurangan yang dimiliki tentunya harus seimbang dan diupayakan untuk saling melengkapi satu sama lain, dan sehingga bisa mewujudkan kepribadian yang sehat<sup>39</sup>.

---

<sup>38</sup> Sugiarti, Handayani, and Trisakti, *Konsep Dan Penelitian Gender* (Malang: UMM Press, 2008). Hal 11

<sup>39</sup> Chaplin, J.P., *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005). Hal 250



Dari sejumlah pengertian ahli yang disebutkan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri atau self accetace adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menilai dirinya sendiri, memahami dirinya akan kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan menjadikannya sebagai kekuatan untuk bisa menerima dirinya dan semua yang terjadi di hidupnya.

## **b. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri**

Berikut beberapa faktor yang mempengaruhi individu dalam penerimaan dirinya adalah sebagai berikut:

### **1) Pemahaman Diri**

Adalah persepsi alami dari diri individu untuk dirinya sendiri, persepsi ini bukan dilihat secara realistik. Pemahaman diri bergantung pada pengetahuan dalam mengenali diri sendiri. Pemahaman dan penerimaan diri adalah dua aspek yang saling berdekatan. Individu yang memiliki pemahaman diri rendah maka penerimaan dirinya juga rendah, begitu juga sebaliknya jika pemahaman diri individu tinggi maka penerimaan diri individu juga dikatakan baik.

### **2) Harapan-harapan yang realistik**

Harapan yang realistik akan membuat perasaan lega dan puas pada individu dan itu bisa berlanjut pada penerimaan dirinya. Jika individu mematokan dirinya pada ambisi dan standar prestasi yang tidak realistis untuk dirinya, maka individu tersebut kurang dapat menerima dirinya.

3) Bebas dari hambatan lingkungan

Impian yang tidak tercapai seringkali disebabkan oleh salah satu faktor dukungan lingkungan yang tidak mendukung dan tidak dapat dikontrol oleh individu. Hambatan lingkungan bisa datang dari mana dan siapa saja, misalnya keluarga, sekolah, teman dan orang terdekat lainnya. Dengan dukungan positif penuh yang diberikan lingkungan terhadap individu akan memudahkannya terwujudnya penerimaan diri.

4) Sikap lingkungan seseorang

Sikap berkembang di lingkungan masyarakat juga turut andil dalam penerimaan diri. Apabila lingkungan memberikan perlakuan baik kepada individu maka individu pun turut senang dan menerima dirinya.

5) Tidak adanya tekanan berat

Tekanan emosi yang berat dan berkelanjutan di lingkungan kerja ataupun rumah akan mengganggu individu dan membuat tidak seimbang fisiknya dan psikologisnya. Jika secara fisik dapat mempengaruhi aktivitasnya dan secara psikis membuat individu malas, tidak bersemangat, juga kurang berinteraksi dengan orang lain. Dengan tanpa tekanan yang berat pada individu akan memungkinkan perasaan tenang walaupun dalam keadaan tegang. Kondisi seperti ini akan memberikan pengaruh bagi meningkatnya penerimaan diri

6) Frekuensi Keberhasilan

Setiap manusia pasti akan mengalami kegagalan dalam hidupnya, yang membedakan adalah frekuensi kegagalan dari satu individu dengan yang lainnya. Semakin banyak individu

- merasakan tercapainya keberhasilan akan membuat individu tersebut menerima dirinya dengan baik
- 7) Adanya identifikasi seseorang  
Pengenalan dengan orang-orang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik akan membuat berembangnya sikap positif pada diri individu juga mempunyai rolemodel yang baik bagaimana harus bersikap.
  - 8) Perspektif diri  
Perspektif diri terbentuk jika individu menilai dirinya sama dengan penilaian orang lain terhadapnya. Perspektif diri yang rendah menyebabkan perasaan tidak puas dan penolakan terhadap dirinya. Namun jika perspektif diri objektif dengan kenyataannya yang benar akan memudahkan individu dalam penerimaan diri.
  - 9) Latihan pada masa kecil  
Perlakuan individu ketika masa kecil juga mempengaruhi pola kepribadian dirinya dimasa kini. Latihan yang baik pada masa kecil akan memberikan pengaruh positif pada penerimaan diri, sebaliknya jika penerimaan diri buruk maka akan berpengaruh pada hal negative yaitu penolakan terhadap dirinya.
  - 10) Konsep diri yang stabil  
Konsep diri yang stabil akan memudahkan individu dalam upaya penerimaan dirinya. Jika konsep diri individu berubah-ubah maka dia akan kesulitan memahami dirinya dan

menerima segala situasi yang terjadi sehingga terjadi penolakan dalam dirinya<sup>40</sup>.

### c. Ciri-ciri Penerimaan Diri

Penerimaan diri terhadap dirinya tidak bisa disamakan pada setiap individu, karena setiap individu juga berbeda anara aspek kognitif, behavior dan lainnya. Johnson David mengemukakan ciri-ciri individu yang bisa menerima dirinya adalah sebagai berikut:

1. Mampu menerima dirinya dengan apa adanya.
2. Mampu memahami dirinya dapat ditandai dengan perasaan benar, konkret, dan bersih dalam menilai dirinya sendiri. Kemampuan individu dalam memahami diri bergantung pada kapasitas intelektualnya dan momen dalam menemukan jati dirinya. Individu bukan hanya mengenal siapa dirinya namun sekaligus menerima semua kenyataan yang ada pada dirinya. Pemahaman diri dan penerimaan diri terbilang sama dan berkaitan antar satu sama lain, ketika, individu makin memahami dan mengerti dirinya maka tentunya semakin besar juga penerimaan diri dalam individu. Apabila individu bisa menerima dirinya dengan apa adanya, tentunya individu itu dapat lebih menghargai apa yang ada pada dirinya sendiri, dan mengumumkan kepada orang lain jika mereka juga harus bisa menerima dan mengerti dirinya dengan apa adanya tanpa standart yang ditentukan orang lain. Individu juga bisa menerima keadaan orang lain tanpa harus

---

<sup>40</sup> Hurlock and B Elizabeth, *Psikologi Perkembangan Anak Jilid I* (Jakarta: Erlangga, 1993).

- menuntut mereka dan harus mencoba untuk menyamakan dengan standart yang dimilikinya. Menerima diri sendiri artinya merasa puas dengan apa dan siapa dirinya yang sebenarnya.
3. Mampu menerima dan tidak menolak dirinya sendiri, meskipun dirinya memiliki kelemahan dan kekurangan.
  4. Sikap yang dimiliki seseorang bisa dibentuk dari sikap atau respon lingkungan terhadap individu. Ketika individu sikap yang baik dan menyenangkan dari lingkungannya, maka ia cenderung akan menerima dirinya dengan baik juga. Tidak menolak dirinya merupakan salah satu sikap penerimaan kenyataan diri sendiri, tidak menyesali diri sendiri, membandingkan diri kita dulu dengan yang sekarang, tidak membenci diri sendiri, dan jujur pada diri sendiri. Dr Paul Gunadi mengemukakan jika Kelebihan ialah suatu potensi khusus atau ciri khas tentang diri individu yang dianggap lebih baik dari pada kebiasaan/kemampuan atau aspek-aspek lain dalam diri individu. Maka dari itu, salah satu hal yang menyebabkan mengapa individu sulit menerima kelebihan yang dimiliki, sering kali karena tentunya individu menginginkan lebih dari hal yang dimilikinya, dan keinginan untuk mendapatkan lebih dari hal lain. Sedangkan Kekurangan ialah suatu kemampuan yang diharapkan lebih baik lagi oleh individu namun ternyata kondisinya yang sesungguhnya tidak baik. Jadi yang individu anggap kurang, tentunya ialah hal yang diinginkan menjadi lebih baik. Adanya kekurangan ini bisa menimbulkan

perasaan malu ataupun minder pada diri individu<sup>41</sup>.

### 3. Menikah Lagi

#### a. Pengertian Menikah Lagi

*Remarriage* (pernikahan kembali / menikah lagi) merupakan proses yang dilalui oleh seseorang yang telah ditinggalkan oleh pasangannya. Menurut Visher & Visher laki-laki lebih cenderung untuk menikah lagi lebih cepat sesaat setelah kematian istri pertamanya untuk mempertahankan produktivitas keluarga dan menghasilkan anak untuk mengganti istri yang telah meninggal. Dari pernikahan kembali ini, banyak anak yang memiliki orang tua tiri, setelah salah satu dari kedua orang tua biologisnya meninggal.

Banyak pasangan yang menikah kembali yang akhirnya membentuk *blended family*, yaitu dimana tiap pasangan membawa satu atau lebih anak dari pernikahan sebelumnya ke dalam pernikahan keduanya. Kata “*step*” (tiri) berasal dari Bahasa Inggris “*steop*”, yang berarti “sedih karena kehilangan” atau “menjadi yatim/piatu”. Tingkat pernikahan kembali terbilang cukup tinggi, yaitu berkisar 65-75%.

Tingginya angka pernikahan kembali ini disebabkan karena ketika manusia terlibat dalam hubungan monogami, manusia akan cenderung melepaskan hormon dopamin (hormon kesenangan/kebahagiaan) dan hormon oksitosin, sehingga manusia akan cenderung mencari

---

<sup>41</sup> Alin Riwayati, “Hubungan Kebermakmuran Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memasuki Lansia” (Universitas Islam Negeri Malang, 2010).

hubungan jangka panjang dengan satu orang. Sehingga orang yang telah kehilangan pasangannya, secara alamiah dan karena dorongan untuk melanjutkan hidup akan cenderung untuk menikah kembali dalam jangka waktu 4 (empat) hingga 6 (enam) tahun.

Berdasarkan pengertian diatas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa remarriage atau menikah lagi adalah suatu tahap yang tidak semua dilakukan oleh pasangan yang bpisah, dilakukan dengan orang baru ataupun sama dan merupakan hak individu yang didasari oleh beberapa kebutuhan untuk melanjutkan hidup mereka.

#### **b. Variabel Yang Memengaruhi Tingkat Menikah Lagi**

Tingkat pernikahan kembali sangat bervariasi berdasarkan :

##### 1) Status resmi perceraian

Seseorang yang telah resmi bercerai akan cenderung untuk menikah kembali daripada orang yang secara sengaja meninggalkan pasangannya.

##### 2) Etnisitas

Etnis African-American dan Hispanic akan cenderung lebih sedikit untuk melakukan pernikahan kembali daripada etnis Eropa-Amerika.

##### 3) Umur

Wanita yang lebih tua atau lebih muda cenderung untuk menunggu lebih lama untuk menceraikan suami pertamanya dan benar-benar menyiapkan kondisi emosionalnya untuk memulai dan memasuki pernikahan berikutnya

##### 4) Pendidikan

Wanita dengan level pendidikan yang lebih tinggi memiliki kecenderungan yang lebih rendah untuk menikah dan menikah kembali. Tetapi hal tersebut telah berubah. Tingkat pernikahan dan pernikahan kembali pada wanita dengan pendidikan yang tinggi selama 10 tahun ini telah meningkat. Mereka melihat bahwa pernikahan adalah hubungan emosional dan tidak mengkhawatirkan tentang mendapatkan keamanan finansial.

Selain itu, wanita dengan pendidikan lebih tinggi memiliki tingkat kebahagiaan pernikahan kembali yang lebih tinggi dan cenderung tidak menceraikan suami keduanya.

5) Konteks lingkup budaya

Jika budaya menekankan kebutuhan untuk tetap menjaga pernikahan pertama bersama-sama dan menghindari perceraian, orang akan cenderung untuk menghindari perceraian dan pernikahan kembali.

**c. Tantangan Dalam Keluarga Tiri**

Walaupun pernikahan kedua lebih baik daripada pernikahan pertama dan anak tiri dapat menyayangi orangtua barunya, hal tersebut dapat terjadi seiring dengan berjalannya waktu. Umumnya, butuh waktu antara dua atau tiga tahun untuk pulih dari perceraian, dan lima hingga tujuh tahun untuk sebuah keluarga tiri merasa menjadi sebuah keluarga yang sebenarnya.

Selain itu, tantangan-tantangan yang dialami oleh keluarga yang menikah kembali, yaitu :

- 1) Memiliki beberapa interaksi positif dan beberapa interaksi negatif, yang mengindikasikan pola



- komunikasi yang masih malu-malu dan cenderung pendiam
- 2) Pernikahan kembali tidak memiliki keuntungan yang sama terhadap kesehatan mental dan fisik dibandingkan dengan pernikahan pertama.
  - 3) Cenderung memiliki level otonomi yang besar pada tiap individu pasangan, dari akun bank, hingga seperangkat peraturan yang berbeda dari tiap anak biologis.
  - 4) Anak tiri memiliki masalah perilaku dan masalah penyesuaian psikologis daripada anak biologis.
  - 5) Anak laki-laki dalam keluarga tiri cenderung keluar atau dikeluarkan dari sekolah dibandingkan dengan anak laki-laki lain di sekolahnya
  - 6) Jika pernikahan kedua tidak melibatkan anak, maka penyesuaian akan sama dengan ketika pernikahan pertama. Kehadiran anak dapat menambah stress dan tekanan yang dialami oleh keluarga yang baru saja terbentuk.
  - 7) Orangtua tiri akan berjuang dengan bagaimana dapat mendisiplinkan anak yang memiliki sejarah kehidupan yang berbeda dengan anak biologisnya sendiri.

Keluarga tiri akan lebih memiliki banyak konflik dan memiliki kecenderungan untuk bercerai daripada keluarga dari pernikahan pertama karena keluarga tiri menghadapi tantangan-tantangan yang tidak dihadapi oleh keluarga pertama.

Ketika pasangan pertama meninggal, pernikahan kedua harus menghadapi peninggalan/warisan dari orang yang meninggal, termasuk perasaan rindu, berduka, cinta yang menetap terhadap orang yang meninggal. Pasangan yang masih hidup akan merasa bersalah karena telah

menikah kembali dengan orang baru dan memberikan anaknya orangtua “pengganti”.

Dan apabila dengan keluarga yang bercerai kemudian menikah lagi, pasangan akan berjuang dengan perasaan kegagalan, kepercayaan diri yang rendah, dan kemarahan yang mendalam, ketakutan akan pengkhianatan, dan kurangnya rasa percaya.

Selain itu, keluarga tiri juga harus menghadapi adanya keluarga tiri yang lebih besar lagi, seperti sepupu tiri, saudara tiri, paman dan bibi tiri, bahkan kakek dan nenek tiri. Kemudian kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi yaitu :

- 1) Orangtua tiri memiliki ekspektasi yang tidak realistis bahwa anak tirinya akan dapat menerimanya dengan mudah, sehingga orangtua tiri akan cenderung memaksakan dan menuntut cinta dan kehangatan kepada anggota keluarga.
- 2) Anak akan memperebutkan perhatian dari kedua orangtuanya sehingga menimbulkan konflik, rasa ketidaknyamanan, dan kecemburuan diantara saudara tiri.
- 3) Saudara tiri yang sudah remaja akan memungkinkan untuk tertarik secara seksual kepada saudara tiri lainnya, mengingat bahwa anak-anak dari keluarga dari keluarga baru ini akan lebih sering menghabiskan waktu bersama lebih banyak dibandingkan dengan kedua orangtuanya karena orangtuanya masih menikmati masa-masa awal pernikahan.
- 4) Tantangan lain adalah ketika keluarga baru tersebut pindah ke tempat baru dengan lingkungan sosial yang baru, yang menyebabkan

perasaan negatif atau interaksi yang melibatkan mantan pasangan<sup>42</sup>.

#### **4. Kewajiban Anak terhadap Orang Tua**

Kewajiban ialah sesuatu yang dianggap sebagai keharusan yang bersifat mengikat dan harus dilaksanakan oleh individu untuk mendapatkan wewenang yang layak untuk diperoleh. Kewajiban umumnya berpatok pada hal yang menjadi keharusan bagi individu dalam menjalankan peran sebagai warga negara untuk mendapat akreditasi yang sesuai dengan kewajiban yang telah dilaksanakan tersebut. Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial dan individual tidak bisa lepas dari kewajiban yang dimilikinya. Setiap perbuatan yang dilakukan manusia pasti akan menyebabkan pengaruh pada pola hubungan sosialnya. Hubungan yang baik juga pasti memiliki beberapa keajiban yang perlu ditaati oleh setiap individu<sup>43</sup>.

Menurut kajian hukum islam, dalam pembinaan keluarga terdapat pertalian yang sangat erat antara orang tua dengan anak, sehingga seluruh anggota keluarga merupakan suatu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan antara satu dengan lainnya karena adanya hubungan yang saling membutuhkan satu sama lain, senasib sepenanggungan, saling melengkapi kebutuhan, dan juga merasakan suka duka secara bersama-sama. Setiap anggota mempunyai tugas dan haknya masing-masing. Tugas satu sisi merupakan hak dari sisi yang lain, begitu juga sebaliknya hak yang diterima satu sisi merupakan hasil dari tanggung jawab sisi anggota keluarga yang lain. Hal tersebut sepadan dengan hak orang tua adalah

---

<sup>42</sup> Tasha R. Howe, *Tasha R. Howe, Marriages & Family: In The 21st Century* (UK: Wiley Blackwell, 2012).Hal. 409

<sup>43</sup> A Mustofa, *Akhlaq Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 1997). Hal. 136

kewajiban seorang anak sedangkan hak anak merupakan sebuah kewajiban bagi orang tua.

Islam menjelaskan definisi hak-hak orang tua yang merupakan kewajiban seorang anak dan juga kewajiban orang tua yakni hak seorang anak. Orang tua merupakan manusia yang paling berjasa dan utama bagi individu. Oleh karena itu sebagai seorang anak diperintahkan untuk berbakti kepada kedua orang tua, haal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah An-Nisa' 36 yang berbunyi:

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ  
إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ  
ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ  
وَأَبْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ  
مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا

Artinya: “Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapa, karibkerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh dan teman sejawat, Ibnu sabil dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri.

Dari penafsiran Muhammad Hasbi Ash-Shidiqy dalam tafsir An-Nur, beliau mengungkapkan surah An-Nisa' ayat 36 adalah: „Berlakulah ihsan (baik) kepada kedua orang tuamu. Penuhi segala hak-haknya, berbaktilah kepada mereka sebagaimana mestinya, merekalah yang menyebabkan kamu hadir di dunia, dan

merekalah yang mendidik dan membesarkan kamu dengan segala kesungguhan dan keikhlasannya, meskipun tidak jarang harus menghadapi halangan dan beban berat<sup>44</sup>

Secara garis besar Nasikh Ulwan menyatakan bahwa hak yang harus didapat oleh orang tua dari anaknya antara lain<sup>45</sup>:

**a. Hak untuk mendapat cinta dan kasih sayang**

Pada hakekatnya manusia mempunyai naluri atau fitrah untuk berbakti dan selalu sayang kepada orang tua, sehingga dalam hati anak tertanam rasa cinta terhadap orang tua. Cinta anak kepada orang tua merupakan ikatan emosional, kepuasan terhadap pemeliharaan dan pembelaan terhadap mereka<sup>46</sup>.

**b. Hak untuk mendapat penghormatan dan pemeliharaan**

Sikap hormat terhadap orang tua dapat diwujudkan melalui perbuatan dan ucapan. Berbuat baik terhadap orang tua merupakan suatu hal yang mendasar harus dilakukan anak terhadap mereka, terlebih-lebih pada saat orang tua lanjut usia. Pemeliharaan anak pada orang tua pada masa ini sangat dianjurkan. Oleh karena itu, Allah memerintahkan kepada anak untuk bertindak baik,

---

<sup>44</sup> Muhammad Hasbi Ash-Shiddiqy, *Tafsir Al Qur'anul Majid An-Nur* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 1995). Hal. 849

<sup>45</sup> Nasikh Ulwan, *Pendidikan Anak Menurut Islam Pemeliharaan Kesehatan Jiwa Anak* (Bandung: Rosda Karya, 1990). Hal. 33

<sup>46</sup> Syeikh Khalid bin Abdurrahman Al-Akk, *Tarbiyah Al Abna Wa Al Banat Fi Dau'alQur'an Wa Al-Sunnah*, ed. M. Halabi Hamdi (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2006). Hal. 123

berperilaku hormat, dan bersikap penuh penghargaan kepada orang tua<sup>47</sup>.

**c. Hak dalam ketaatan terhadap perintah**

Setiap anak berkewajiban untuk taat atas perintah orang tua dalam urusan duniawi dan hal-hal yang tidak mengandung unsur maksiat kepada Allah. Anak berkewajiban untuk mematuhi perintah orang tua, akan tetapi jika orang tua menyuruh kepada hal yang mengandung unsur maksiat maka seorang anak tidak wajib untuk melaksanakan perintah orang tua. Apabila Allah memerintahkan berbuat baik terhadap orang tua, maka hal itu adalah karena sebab-sebab sebagai berikut<sup>48</sup>:

- 1) Karena kedua orang tua itulah yang beas kasih kepada anaknya, dan telah bersusah payah dalam memberikan kebaikan kepadanya, dan menghindarkan dari bahaya. Oleh karena itu, wajiblah hal itu diberi imbalan dengan berbuat baik dan bersyukur kepadanya.
- 2) Bahwa anak adalah tinggalan dari orang tua, sebagaimana diberitakan dala sebuah kabar bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda: Fatimah adalah belahan jiwaku.
- 3) Bahwa kedua orang tua telah memberikan kenikmatan kepada anak itu dalam keadaan lemah dan tidak berdaya sedikit pun. Oleh

---

<sup>47</sup> Rahmadani Putri, “KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA UZUR MENURUT KOMPILASI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974”, *Skripsi*, (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA, 2018). Hal. 47

<sup>48</sup> Rahmadani Putri, “KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA UZUR MENURUT KOMPILASI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974. Hal. 49

karena itu, wajib hal itu dibalas dengan rasa syukur, ketika orang tua telah tua, wajiblah diperlakukan dengan baik.

**d. Hak untuk mendapat perlakuan baik**

Dalam konteks berbakti kepada orang tua, seorang anak harus memberi sesuatu yang lebih baik dan lebih banyak dari pada yang telah diberikan orang tua. Kriteria baik disini tentu meliputi aspek material maupun mental.

Cara berbakti kepada orang tua bukan hanya mengayomi segala yang diinginkan oleh orang tua saja melainkan menyambung tali silaturahmi dengan teman dekat mereka pun sangat dianjurkan. Ikatan silaturahmi yang dilestarikan oleh anak tidak hanya memperkuat hubungan yang telah mereka jalin, melainkan dapat saling memberikan perlindungan, pemeliharaan dan bantuan yang lebih mendalam, terutama bila orang tua telah meninggal. Mereka merasakan bahwa setelah kepergian almarhum, kini persahabatan dapat digantikan anak-anaknya. Dengan melaksanakan tanggung jawab ini akan mewujudkan ikatan pergulan yang harmonis di tengah masyarakat dan menghilangkan sikap tak acuh yang membawa kerugian besar di tengah masyarakat. Dengan kuatnya ikatan silaturahmi yang berkelanjutan akan tercapailah masyarakat yang sejahtera dan bahagia.<sup>49</sup>

**e. Hak untuk mendapat mendapat nafkah**

Dalam hal nafkah orang tua mempunyai hak yang lebih banyak untuk menerima penghasilan

---

<sup>49</sup> Rahmadani Putri, “KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA UZUR MENURUT KOMPILASI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974. Hal. 50

anak, walaupun mereka tidak membutuhkan bantuan tersebut.

Perintah Allah untuk mengeluarkan harta kepada orang tua bukan semata-mata untuk menyenangkan hati orang tua, melainkan sebagai alat untuk manusia selalu mendapatkan berkah, pemeliharaan, dan umur yang panjang dalam hidup ini. Bahkan anak yang miskin pun harus memelihara orang tua sesuai dengan kemampuan, dengan harapan bahwa mereka akan mendapatkan rezeki dan keberhasilan<sup>50</sup>.

**f. Hak untuk mendapat doa**

Hubungan antara keluarga, khususnya orang tua dan anak adalah hubungan yang sangat erat, peka dan mulia, terutama pada waktu orang tua sudah meninggal dunia. Anak harus menyadari bahwa karena asuhan tualah, kemudian tumbuh dewasa dan memperoleh pendidikan yang cukup sebagai modal mengarungi kehidupan ini. Sebagai balas budi anak kepada orang tuanya, maka Allah menyuruh anak untuk merendahkan diri, memohon kasih sayang dan ampunan kepada-Nya. Memohon kasih sayang Allah SWT atas orang tua merupakan permohonan anak supaya orang tua selalu diberi kebahagiaan dan keselamatan baik di dunia dan akhirat<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Said Athar Radhawi, *Mengarungi Samudera KebahagiaanTata Cara Berkeluarga Menurut Islam* (Bandung: Al-Bayan, 1998). Hal. 65

<sup>51</sup> Putri, “KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA UZUR MENURUT KOMPILASI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974.” Hal. 65



## **5. Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Remaja dengan Orang Tua Menikah Lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman**

Individu seringkali memikirkan suatu hal buruk dan tak baik untuk dirinya, berpikir pesimis dengan masa depannya, tidak mau menghargai dan bersikap buruk terhadap pendapat yang tidak sesuai dengan dirinya, dan kurang menerima kritikan orang lain. sikap-sikap tersebut merupakan gambaran bahwa individu mengalami gangguan psikisnya dan diakibatkan karena perubahan emosi dan kognitif dari individu yang tidak mampu menerima kekurangan yang dimiliki dan tidak menerima kenyataan hidupnya.

Penerimaan diri atau self accetace adalah kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menilai dirinya sendiri, memahami dirinya akan kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan menjadikannya sebagai kekuatan untuk bisa menerima dirinya dan semua yang terjadi di hidupnya.

Tidak menerima kenyataan dirinya selalu datang pada seseorang yang merasakan kecemasan akan kelangsungan hidupnya yang tidak sesuai dengan ekspektasinya. Salah satunya kepergian seseorang yang mereka cintai, ketika satu orangtuanya meninggal dunia ataupun bercerai mereka akan merasa begitu kehilangan orang yang dianggap panutannya, dan merasa jika keluarganya sudah tidak sempurna lagi. Setelah ditinggal pergi ibunya dan ayahnya memutuskan untuk menikah lagi maka perasangka buruklah yang hadir dalam pikirannya. Anak takut jika salah satu orang tuanya menikah lagi dengan orang yang berbeda maka ia akan ditelantarkan dan diacuhkan.

Pemberian bantuan intervensi menggunakan terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi diberikan kepada individu tersebut agar dapat mengembangkan pikirannya menjadi lebih terbuka dengan menggunakan nilai-nilai islami. Sebagai umat muslim sudah seharusnya untuk menerapkan sikap tawakkal ketika mendapatkan musibah. Penerimaan diri dengan kenyataan hidup merupakan bentuk tawakkal dalam islam. Individu yang memiliki penerimaan diri akan selalu berusaha dalam menghadapi masalah dan bertawakkal. Seperti pada Firman Allah Swt pada Surah Al Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا  
 مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ  
 رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِيْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ ۗ عَلَى الَّذِينَ مِنْ  
 قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا  
 وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ  
 الْكَافِرِينَ

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan

kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”<sup>52</sup>

Setiap orang yang beriman tidak pernah berburuk sangka, mereka lebih mendahulukan berasangka baik (husnudzon) kepada siapapun termasuk kepada Allah SWT. Imam Syafi’I juga pernah berwasiat kepada umat islam, barangsiapa yang ingin meninggal dalam keadaan khusnul khutimah maka hendaknya ia harus selalu berbaik sangka (husnudzon) kepada sesama manusia.

Manusia harus selalu berperasangka baik (husnudzon) jika Allah memberikan kita kebaikan, kebahagiaan, dan memberikan kasih sayangnya untuk hamba-hambnya serta senantiasa menuntun kita kepada jalan kebaikan dan menjauhkan kita ke jalan yang buruk. Dan apabila kita berprasangka baik kepada Allah maka Allah juga akan memperlakukan kita seperti prasangka baik kita kepada-Nya. Sebuah hadis qudsi Allah ta’ala berfirman:

إِنَّا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي فَلْيُظَنِّ بِي مَا شَاءَ

Artinya: “Aku ‘mengikuti’ prasangka hamba-Ku kepada-Ku, maka silakan berprasangka apa saja terhadap-Ku.” (HR. Ahmad)

Kalau Allah memperlakukan manusia sesuai dengan prasangka manusia itu sendiri terhadap Allah akan lebih bagus jika manusia berprasangka yang

---

<sup>52</sup> Al-Qur’an, Al-Baqarah: 286.

baik-baik saja. Akal yang sehat dan jiwa yang lurus tentu akan memilih untuk berprasangka baik kepada Allah.

Pemberian terapi kepada konseli berupa husnudzon sebagai pengembangan diri individu menjadi lebih baik, pengontrolan emosi dan perilaku maladaptive, serta penyerahan diri konseli pada Allah sebagai makhluknya. Pemberian tugas juga dilakukan sebagai monitoring terapi husnudzon dilakukan selama satu minggu sekali.

## **B. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

1. Siti Ainur Rochmah. 2019. Skripsi. “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo”.
  - a. Persamaan  
Kedua penelitian sama-sama menggunakan variabel terikat yakni terapi husnudzon sebagai teknik intervensi yang diberikan kepada konseli.
  - b. Perbedaan  
Variabel bebas pada penelitian terdahulu yakni meningkatkan self esteem pada siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian sekarang yakni meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi menggunakan metode penelitian kualitatif.
  - c. Hasil Penelitian Terdahulu  
Terdapat pengaruh bimbingan konseling Islam dengan terapi husnudzon terhadap peningkatan self esteem pada siswa SMP Al Manshur Candi Sidoarjo, diketahui pada hasil sebelum dan sesudah

diberikannya intervensi dilihat pada nilai post test yang lebih rendah dibandingkan nilai pre test<sup>53</sup>.

2. Yosi Angriani. 2019. Skripsi. “Hubungan Husnudzon dengan Penyelesaian Masalah Dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau”
  - a. Persamaan  
Kedua penelitian sama-sama menggunakan variabel terikat yakni husnudzon sebagai teknik intervensi yang diberikan kepada konseli.
  - b. Perbedaan  
Variabel bebas pada penelitian terdahulu yakni penyelesaian masalah dalam mengerjakan skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dan menggunakan metode penelitian kuantitatif, sedangkan penelitian sekarang yakni untuk meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi dengan menggunakan metode penelitian kualitatif.
  - c. Hasil Penelitian Terdahulu  
Dari hasil analisa terkait dengan proses dan temuan selama penelitian ditemukan hubungan positif yang signifikan antara husnudzon dengan penyelesaian masalah. Semakin tinggi husnudzon maka semakin tinggi tingkat penyelesaian masalah, begitupula sebaliknya<sup>54</sup>.
3. Iffa Rahmatul Husnia. 2018. Skripsi. “Dzikir Hasbunallah untuk Menumbuhkan *Self Acceptance*

---

<sup>53</sup> Rochmah, “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo.” Hal. 92

<sup>54</sup> Yosi Angriani, “Hubungan Husnudzon Dengan Penyelesaian Masalah Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau” (Universitas Islam Riau, 2019). Hal. 39

pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya”

a. Persamaan

Kedua penelitian sama-sama menggunakan variabel bebas yakni meningkatkan atau menumbuhkan Penerimaan diri (*Self Acceptance*).

b. Perbedaan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sedangkan penelitian terdahulu menggunakan metode Penelitian Kuantitatif. Kemudian variabel terikat pada penelitian terdahulu yakni menggunakan Dzikir Hasbunallah untuk menumbuhkan *Self Acceptance* pada lansia sedangkan penelitian saat ini menggunakan terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi.

c. Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan ditunjukkan dari hasil PreTest dan PostTest di hasilkan bahwa Dzikir Hasbunallah tidak berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan *Self Acceptance* Lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya, ditemukan beberapa indikator yang menyebabkan tidak berpengaruhnya pemberian treatment karena subyek yang kurang jelas pengelihatannya, pendengarannya, dan ingatannya<sup>55</sup>.

---

<sup>55</sup> Iffa Rahmatullah Husnia, “Dzikir Hasbunallah Untuk Menumbuhkan *Self Acceptance* Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya” (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018). Hal. 98



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Pendekatan dan jenis Penelitian**

Metode Penelitian berasal dari dua istilah yakni metode dan penelitian. Metode dari berasal bahasa Yunani “Methodos” yg berarti cara atau jalan.<sup>56</sup> Sedangkan makna asal Penelitian artinya sarana buat pengembangan suatu ilmu melalui cara ilmiah yang berguna untuk menerima data-data tertentu.<sup>57</sup> Penelitian ini memakai pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yg menghasilkan data deskriptif istilah-istilah tertulis atau lisan berasal orang-orang serta pelaku yg dapat diamati.<sup>58</sup>

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analisis. Metode deskriptif analisis dipergunakan mengkaji keadaan atau kondisi dan hal-hal lain yg berkaitan dengan penelitian. Selanjutnya data yang terkumpul dikelompokkan menurut jenis sifat dan kondisinya.<sup>59</sup> Metode deskriptif analisis merupakan metode penelitian yg menceritakan keadaan yang terjadi atau kabar di ketika penelitian berlangsung.

### **B. Objek Penelitian**

Subjek, objek dan tempat penelitian disusun seperti berikut:

Nama : YAM

---

<sup>56</sup> Cholid Narbuko dan Ahmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1997), hal. 7

<sup>57</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal.2

<sup>58</sup> Lexy J, Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2017), hal.5

<sup>59</sup> Suharsimi Arikunto, “Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik”, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal. 3.



Umur : 18 tahun  
Jenis Kelamin : Laki-Laki  
Alamat : Desa Sadang RT 04 RW 02 Taman  
Sidoarjo.

Konseli diberikan bantuan untuk bisa melakukan perubahan supaya konseli dapat meningkatkan penerimaan dirinya terhadap ayahnya yang akan menikah lagi dan menerima orang lain sebagai anggota keluarga baru dengan terapi husnudzon.

### **C. Jenis dan Sumber Data**

#### **1. Jenis Data**

Penelitian ini menggunakan data yang bersifat non statistic yang mana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk kata verbal atau deskriptif. Penelitian ini memiliki jenis data sebagai berikut:

- a. Data Primer adalah data yang diperoleh selama proses di lapangan yaitu Desa Sadang 4/2, Kecamatan Taman, Sidoarjo berupa verbal, nonverbal dan perubahan perilaku konseli ketika sebelum dan sesudah diberi intervensi. Selain dari konseli data lainnya di peroleh dari ayah dan nenek konseli.
- b. Data Sekunder yaitu data yang berguna untuk melengkapi data primer, yang diambil dari sumber kedua atau berbagai sumber<sup>60</sup>. Data sekunder juga dapat diartikan dengan data yang diambil dari sumber kedua atau secara tidak langsung melalui data–data yang sudah tersedia dan mudah diperoleh melalui membaca,

---

<sup>60</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif Dan Kualitatif* (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001). Hal. 128

mendengar dan mengamati<sup>61</sup>. Sumber data sekunder penelitian ini antara lain merupakan data dari kelurahan setempat, data observasi konseli selama home visit dan data dokumentasi selama home visit.

## 2. Sumber Data

Penulis mendapatkan informasi dari sumber data untuk mendapat informasi dan keterangan, yang dinamakan sumber data ialah subyek dari mana data diperoleh<sup>62</sup>. Adapun jenis sumber datanya:

- a. Sumber data primer yakni sumber data yang didapat langsung oleh peneliti di lapangan berasal dari konseli yakni seorang remaja yang tidak ingin ayahnya menikah lagi karena takut tidak disayang lagi.
- b. Sumber data sekunder yaitu sumber data yang diperoleh dari orang lain guna melengkapi data yang peneliti peroleh dari sumber data primer. Sumber ini peneliti peroleh dari informan seperti: nenek dan ayah kandung konseli.

## D. Tahap-Tahap Penelitian

Terdapat 3 tahapan dalam penelitian kualitatif meliputi:

### 1. Tahap pra lapangan

Tahap pra lapangan adalah ketika peneliti melakukan oservasi terlebih dahulu di lapangan. Dalam tahap ini seorang peneliti melakukan:

- a. Menyusun rencana penelitian seperti membuat draf atau susunan rencana.

---

<sup>61</sup> Sarwono. Jonathan, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006). Hal. 209

<sup>62</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Peneltian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010). Hal. 129

- b. Observasi dan menilai keadaan lapangan untuk memanfaatkan informasi yang berkaitan dengan konseli melalui wawancara kepada nenek dan tante konseli.
  - c. Memilah informasi dengan benar-benar memanfaatkan informan yang berkaitan dengan konseli. Dengan begitu informan benar-benar mengetahui apapun tentang konseli seperti ayah dan nenek konseli.
2. Tahap persiapan lapangan

Tahap ini peneliti mempersiapkan diri untuk memasuki lokasi dan menyusun jadwal penelitian meliputi waktu dan tempat penelitian. Tahap ini peneliti memulai memasuki lapangan dengan melakukan kunjungan rumah dan wawancara serta memanfaatkan informan yang ada yang sebelumnya sudah melakukan pendekatan personal<sup>63</sup>.
  3. Tahap analisis data

Analisis data dilakukan peneliti ketika sudah mendapatkan data yang sudah dibutuhkan melalui pengamatan terhadap konseli berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni analisis deskriptif yang mana penulisan data ditulis sesuai dengan apa yang terjadi ketika di lapangan. Analisa yang dilakukan menjelaskan masalah yang ada sesuai dengan data dan pengamatan yang dilakukan. Setelah semua data di analisis secara teratur dilanjutkan dengan penarikan kesimpulan oleh peneliti untuk menjawab rumusan masalah dan tujuan penelitian.

---

<sup>63</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001). Hal. 85

## E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dari penelitian ini teknik observasi, dokumentasi dan wawancara<sup>64</sup>. Teknik pengumpulan data yang digunakan sebagai berikut:

### 1. Observasi

Observasi merupakan proses pengamatan peneliti menggunakan pancaindra dengan seksama. Selanjutnya dari hasil pengamatan peneliti menganalisis menggunakan ilmu yang berkaitan dengan hasil pengamatan tersebut. Observasi dilakukan peneliti dengan terjun langsung ke lokasi penelitian yaitu datang ke rumah konseli.

Dalam observasi peneliti ingin mengetahui aktifitas konseli mulai aktifitas verbal maupun nonverbal, sikap dan perilaku yang dimunculkan. Observasi juga dilakukan ketika sebelum dan sesudah diberi treatment dengan tujuan agar dapat membedakan peningkatan penerimaan diri yang dimiliki konseli dengan ayahnya yang akan menikah lagi, dan kepada anggota keluarga barunya.

### 2. Wawancara

Wawancara merupakan proses tanya jawab yang dilakukan oleh peneliti kepada pihak yang diwawancarai yang hasilnya berbentuk tanggapan, pendapat, keyakinan, perasaan, hasil pemikiran, dan pengetahuan seseorang tentang segala sesuatu yang dipertanyakan sehubungan dengan masalah penelitian.<sup>65</sup>

Wawancara perlu dilakukan sebelum dan sesudah pemberian treatment. Wawancara yang

---

<sup>64</sup> Sanapiah Faisal, *Format-Format Penelitian Sosial* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003). Hal. 133

<sup>65</sup> Hadari Nawawi and Martini Hadari, *Instrumen Penelitian Bidang Sosial* (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1995). Hal. 98

dilakukan sebelum pemberian treatment berfungsi memperoleh informasi tentang sifat, sikap, perilaku, maupun kebiasaan sehari-hari konseli. Sedangkan wawancara yang dilakukan setelah pemberian treatment bertujuan untuk menggali informasi tentang dampak dari pemberian treatment.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode pengumpulan data kualitatif dengan melihat atau menilai dokumen – dokumen yang dibuat oleh subjek sendiri maupun orang lain terkait subjek penelitian. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya – karya monumental dari seseorang. Peneliti perlu memotret tentang keadaan lingkungan klien Untuk mendapatkan gambar berupa data yang berupa gambar.

## **F. Teknik Validitas Data**

Data Teknik Validitas atau keabsahan data adalah objektifitas dari hasil penelitian. Beberapa langkah yang harus dilakukan adalah:

### 1. Perpanjangan keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti memerlukan waktu yang panjang bukan hanya dilakukan dalam waktu singkat. Hal ini berguna untuk mendapat data yang valid.

### 2. Ketekunan pengamatan

Dalam pengamatan diperlukan kemampuan semua pancaindra tetapi ada juga yang tidak kalah penting yaitu perasaan, dan insting peneliti. Dengan meningkatkan ketekunan pengamatan di lapangan maka tingkat keabsahan data akan tinggi.

### 3. Triangulasi

Triangulasi ialah pengujian data dengan membandingkan antara data penelitian yang dilakukan dengan beberapa penelitian yang metode berbeda tetapi data yang semacam.<sup>66</sup> Dalam triangulasi data atau sumber, peneliti menggunakan beberapa sumber untuk mengumpulkan data dengan permasalahan yang sama. Beberapa hal yang dibandingkan diantaranya:<sup>67</sup>

- a. Membandingkan data pengamatan dengan data wawancara.
- b. Membandingkan sumber data primer dengan sumber data sekunder.
- c. Membandingkan hasil wawancara dan observasi dengan dokumen yang diperoleh.

## **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data ialah proses mencari dan menyusun dengan sistematis data yang diperoleh dari berbagai sumber data dengan cara mengelompokkan data ke dalam kategori, memasukan ke unit-unit, melakukan ke situs, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami<sup>68</sup>.

Dalam proses menganalisa data ini, peneliti akan menganalisis data dengan cara analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan data teori dengan data yang ada dilapangan serta membandingkan hasil sebelum dan sesudah proses konseling yang dilakukan.

---

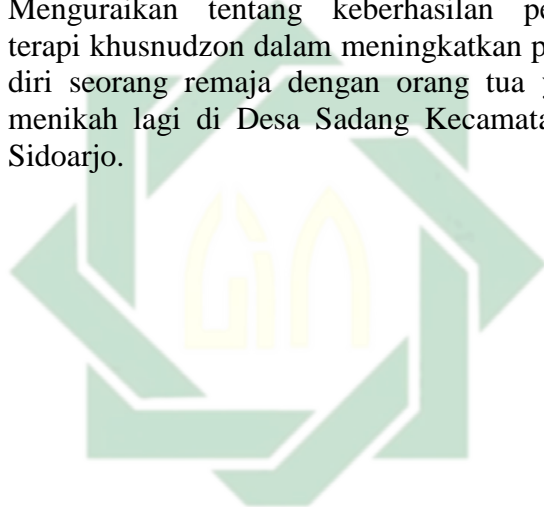
<sup>66</sup> Kasiram, *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif* (Malang: UIN Maliki Press, 2008). hal. 294-295

<sup>67</sup> Michael Quinn Patton, *Metode Evaluasi Kualitatif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006).hal. 279

<sup>68</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2010). Hal. 244

Selanjutnya peneliti menganalisa proses serta hasil pelaksanaan terapi husnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi diuraikan sebagai berikut:

1. Menguraikan tentang proses terapi khusnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman, Sidoarjo.
2. Menguraikan tentang keberhasilan pelaksanaan terapi khusnudzon dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman, Sidoarjo.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Subyek Penelitian**

##### **1. Deskripsi Lokasi Penelitian**

Profil Wilayah Desa lokasi penelitian meliputi Luas, batas dan keadaan geologis :

- a. Alamat : Ds. Sadang Timur, RT/RW 04/02, Sadang, Kecamatan Taman, Sidoarjo
- b. Luas Wilayah : 5000± Ha
- c. Batas Wilayah :  
Batas wilayah sebelah utara : Desa Jemundo  
Batas wilayah sebelah timur : Perum Griya Bhayangkara, Masangan Kulon  
Batas wilayah sebelah barat : Desa Sambi Bulu  
Batas wilayah sebelah selatan : Desa Panjunan

Desa Sadang merupakan salah satu Desa di Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo Provinsi Jawa Timur di Desa Sadang RT06 RW02 yang diteliti terdapat kurang belih 60 kk dan luas wilayahnya Desa Sadang 5000± Ha.

##### **2. Deskripsi Konselor dan Konseli**

###### **a. Deskripsi Konselor**

Konselor adalah seseorang yang memiliki peran dalam membantu konseli melakukan proses konseling dengan tujuan untuk membantu konseli atau klien dalam menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi dengan menggunakan suatu pendekatan teknik atau terapi. Dalam penelitian ini yang menjadi konselor adalah peneliti itu sendiri. Adapun biodata konselor sebagai berikut :

###### **1) Identitas**

Nama : Harin Nisa,un Nikmah



TTL : Sidoarjo, 21 Juli 2001  
Alamat : Desa Sadang, RT 04, RW 02,  
Kecamatan Taman, Kabupaten  
Sidoarjo.  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Agama : Islam

Konselor merupakan seorang mahasiswa yang tengah menempuh Pendidikan Strata satu di UIN Sunan Ampel Surabaya, dan mengambil Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

b. Deskripsi konseli

Konseli atau klien merupakan seseorang yang sedang memiliki atau mengalami suatu masalah, dan sedang membutuhkan bantuan untuk dapat mengatasi permasalahannya dengan proses konseling kepada seorang konselor

1) Identitas

Nama : Hendra (nama disamarkan)  
TTL : Sidoarjo, 20 Desember 2004  
Alamat : Desa Sadang RT.04, RW.02,  
Kecamatan Taman, Kabupaten  
Sidoarjo  
Jenis kelamin : Laki-Laki  
Agama : Islam  
Status : Belum menikah  
Pekerjaan : Siswa  
Riwayat pendidikan :  
- SD : MI Darul Muttaqin  
- SMP : SMP Bahauddin  
- SMA : SMA Wachid Hasyim

Pada identitas penelitian ini, untuk menjaga asas kerahasiaan, nama subyek tidak dipublikasikan melainkan nama subyek diganti menjadi inisial subyek.

## 2) Latar belakang keluarga

Konseli merupakan anak tunggal. Dia merupakan anak laki-laki. Dia tinggal dengan orang tua dan neneknya di rumah istrinya dan tetangga konseli pun masih kerabat yang lain dari ibunya. keluarga konseli bisa dibilang cukup harmonis, walaupun kedua orang tua konseli bekerja, tetapi konseli tidak pernah merasa kekurangan kasih sayang dari orang tuanya. Pertengahan tahun 2021 ibunya meninggal dunia karena sakit dan membuat keluarganya berduka sekaligus Kehilangan sosok Ibu konseli. Ayahnya memilih tinggal ngekos di Surabaya karena ayahnya ingin tinggal berdekatan dengan lokasi kerjanya. Ayah konseli bekerja untuk memenuhi kebutuhan anak dan mertuanya di Sidoarjo. Saat sudah tidak tinggal di rumah istrinya, ayah konseli rutin mengunjungi konseli dan neneknya setiap satu minggu sekali.<sup>69</sup> Keluarga konseling juga termasuk keluarga yang harmonis dan jarang terdengar desus-desus masalah mereka ke tetangga. Konseli memilih masih tinggal dengan neneknya karena ia masih baru masuk SMA di dekat rumahnya. Jika konseli ikut pindah dengan ayahnya, maka konseli pun juga harus pindah. Tetapi konseli tidak mau berbaur dengan orang baru lagi, dan

---

<sup>69</sup> Hasil Wawancara dengan Ayah Konseli tanggal 17 September 2022, Pukul 09.00 – 10.00 WIB

memilih tetap tinggal dengan neneknya sekaligus menemani neneknya yang tinggal sendirian di rumah. Konseli juga sering membantu pekerjaan rumah neneknya dan ramah kepada tetangga-tetangganya yang lain<sup>70</sup>.

3) Latar belakang pendidikan

Saat ini konseli sedang menempuh pendidikan Sekolah Menengah akhir di SMA Wahid Hasyim taman. Konseling juga tergolong siswa yang pintar ketika di sekolah saat SMP dia mendapatkan peringkat 10 besar di kelasnya, dan saat SMA ia mendapat peringkat 5 besar di kelasnya. Konseling juga aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler diantaranya Paskibra dan PDKS, Dengan berbagai kegiatan sekolah yang dia ikuti ia mempunyai banyak relasi di sekolahnya<sup>71</sup>.

4) Latar belakang ekonomi

Keluarga konseli termasuk keluarga yang berkecukupan, sebelum Ibunya meninggal Kedua orang tuanya sama-sama bekerja, nenek konsli juga bekerja sebagai baby sitter rumahan yang menjaga anak tetangganya. Konseling sering mendapat uang saku Lebih Dari orang tuanya karena itu dia kadang-kadang bersikap hedonisme, kadang pula ketika dia ingin sesuatu tapi orang tuanya tidak bisa membelikan yang akan marah dan mendiamkan orang tua dan

---

<sup>70</sup> Hasil Wawancara dengan tetangga konseli tanggal 19 September 2022, Pukul 09.00 – 10.00 WIB

<sup>71</sup> Hasil Wawancara dengan konseli langsung tanggal 15 September 2022, Pukul 09.00 – 10.00 WIB

neneknya sampai barang yang ia inginkan tercapai<sup>72</sup>.

5) Latar belakang agama konseli

Dalam hal agama, konseli tergolong sebagai anak yang rajin beribadah meskipun ia jarang salat berjamaah namun konseli selalu salat tepat waktu. Konseling juga suka memberi sesuatu kepada temannya Ia suka berbagi dan berusaha membantu orang yang membutuhkan bantuannya. Konseli juga pernah mengaji di Madin dekat rumahnya hingga ketika ia sudah mulai sibuk dengan kegiatan sekolahnya, konseli sudah jarang berangkat ngaji<sup>73</sup>

c. Deskripsi Masalah Konseli

Seorang remaja yang kesibukannya menjadi siswa SMA swasta di salah satu daerah Sidoarjo, SMA Wahid Hasyim Taman. Konseling adalah seorang yang ekstrovert dia tidak pernah memilih teman dalam bergaul dan selalu berbaur dengan siapa saja. Ia merupakan anak tunggal di keluarganya dan ia tinggal dengan orang tunya dan neneknya dirumah isrinya dan tetangga konselipun masih kerabat yang lain dari ibunya. Konseli termasuk anak yang penurut dan mandiri, keinginannya juga selalu dipenuhi oleh kedua orang tuanya. Karena itu dia menjadi manja dan apabila keinginannya tidak terpenuhi ia akan marah dan merajuk.

Pada pertengahan tahun 2021 ibunya meninggal dikarenakan sakit, konseli dan semua

---

<sup>72</sup> Hasil Wawancara dengan Nenek konseli tanggal 17 September 2022, Pukul 10.00 – 11.00 WIB

<sup>73</sup> Hasil Wawancara dengan Nenek konseli tanggal 17 September 2022, Pukul 10.00 – 11.00 WIB

keluarganya kaget dan Terpukul karena kematian mendadak dari ibu konseli. Di saat itu konseli merasa hari-harinya hancur dan selalu teringat dengan ibunya. Ayahnya memilih tinggal ngekos di Surabaya karena ayahnya ingin tinggal berdekatan dengan lokasi kerjanya. Tetapi ayahnya tetap memberikan uang saku yang cukup untuk konseli dan sering mengunjungi konseli tiap minggunya.

Setelah 1 tahun sepeninggal ibunya ayahnya berkeinginan untuk menikah kembali karena ayahnya merasa ia butuh sosok istri yang selalu mendampingi dalam setiap keadaan. Namun konseli tidak setuju jika ayahnya menikah kembali karena Ia berpikir jika ayahnya menikah kembali ia tidak akan dikunjungi ayahnya lagi dan tidak akan diurus lagi oleh ayahnya. Konseli juga menolak tegas adanya anggota keluarga baru di keluarganya karena Ia berpikir tidak ada yang bisa menggantikan sosok ibu di hidupnya.

Karena kesenjangan ini hubungan konseli dan ayahnya sedikit merenggang dan sering terjadi sedikit pertengkaran atau adu mulut antar mereka. Ayahnya selalu menenangkan konseli dan menjelaskan mengapa ia ingin menikah kembali dengan baik-baik tetapi konseli tidak mau mendengarkan ayahnya dan tetap bersikeras pada pendiriannya.

Melihat fenomena yang dialami konseli memang dianggap perlu untuk dilakukannya layanan konseling untuk meningkatkan penerimaan diri konseli terhadap ayahnya yang menikah lagi, dan menerima anggota keluarga baru yang akan menjadi ibunya nanti. Tujuannya adalah agar nantinya proses konseling mudah diterima oleh konseli dan

diharapkan nantinya konseli akan dapat menghilangkan pikiran-pikiran negatif sehingga ia dapat berdamai dengan kenyataan dan menerima keluarga barunya. Konseling juga didefinisikan sebagai individu yang diberikan bantuan profesional oleh seorang konselor atas permintaan dirinya sendiri atau orang lain.

Pada asesmen awal wawancara dengan konseli, dia bercerita jika ia tidak menyukai keputusan ayahnya untuk menikah lagi. Alasan konseli tidak setuju jika ayahnya menikah kembali karena Ia berpikir jika ayahnya menikah kembali ia tidak akan lagi dikunjungi dan tidak akan diurus lagi oleh ayahnya. Konseli juga menolak tegas adanya anggota keluarga baru di keluarganya karena Ia berpikir tidak ada yang bisa menggantikan sosok ibu di hidupnya.

Keluarga konseli selalu menasehati konseli untuk tetap mendukung keputusan ayahnya. Tetapi konseli menghiraukan dan tetap pada prinsip awalnya. Karena sikap konseli ini, hubungan konseli dengan keluarga lainnya juga saling tegang, konseli juga meminimalkan interksi dengan anggota keluarga bahkan dengan tetangganya karena tidak ingin mendengar pembahasan tentang pernikahan ayahnya.

Dari deskripsi diatas disimpulkan

**Tabel 4.1 Keadaan konseli sebelum diberi Terapi Husnudzon**

No	Waktu	Kondisi Konseli	Sumber
1	Senin, 5 September 2022	Marah jika ada yang membahas tentang	Hasil Observasi Peneliti

		pernikahan ayahnya	
2	Rabu, 7 September 2022	Takut diabaikan ayahnya	Wawancara dengan konseli
3	Jumat. 9 September 2022	Jarang keluar kamar	Wawancara dengan nenek konseli
4	Senin, 12 September 2022	Menjauh dengan lingkungan sosial dirumahnya	Wawancara dengan tetangga konseli
5	Rabu, 7 September 2022	Menangis setiap selesai ziaroh ke kuburan ibunya	Hasil observasi dan wawancara dengan konseli
6	Jumat, 9 September	Marah jika kemauannya tidak dituruti	Wawancara dengan tante konseli
7	Jumat. 9 September 2022	Tidak diterima jika dinasehati	Observasi dan wawancara dengan nenek konseli
8	Rabu, 7 September 2022	Memaksa ayahnya untuk pulang setiap minggunya.	Wawancara dengan konseli

## B. Penyajian Data

### 1. Deskripsi penerapan Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman

Dalam kasus ini, konselor memberikan Layanan Konseling dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan Penerimaan Diri seorang remaja dengan

orang tua yang akan menikah lagi. Sasaran perubahannya adalah pola pikir yang irasional menjadi pola pikir yang rasional sekaligus penerimaan diri terhadap hidupnya dengan kenyataan ayahnya yang menikah kembali dan menerima anggota keluarga barunya. Agar konseli bisa lebih dewasa dalam aspek berfikir dan bertindak. Pikiran mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap sikap kita. Apabila pikiran kita negatif maka perilaku yang kita lakukan juga negatif begitu juga sebaliknya. Konseling ini bertujuan untuk merubah pola pikir, penerimaan diri dan juga membantu konseli untuk menjadi pribadi yang baik lagi tentunya. Dalam hal ini konselor akan menerapkan langkah-langkah untuk mengetahui lebih mendalam kasus yang dialami konseli atau juga pola pikir konseli, penerimaan dirinya terhadap ayahnya yang menikah kembali secara signifikan dan lebih spesifik dengan cara:

**a. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah dilakukan konselor untuk mengetahui lebih dalam mengenai keadaan konseli dan masalah yang ada pada dirinya secara mendalam. Identifikasi masalah ini bisa dilihat dari gejala-gejala yang sering muncul yang diperlihatkan oleh konseli. Selanjutnya konselor mencari informasi lebih mendalam melalui orang-orang terdekat konseli seperti: Nenek konseli, tante konseli dan tetangga konseli sebagai sumber informasi untuk mengumpulkan data-data atau informasi mengenai keadaan masalah yang dihadapi konseli. Namun untuk mengetahui keberhasilan dari proses konseling, selain konselor mengamati perilaku keseharian konseli di rumahnya juga dibutuhkan home visit kepada konseli untuk mengetahui perubahan sikap maupun pola pikir dan penerimaan



diri terhadap ayahnya yang menikah lagi. Adapun data-data yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut akan dijabarkan sebagai berikut:

1) Data yang bersumber dari konseli

Konseli mengatakan bahwa dirinya sangat tidak setuju oleh keputusan ayahnya yang ingin menikah kembali, konseli merasa tidak ada yang bisa menggantikan posisi ibunya yang sudah meninggal dengan orang baru. Konseli juga takut jika ayahnya menikah kembali ia akan ditelantarkan dan tidak dirawat karena ayahnya akan fokus dengan keluarga barunya. Konseli sebenarnya tidak ingin bersitegang dengan ayahnya tetapi konseli juga tidak menginginkan keputusan ayahnya untuk menikah lagi.

2) Data yang bersumber dari nenek konseli

Menurut neneknya konseli adalah anak yang penurut tetapi jika keinginannya tidak dipenuhi ia akan marah dan merajuk. Neneknya juga kerap melihat konseli menangis di dalam kamarnya kata neneknya Mungkin karena ia masih kepikiran oleh ibunya yang sudah meninggal. Nenek Konseli pun tidak bisa menghentikan sikap konseli kepada ayahnya walaupun sudah diberitahu jika itu kebutuhan ayahnya tetapi konseli menghiraukan perkataan neneknya. Nenek konseli juga mendukung keputusan Ayah konseli untuk menikah lagi karena neneknya tahu kalau itu adalah kebutuhan dari ayahnya dan tidak bisa untuk ditolak. Neneknya mendukung sepenuhnya apa yang dilakukan oleh ayah konseli selagi itu baik untuk dirinya.

3) Data yang bersumber dari ayah konseli

Ayah konseli mengatakan jika konseli sedang bersitegang dengan dirinya, konseli juga sering bersikap seperti ini jika kemauannya tidak dituruti ayah konseli sadar jika dulu ia terlalu memanjakan anak semata wayangnya tersebut. Ayah konseli memang berencana untuk menikah lagi karena ia butuh sosok istri yang selalu mendampinginya dalam setiap keadaan

## **b. Diagnosa**

Dari hasil identifikasi masalah tersebut, konselor dapat mengambil suatu kesimpulan mengenai masalah yang ada pada diri konseli yang lebih dominan yaitu kurangnya penerimaan dirinya terhadap kenyataan hidup jika ayahnya yang menikah lagi dan pikiran-pikiran yang negatif terhadap perilaku ayahnya setelah menikah. Adapun perilaku yang menunjukkan kurangnya penerimaan diri konseli antara lain:

### 1) Tertutup dan suka menyendiri

Hal ini dibuktikan ketika wawancara kepada konseli Ia terlihat diam dan hanya menjawab ketika ditanya saja. Nenek konseli juga mengatakan jika konseli banyak menghabiskan waktu di kamar saja dan ia jarang menceritakan kesedihannya ke nenek atau pun tantenya

### 2) Berpikiran negatif terhadap ayahnya yang menikah lagi

Hal ini dibuktikan ketika wawancara kepada konseling langsung, konseling berkata jika ayahnya menikah lagi ia akan tidak disayang

- lagi oleh ayahnya, dan Ayah konseli hanya akan fokus kepada keluarga barunya.
- 3) Perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya

Sama halnya ketika wawancara dengan nenek konseli, neneknya berkata apabila keinginan konseli tidak terpenuhi atau tidak sesuai dengan keinginannya ia akan merajuk dan marah. Konseli juga marah ketika ada Ayah atau keluarga lainnya yang membahas tentang pernikahan kembali Ayah konseli.

### **c. Prognosa**

Berdasarkan data-data dan kesimpulan dari langkah diagnosis tersebut, maka konselor menetapkan jenis penelitian (terapi) yang akan diberikan konselor pada konseli. Dalam hal ini konselor akan memberikan Terapi Husnudzon, karena dari kasus tersebut muncul bentuk pemikiran negative dari kenyataan ayahnya yang akan menikah lagi, sikap tertutup dan suka menyendiri, dan berperilaku marah jika keinginannya tidak sesuai. Konselor menetapkan beberapa langkah yang akan dilakukan untuk membantu konseli meningkatkan penerimaan dirinya terhadap ayahnya yang menikah lagi dan penerimaan kenyataan hidupnya.

Terapi husnudzon ini nantinya berfokus pada indikator permasalahan dari konseli yaitu tertutup dan suka menyendiri, berfikir negative tentang ayahnya yang menikah lagi dan perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya. Pada indikator konseli suka menyendiri dan tertutup, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi megubah masa lalu, konseli nantinya

diperkenankan untuk membayangkan pengalaman masa lalu yang negative, merubah cara pandangnya dan mengambil apa yang dapat dipelajarinya, kemudian mencoba membayangkan kembali pengalaman negative dan membuat perubahan dengan pelajarannya yang lalu.

Pada indikator berpikir negative terhadap ayahnya yang menikah lagi, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi mengubah konsentrasi, konseli nantinya menghadirkan konsentrasi negative yang ada pada permasalahan yang dia hadapi, kemudian menggantinya dengan konsentrasi positif, selanjutnya dengan konsentrasi positif tersebut konseli dapat memotivasi dirinya untuk menemukan sebuah penyelesaian masalah.

Pada indikator sikap marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi hasil yang positif, disini nantinya konseli menghadirkan permasalahan apa yang pernah ia alami, perilaku negatif apa yang dia lakukan saat itu dan dampak apa yang terjadi. Kemudian konselor memberi bayangan dengan permasalahan yang sama, konseli disuruh untuk merubah perilaku negatifnya menjadi positif, dan membayangkan apa yang akan terjadi dengan hasilnya.

#### **d. Treatment**

Dalam tahap ini peneliti sudah melakukan prognosis atau sudah menentukan bentuk strategi apa yang akan dilakukan/diberikan kepada konseli. Konselor melakukan treatment pada konseli menggunakan terapi husnudzon dengan strategi mengubah masa lalu, mengubah konsentrasi dan hasil yang positif. Dengan strategi ini digunakan

diharapkan konseli dapat meningkatkan penerimaan dirinya terhadap semua kenyataan hidupnya.

Beberapa tahap yang dilakukan konselor dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi yaitu sebagai berikut:

1) Strategi Mengubah Masa Lalu

Tahap ini dilaksanakan pada pertemuan ke empat di rumah konseli. Pada tahap ini konselor merubah cara pandang konseli terhadap pengalamannya di masa lalu. Selanjutnya konselor menyuruh konseling untuk memetik pelajaran apa yang dapat diambil dari pengalaman tersebut dan membuat perubahan yang dia inginkan. Dengan hal ini konseling mengenang kembali peristiwa yang terjadi pada masa lalu dan apabila menghadapi hal serupa konseling dapat mengambil sikap yang diinginkanya. Berikut tahap yang dilakukan dalam strategi pengubahan masa lalu

a) konseli disuruh memikirkan satu pengalaman negatif yang dia alami ketika masa lalu kemudian konselor memperhatikan ekspresi wajah gerak tubuh perasaan dan perilaku dari konseli.

Di sini konseli membayangkan pengalaman dia ketika ibunya dinyatakan meninggal di rumah sakit. Saat konseli menceritakan pengalaman tersebut dia menunjukkan ekspresi yang sedih dan berkaca-kaca kemudian nada bicaranya juga agak merendah saat itu konseling tidak tahu

harus berbuat apa dan dia merasa bersalah kepada ibunya. Kemudian konselor menanyakan kepada konseli mengapa ia merasa bersalah kepada ibunya dan ternyata karena dia tidak ingin ditinggal ibunya dan merasa belum bisa membahagiakan ibunya. Konseli juga berkata rasa bersalahnya diakibatkan karena dia sering membantah perkataan ibunya, memaksa ibunya untuk menuruti kemauannya, sering merajuk dan hal-hal lain yang membuat ibunya sakit hati.

- b) sambil membayangkan pengalaman negatif konseli disuruh untuk memikirkan Pelajaran apa yang dapat dia ambil dari pengalaman negatif tersebut.

Setelah konseli membayangkan pengalaman ketika ia pertama kali mendengar berita ibunya meninggal dari rumah sakit, konselor mengajak konseli untuk berdiskusi tentang pelajaran apa yang bisa diambil dari pengalaman tersebut. Konseli berkata jika rasa menyesalnya itu datang dari perilakunya sebelum ibunya meninggal. Ia ingin lebih dekat dengan ibunya dan menuruti semua perkataan ibunya kemudian dia juga akan selalu membahagiakan ibunya dengan hal-hal kecil misalnya meluangkan waktu ketika ibunya pulang ke rumah dan selalu menanyakan kabar. Membangun hubungan yang Intens dengan ibunya.

- c) selanjutnya konseli ditarik ke masa lalu dan membayangkan kembali bagaimana ketika Ia dihadapkan di peristiwa yang sama. Konseli

juga menampilkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai dan konseli disuruh untuk memperhatikan perasaannya bagaimana dia merasa lebih baik karena telah memanfaatkan pelajaran yang sudah didapat dari pengalaman lalu dan karena persepsi dan pikiran yang positif maka perasaan konseli juga ikut positif

Di sini konselor menyuruh konseling untuk membayangkan bagaimana ketika dia ditarik ke masa lalu dan dihadapkan dengan peristiwa meninggalnya ibunya, keadaan konseling sudah dekat dengan ibunya dan merasa dia sudah mampu membahagiakan ibunya walaupun dengan hal-hal kecil. Saat konseli bayangkan peristiwa tersebut konselor mendapatkan ekspresi dari konseli yang tersenyum walaupun masih berkaca-kaca dan hendak menangis tetapi raut wajah dari konseling menunjukkan kalau dia merasa lega dan sudah mengikhhlaskan kepergian dari sang ibu.

Selanjutnya konselor memberikan satu kasus kepada konseli, Bagaimana jika pengalaman tersebut terjadi kembali dan ditimpa kepada anggota keluarganya terdekatnya. Konseli menjawab Jika ia akan berusaha dekat dan membahagiakan anggota keluarga yang terdekatnya sebelum ia menyesal ditinggal oleh mereka.

## 2) Strategi Mengubah Konsentrasi

Dalam strategi mengubah konsentrasi ini, konselor merubah konsentrasi konseli pada suatu hal, dan menghadirkan konsentrasi lain sebagai

gantinya. Akal akan menepis informasi lain untuk memberikan tempat pada sesuatu yang menjadi pusat perhatian. Intinya individu juga akan melakukan generalisasi pusat perhatian sehingga perasaan yang negatif tergerak dan melahirkan perilaku yang positif. Berikut tahapan menggunakan strategi mengubah konsentrasi:

a) konseli disuruh untuk memikirkan satu pengalaman negatif yang dialaminya baru-baru ini. Di sini konseli mengatakan jika pengalaman negatif yang terjadi di dirinya akhir-akhir ini adalah dengan berita ayahnya yang akan menikah lagi, Pikiran konseli menjadi kacau dengan keputusan ayahnya.

b) konselor mengajukan beberapa pertanyaan dan konseling menjawab pertanyaan tersebut pada dirinya sendiri dengan menuliskan jawabannya di kertas

Konselor : *“Apa Masalah sebenarnya?”*

Konseli : *“Masalah saya ya tentang ayah saya yang mau menikah lagi saya takut kalau ayah saya menikah lagi saya akan ditelantarkan tidak diurus dan ayah saya akan hanya berfokus kepada keluarga baru nantinya dan melupakan saya”*

Konselor : *“Sejak kapan menghadapi masalah tersebut?”*

Konseli : *“Ya saat saya dengar kalau ayah saya ingin menikah lagi di situ saya mulai berpikiran buruk dan saya menangis setiap hari membayangkan hal-hal yang buruk terjadi di hidup saya nantinya Ketika saya sudah menikah lagi”*



Konselor : *“Mengapa mengalami masalah ini?”*

Konseli : *“Ya Karena saya takut dan saya juga khawatir dengar-dengar dari orang-orang cerita-cerita pengalaman mereka kalau orang tuanya menikah lagi itu biasanya kasih sayangnya bakal terpecah dan biasanya Nanti orang tua yang menikah lagi itu akan lebih fokus sama keluarga barunya Apalagi kan di sini saya juga sendirian cuma sama nenek sama tante takutnya kalau misalnya ayah saya menikah lagi saya bakal dilupakan karena kan yang membuat ayah saya pulang ke rumah itu cuma disuruh ibu sedangkan kalau misalnya ibu nggak ada pasti nanti ayah saya bakal jarang pulang ke sini terus juga bakal lebih jauh lagi sama saya.”*

Konselor : *“Siapa yang menyebabkan masalah ini hadir?”*

Konseli : *“Ya masalahnya itu datang dari keputusan ayah saya yang mau menikah lagi kalau misalnya ayah saya nggak berpikir untuk menikah lagi ya saya ndak bakal takut dan khawatir. Tapi saya juga sadar kalau takut sama khawatir yang saya rasakan ini cuma saya aja yang merasakan dan itu datangnya juga karena pikiran saya yang selalu negatif sama ayah saya.”*

Konselor : *“Bagaimana bisa masalah ini menghalangi impian hidup?”*

Konseli : *“Sebenarnya saya juga tak ingin Ayah saya kesepian sendirian terus ndak bahagia karena ditinggal ibu saya. Saya juga*

*takut kalau misalnya nanti ayah saya nikah lagi dia bakal hidup sama keluarga barunya dan saya ditinggalkan padahal kan di sini saya juga sudah ditinggalkan Ibu saya juga nggak mau ditinggalkan Ayah juga”*

Konselor : *“Kapan masalah ini menimbulkan dampak paling buruk?”*

Konseli : *“Saya takut nantinya jika saya tetap memaksakan ayah saya itu tidak menikah dia juga tidak akan bahagia dan merasa selalu kesepian”*

Dalam peristiwa ini konseling masih menggunakan konsentrasi yang negatif dan menyebabkan dia belum menemukan titik temu dari suatu masalah yang dihadapi. Kemudian konselor menyuruh konseling mengubahnya menjadi konsentrasi positif dengan menggunakan beberapa pertanyaan di antaranya

Konselor : *“Apa yang anda inginkan?”*

Konseli : *“Saya ingin walaupun keluarga saya tidak utuh tapi saya tetap ingin bahagia seperti keluarga orang lain di luar sana”*

Konselor : *“Mengapa anda menginginkannya?”*

Konseli : *“Karena saya tahu kalau keluarga saya itu sudah tidak utuh. Juga ingin ayah saya bahagia dan tidak merasa kesepian walaupun sudah tidak ada Ibu.”*

Konselor : *“Kapan anda menginginkannya?”*

Konseli : *“Sekarang secepatnya”*

Konselor : *“Bagaimana anda dapat meraihnya?”*

Konseli : *“Tidak tahu saya juga bingung bagaimana cara biar saya ndak khawatir sama ayah dan ayah saya juga tidak merasa kesepian”*

Konselor : *“Kalau misalnya Ayah kamu sudah bahagia dan kamu juga ternyata masih diingat sama Ayah kamu dan diperhatikan dengan keluarga baru kamu Bagaimana perasaanmu?”*

Konseli : *“Pasti saya bahagia itu membuat hidup saya lebih baik tentunya”*

Konselor : *“Kalau tahu begitu hambatan apa sih yang kamu punya dari masalahmu itu?”*

Konseli : *“Kalau dipikir-pikir karena egois. Merasa terlalu egois kepada ayah saya maupun kepada diri saya saya cuma memikirkan diri saya tanpa memikirkan kebahagiaan orang lain.”*

Konselor : *“Bagaimana caranya kamu biar menyelesaikan hambatan itu?”*

Konseli : *“Mungkin dengan sedikit menurunkan ego dan memikirkan kebahagiaan orang lain termasuk ayah saya dan keluarga yang lain.”*

Konselor : *“Apa yang kamu mulai lakukan saat ini untuk meraih apa keinginanmu tersebut?”*

Konseli : *“Sepertinya saya harus lebih berkomunikasi lagi dengan ayah saya supaya saya tahu apa yang diinginkan ayah saya dan saya juga memahami apa yang sudah menjadi keinginan ayah saya dengan menurunkan ego mungkin Ayah saya juga bisa memahami saya juga lebih baik lagi dan*

*dapat meyakinkan saya untuk tetap bersama saya.”*

Di sini konseli menuturkan setelah melakukan konseling dia merasa berbeda karena konsentrasi yang pertama dia hadirkan adalah negatif sedangkan konsentrasi yang kedua bersifat positif dan motivasi konseli untuk menyelesaikan masalahnya. Telur juga menyarankan kepada konseling untuk selalu menggunakan konsentrasi positif dalam masalah apapun yang dihadapi dan menyampingkan konsentrasi negatif menjadi positif

### 3) Strategi Hasil yang Positif

Dalam tahap ini konselor membantu memusatkan perhatian konseli pada hasil lain yang memungkinkan untuk dialihkan. Perasaan negatif yang ada pada konseli tentu tidak sesuai dengan rencana dan tidak mendapat hasil yang diinginkan, karena itu konselor melatih konseli untuk merubah strategi hasil positif dalam menghadapi siapapun. Berikut tahapan menggunakan strategi hasil yang positif

a) konselor menyuruh konseling untuk memikirkan masalah yang dihadapi saat ini  
Konseli : *“Tepat dua hari lalu saya meminta Ayah untuk membelikan HP baru tetapi ayah saya tidak mengizinkan”*

b) Selanjutnya konseli memaparkan perilaku negatif apa yang ia lakukan ketika menyikapi masalah tersebut.

Konseli : *“Ya saya marah karena itu kebutuhan saya tetapi ayah saya tidak*

*mengerti dan saya juga sangat menginginkan HP baru”*

- c) konseli juga memikirkan Dampak apa yang ditimbulkan dari perilaku negatifnya tadi.  
Konseli : *“Karena saya marah Ayah saya juga ikut marah dan bahkan keluarga lain seperti nenek tante juga ikut mengomeli saya. Mereka bilang kalau HP saya itu masih layak dipakai dan Sayang kalau membeli HP baru lagi”*
- d) memikirkan perasaannya seperti apa  
Perasaan saya sedih karena Keinginan saya tidak dituruti dan saya juga marah karena kemarin saya baru gajian tapi kenapa tidak bisa membelikan HP baru saya

Dari pernyataan ini bisa dibilang kalau perasaan dari konseli negatif sehingga ia menunjukkan perilaku yang negatif juga. Langkah selanjutnya konselor menyuruh konseli untuk keluar dari kondisi negatif ini dengan melanjutkan strategi:

- a) konselor menyuruh untuk memikirkan masalah yang sama dan membayangkan jika konseli tidak mendapatkan hasil yang diinginkan.
- b) konselor menyuruh konseli untuk memikirkan perilaku positif yang dapat digunakan.

Konseli membayangkan jika ia seharusnya mengatakan dengan baik-baik jika HP itu memang kebutuhannya tetapi dia juga sadar kalau HP yang dia punya saat ini masih bisa digunakan, Ia juga harusnya bisa bersabar dan kalau memang dia

membutuhkan ia akan berusaha menabung terlebih dahulu

- c) konseling memikirkan perasaannya sekarang  
Di sini merasakan perasaan yang positif karena perubahan pola pikirnya tadi. Seli suka menuturkan jika ia mendapatkan hasil yang positif, walaupun kemauannya tidak terpenuhi saat itu juga Tetapi dia mencoba untuk berpikir jika yang ia miliki saat ini sudah cukup untuk dirinya.

#### **e. Evaluasi/Follow Up**

Setelah melalui tahap treatment atau terapi, peneliti memberikan beberapa evaluasi kepada konseli. Dalam hal ini peneliti memperhatikan perubahan pada diri konseli pada saat sebelum terapi, saat terapi, dan setelah terapi dilakukan. Tujuan dari evaluasi tersebut adalah untuk menilai seberapa jauh keberhasilan treatment yang dilaksanakan konseli dengan Terapi Husnudzon kepada seorang remaja dengan orangtua yang akan menikah lagi. Adapun perubahan yang dialami oleh konseli adalah dari cara memandang segala sesuatu dari sisi negatif menjadi positif, meyakini dan mengasumsikan segala sesuatu dengan positif.

Kemudian follow up yang dilakukan oleh peneliti kepada konseli yaitu melihat perkembangan jangka panjang dari konseli. Peneliti melakukan pendampingan kepada konseli dan belajar mengontrol diri apabila konseli merasa penerimaan dirinya berkurang. Tindak lanjut yang diberikan adalah melakukan terapi husnudzon mandiri, etika

konseli dihadapkan pada suatu hal yang membuatnya marah.

**2. Deskripsi hasil akhir Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan menikah lagi di Desa Sadang Kecamatan Taman**

Setelah konselor melaksanakan treatment sesuai dengan tahapan, peneliti memantau perkembangan dari koseli pasca pemberian treatment. Semua data diperoleh dari hasil observasi dan wawancara dari konseli maupun *significant other* (keluarga konseli). Adapun perubahan yang dialami konseli setelah melaksanakan terapi adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.2 Keadaan Konseli setelah proses terapi husnudzon**

No	Waktu	Kondisi Konseli	Sumber
1	Kamis, 15 Desember 2022	Lebih tenang jika membahas pernikahan ayahnya	Hasil Observasi Peneliti
2	Kamis, 15 Desember 2022	Lebih percaya dengan ucapan ayahnya	Wawancara dengan konseli
3	Kamis, 15 Desember 2022	Selalu kumpul dengan keluarga	Wawancara dengan nenek konseli
4	Jum'at, 16 Desember 2022	Lebih berbaur dengan tetangga dan kerabat-kerabat lain	Wawancara dengan tetangga konseli
5	Kamis, 15 Desember 2022	Rutin setiap kamis ziarah makam ibunya	Hasil observasi dan wawancara dengan konseli

6	Sabtu, 16 Desember 2022	Tidak semena-mena jika ingin sesuatu	Wawancara dengan Ayah konseli
7	Kamis, 15 Desember 2022	Mendengarkan jika dinasehati	Observasi dan wawancara dengan nenek konseli
8	Kamis, 15 Desember 2022	Menyambut kedatangan ayahnya dengan baik	Wawancara dengan konseli

Data diatas didapatkan dari hasil observasi dan peninjauan yang dilaksanakan peneliti saat pasca terapi. Bukan observasi saja, peneliti pun mendapatkan data dari hasil wawancara yang dilaksanakan peneliti kepada nenek dan tante konseli yang tinggal serumah dengan konseli. Hasil dari terapi Husnudzon yang diberikan kepada konseli dinilai berhasil dapat dilihat dari tiga indikator masalah yang dimiliki konseli sudah berkurang, sebelumnya konseli bersikap tertutup dan suka menyendiri namun saat ini dia sudah mau berkumpul dengan keluarga dan tetangga. Sikap yang dulunya sering berfikir negatif terhadap ayahnya tetapi setelah pemberian terapi konseli mulai tenang Ketika membahas pernikahan dan percaya dengan ucapan ayahnya. Selain itu, konseli juga sudah tidak memaksa kehendaknya lagi jika meminta sesuatu dan jika berbuat kesalahan konseli bisa meminta maaf dan mendengarkan jika diberi nasihat. Diharapkan setelah proses terapi konseli menjadi pribadi yang penuh dengan penerimaan diri, tetap selalu mengingat Allah yang maha Pencipta. Harapannya untuk konseli nantinya mampu meningkatkan penerimaan dirinya dengan lebih berbaaur pada lingkungan sosialnya, mengubah pikiran



negatifnya dan menurunkan emosi marah saat terpancing.

### C. Pembahasan Analisis dan Hasil Penelitian

#### 1. Perspektif Teori

##### a) Analisis Proses Konseling Islam dengan Terapi Husnudzon untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Seorang Remaja dengan Orang Tua yang akan Menikah Lagi

Dalam proses terapi husnudzon terdapat beberapa tahapan yang telah dijelaskan pada penyajian data yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi, evaluasi dan follow up. Selanjutnya ke lima tahapan tersebut dideskripsikan oleh peneliti dalam bentuk komparasi antara teori dan kenyataan yang ada di lapangan sebagai berikut:

**Tabel 4.3 bentuk komparasi antara teori dan kenyataan yang ada di lapangan**

No	Data Teori	Data Lapangan
1	Identifikasi masalah: Yaitu proses yang dilakukan konselor untuk mengetahui lebih dalam mengenai keadaan konseli dan masalah yang ada pada dirinya secara mendalam.	Identifikasi masalah ini bisa dilihat dari gejala-gejala yang sering muncul yang diperlihatkan oleh konseli. Selanjutnya konselor mencari informasi lebih mendalam melalui orang-orang terdekat konseli seperti: Nenek konseli, tante konseli dan tetangga konseli sebagai sumber informasi untuk mengumpulkan data-data atau informasi mengenai keadaan masalah yang dihadapi konseli. Namun untuk mengetahui keberhasilan dari proses konseling, selain konselor mengamati perilaku keseharian konseli di rumahnya juga dibutuhkan home visit

		kepada konseli untuk mengetahui perubahan sikap maupun pola pikir dan penerimaan diri terhadap ayahnya yang menikah lagi.
2	Diagnosis: Yaitu menetapkan masalah yang dialami oleh konseli dan faktor yang mempengaruhi masalah yang terjadi pada konseli.	Dari hasil identifikasi masalah tersebut, konselor dapat mengambil suatu kesimpulan mengenai masalah yang ada pada diri konseli yang lebih dominan yaitu kurangnya penerimaan dirinya terhadap kenyataan hidup jika ayahnya yang menikah lagi dan pikiran-pikiran yang negatif terhadap perilaku ayahnya setelah menikah. Adapun perilaku yang menunjukkan kurangnya penerimaan diri konseli antara lain: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Tertutup dan suka menyendiri</li> <li>2) Berpikiran negatif terhadap ayahnya yang menikah lagi</li> <li>3) Perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya</li> </ol>
3	Prognosa: Yaitu penetapan bantuan yang relevan terhadap permasalahan konseli setelah mengetahui masalah yang terjadi pada konseli	Konselor menetapkan beberapa langkah yang akan dilakukan untuk membantu konseli meningkatkan penerimaan dirinya terhadap ayahnya yang menikah lagi dan penerimaan kenyataan hidupnya. Terapi husnudzon ini nantinya berfokus pada indikator permasalahan dari konseli yaitu tertutup dan suka menyendiri, berfikir negative tentang ayahnya yang menikah lagi dan perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai

<p>sehingga diharapkan masalah konseli bisa terselesaikan.</p>	<p>dengan keinginannya. Pada indikator konseli suka menyendiri dan tertutup, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi megubah masa lalu, konseli nantinya diperkenankan untuk membayangkan pengalaman masa lalu yang negative, merubah cara pandangnya dan mengambil apa yang dapat dipelajarinya, kemudian mecoba membayangkan kembali pengalaman negative dan membuat perubahan dengan pelajarannya yang lalu.</p> <p>Pada indikator berpikir negative terhadap ayahnya yang menikah lagi, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi mengubah konsentrasi, konseli nantinya menghadirkan konsentrasi negative yang ada pada permasalahan yang dia hadapi, kemudia menggantinya dengan konsentrasi positif, selanjutnya dengan konsentrasi positif tersebut konseli dapat memotivasi dirinya untuk menemukan sebuah penyelesaian masalah.</p> <p>Pada indikator sikap marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi hasil yang positif, disini nantinya konseli menghadirkan permasalahan apa yang pernah ia alami, perilaku negatif apa yang dia lakukan saat itu dan dampak</p>
--	--

		apa yang terjadi. Kemudian konselor memberi bayangan dengan permasalahan yang sama, konseli disuruh untuk merubah perilaku negatifnya menjadi positif, dan membayangkan apa yang akan terjadi dengan hasilnya.
4	Treatment: Yaitu pemberian bantuan yang sesuai dengan prognosis kepada konseli dengan tujuan untuk menyelesaikan permasalahannya.	<p>Beberapa tahap yang dilakukan konselor dalam meningkatkan penerimaan diri seorang remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi yaitu sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Strategi Mengubah Masa Lalu       <p>Pada tahap ini konselor merubah cara pandang konseli terhadap pengalamannya di masa lalu. Selanjutnya konselor menyuruh konseling untuk memetik pelajaran apa yang dapat diambil dari pengalaman tersebut dan membuat perubahan yang dia inginkan. Dengan hal ini konseling mengenang kembali peristiwa yang terjadi pada masa lalu dan apabila menghadapi hal serupa konseling dapat mengambil sikap yang diinginkannya. Berikut tahap yang dilakukan dalam strategi perubahan masa lalu</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) konseli disuruh memikirkan satu pengalaman negatif yang dia alami ketika masa lalu kemudian konselor</li> </ol> </li> </ol>

		<p>memperhatikan ekspresi wajah gerak tubuh perasaan dan perilaku dari konseli.</p> <p>b) sambil membayangkan pengalaman negatif konseli disuruh untuk memikirkan Pelajaran apa yang dapat dia ambil dari pengalaman negatif tersebut.</p> <p>c) selanjutnya konseli ditarik ke masa lalu dan membayangkan kembali bagaimana ketika Ia dihadapkan di peristiwa yang sama. Konseli juga menampilkan ekspresi wajah dan gerak tubuh yang sesuai dan konseli disuruh untuk memperhatikan perasaannya bagaimana dia merasa lebih baik karena telah memanfaatkan pelajaran yang sudah didapat dari pengalaman lalu dan karena persepsi dan pikiran yang positif maka perasaan konseli juga ikut positif</p> <p>2) Strategi Mengubah Konsentrasi      Dalam strategi mengubah konsentrasi ini, konselor merubah konsentrasi konseli pada suatu hal, dan menghadirkan konsentrasi lain sebagai gantinya. Akal akan menepis informasi lain untuk memberikan tempat pada sesuatu</p>
--	--	---

		<p>yang menjadi pusat perhatian. Intinya individu juga akan melakukan generalisasi pusat perhatian sehingga perasaan yang negatif tergerak dan melahirkan perilaku yang positif. Berikut tahapan menggunakan strategi mengubah konsentrasi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a) konseli disuruh untuk memikirkan satu pengalaman negatif yang dialaminya baru-baru ini.</li> <li>b) konselor mengajukan beberapa pertanyaan dan konseling menjawab pertanyaan tersebut pada dirinya sendiri dengan menuliskan jawabannya di kertas</li> </ol> <p>3) Strategi Hasil yang Positif</p> <p>Dalam tahap ini konselor membantu memusatkan perhatian konseli pada hasil lain yang memungkinkan untuk dialihkan. Perasaan negatif yang ada pada konseli tentu tidak sesuai dengan rencana dan tidak mendapat hasil yang diinginkan, karena itu konselor melatih konseli untuk merubah strategi hasil positif dalam menghadapi siapapun. Berikut tahapan menggunakan strategi hasil yang positif</p>
--	--	---

		<p>a) konselor menyuruh konseling untuk memikirkan masalah yang dihadapi saat ini</p> <p>b) selanjutnya konseli memaparkan perilaku negatif apa yang ia lakukan ketika menyikapi masalah tersebut.</p> <p>c) konseli juga memikirkan Dampak apa yang ditimbulkan dari perilaku negatifnya tadi.</p> <p>d) memikirkan perasaannya seperti apa Perasaan saya sedih karena Keinginan saya tidak dituruti dan saya juga marah karena kemarin saya baru gajian tapi kenapa tidak bisa membelikan HP baru saya</p> <p>Dari pernyataan ini bisa dibilang kalau perasaan dari konseli negatif sehingga ia menunjukkan perilaku yang negatif juga. Langkah selanjutnya konselor menyuruh konseli untuk keluar dari kondisi negatif ini dengan melanjutkan strategi:</p> <p>a) konselor menyuruh untuk memikirkan masalah yang sama dan membayangkan jika konseli tidak mendapatkan hasil yang diinginkan.</p> <p>b) konselor menyuruh konseli untuk memikirkan perilaku positif yang dapat digunakan.</p> <p>c) konseling memikirkan perasaannya sekarang.</p>
--	--	---

5	<p>Evaluasi &amp; Follow Up: Yaitu tahapan dimana ini adalah tahap akhir dari proses terapi yang bertujuan untuk melihat kembali apakah terapi yang telah diterapkan sudah berhasil atau belum. Tahap ini juga bertujuan untuk menumbuhkan optimisme pada konseli bahwa masalah bisa terselesaikan.</p>	<p>Setelah melalui tahap treatment atau terapi, peneliti memberikan beberapa evaluasi kepada konseli. Dalam hal ini peneliti memperhatikan perubahan pada diri konseli pada saat sebelum terapi, saat terapi, dan setelah terapi dilakukan. Tujuan dari evaluasi tersebut adalah untuk menilai seberapa jauh keberhasilan treatment yang dilaksanakan konseli dengan Terapi Husnudzon kepada seorang remaja dengan orangtua yang akan menikah lagi. Adapun perubahan yang dialami oleh konseli adalah dari cara memandang segala sesuatu dari sisi negatif menjadi positif, meyakini dan mengasumsikan segala sesuatu dengan positif. Kemudian follow up yang dilakukan oleh peneliti kepada konseli yaitu melihat perkembangan jangka panjang dari konseli. Peneliti melakukan pendampingan kepada konseli dan belajar mengontrol diri apabila konseli merasa penerimaan dirinya berkurang. Tindak lanjut yang diberikan adalah melakukan terapi husnudzon mandiri, etika konseli dihadapkan pada suatu hal yang membuatnya marah.</p>
---	---	---

Berdasarkan perbandingan antara data teori dan data dari lapangan, keduanya menunjukkan rendahnya penerimaan diri. Terapi yang digunakan adalah konseling islam dengan terapi Husnudzon. Terapi ini bisa dibilang cukup



efektif diterapkan pada konseli remaja. Pada usia remaja, individu sudah mampu membedakan maa hal yang baik dan buruk, serta sudah memikirkan hal/konsekuensi apa yang didapatkan ketika berbuat sesuatu. Maka dari itu konselor memberikan terapi husnudzon sebagai pengontrol pikiran negative konseli yang menyebabkan ia tidak dapat menerima keadaannya.

Setelah rangkaian terapi dilalui konseli, hasil dan perubahan yang ada di dalam konseli terlihat secara signifikan. Dalam penelitian ini proses konseling yang menggunakan terapi husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri dikatakan berhasil. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan hasil observasi dan wawancara konselor kepada konseli dan keluarga konseli bahwa pada saat ini, konseli sudah mulai berbaur dengan lingkungan sekitarnya, menerima pernikahan ayahnya nanti, dan mampu mengendalikan emosi marah.

**Tabel 4.4 Perbedan perilaku konseli sebelum dan sesudah terapi**

No	Gejala	Kondisi Konseli	
		Sebelum Terapi	Sesudah Terapi
1	Tertutup dan suka menyendiri	Jarang keluar kamar	Selalu kumpul dengan keluarga
		Menjauh dengan lingkungan sosial dirumahnya	Lebih berbaur dengan tetangga dan kerabat-kerabat lain

		Menangis setiap selesai ziaroh ke kuburan ibunya	Rutin setiap kamis ziarah makam ibunya
2	Berpikiran negatif terhadap ayahnya yang menikah lagi	Takut diabaikan ayahnya	Lebih percaya dengan ucapan ayahnya
		Marah jika ada yang membahas tentang pernikahan ayahnya	Lebih tenang jika membahas pernikahan ayahnya
3	Perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya	Memaksa ayahnya untuk pulang setiap minggunya.	Menyambut kedatangan ayahnya dengan baik
		Tidak diterima jika dinasehati	Mendengarkan jika dinasehati
		Marah jika kemauannya tidak dituruti	Tidak semena-mena jika ingin sesuatu

## 2. Perspektif Islam

Proses pemberian Terapi Husnudzon kepada konseli didapati beberapa unsur spiritual didalamnya. Sedangkan terapi husnudzon adalah pengobatan alam pikiran dan gangguan psikis melalui metode psikologis dengan cara mengubah cara berfikir setiap individu untuk mampu bebas dari prasangka buruk dan emosi tidak baik. Allah melarang manusia untuk berprasangka buruk seperti yang dijelaskan dalam surah Ad-Dhuha ayat ketiga, Allah berfirman:

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

Artinya: “Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu.”<sup>74</sup>

Ayat ini juga dijadikan dasar bahwa ketika menghadapi suatu masalah hendaknya terlebih dahulu melihatnya secara positif dan percaya jika Allah selalu bersama hambaNya dan akan memberi pertolongan kepada siapapun.

Diharapkan dengan pemberian Terapi Husnudzon kepada remaja dengan penerimaan diri yang rendah dapat mengubah cara pandang individu terhadap suatu masalah. Dengan pikiran yang positif, individu mampu menyelesaikan masalahnya dengan pandangan yang jernih tanpa beban. Allah melarang umat manusia untuk berpikir negatif dan berburuk sangka dari masalahnya, seperti dalam firman Allah SWT yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ  
بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ  
بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ  
أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ؕ وَاتَّقُوا اللَّهَ ؕ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ  
رَّحِيمٌ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan purba-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati?

---

<sup>74</sup> Al-Qur'an, Ad-Dhuha: 3.

Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.<sup>75</sup>

Menjauhi sikap berburuk sangka akan membawa manusia dalam segala kenikmatan dan kebaikan dari Allah SWT. Husnudzon dapat menimbulkan sikap saling menghormati dan dapat memperbaiki hubungan dengan sesamanya. Dengan sikap husnudzon pula membuat manusia sadar akan semua takdir yang sudah diatur oleh Allah SWT, dan tugas kita sebagai manusia adalah mempercayai bahwa Takdir Allah pasti baik untuk kita dan teruslah mendekat kepada Allah SWT agar mendapatkan ketentraman hidup dan ketenangan jiwa dalam meyakini kuasa Allah SWT.

Allah tidak menyukai seorang anak yang melarang ayahnya untuk menikah kembali setelah istrinya meninggal, karena pasti lelaki masih memerlukan pendamping dalam menjalani hidupnya, dan dengan adanya istri di dalam hidupnya akan datang ketenangan jiwa maupun batin, lalu tentunya dengan adanya pendamping seorang lelaki akan dapat menjaga dirinya dari kemaksiatan.

Dalam sebuah pendapat Syaikh Kholid Abdu Al-Mun'im mengatakan hukum anak yang melarang ibunya untuk menikah lagi yaitu *“Jika ibu engkau memang membutuhkan untuk menikah, maka kalian para anak tidak boleh menghalanginya untuk menikah, karena menikah adalah hak yang Allah berikan dalam syariat untuknya, justru wajib bagi*

---

<sup>75</sup> Q.S Al – Hujurat : 12

*Anda wahai saudara yang mulia untuk berbuat bakti dengan menyetujui pernikahannya”*

Dalam pendapat ini tidak jauh berbeda dengan suami yang ditinggal wafat istrinya.

Selain itu, individu dapat memetik pelajaran yang bisa diambil dari masalah tersebut, kemudian menerapkannya sebagai bentuk perubahan yang baik pada hidupnya. Sesuai dalam firman Allah SWT yang berbunyi:

هُوَ الَّذِي أَخْرَجَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ مِنْ  
دِيَارِهِمْ لِأَوَّلِ الْحَشْرِ مَا ظَنَنْتُمْ أَنْ يَخْرُجُوا وَظَنُّوا  
أَنْهُمْ مَانِعَتُهُمْ حُصُونُهُمْ مِنَ اللَّهِ فَأَتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ  
حَيْثُ لَمْ يَحْتَسِبُوا وَقَذَفَ فِي قُلُوبِهِمُ الرُّعْبَ  
يُخْرِبُونَ بُيُوتَهُمْ بِأَيْدِيهِمْ وَأَيْدِي الْمُؤْمِنِينَ فَاعْتَبِرُوا  
يَا أُولِي الْأَبْصَارِ

Artinya: “Dialah yang mengeluarkan orang-orang kafir di antara Ahli Kitab dari kampung halamannya pada saat pengusiran yang pertama. Kamu tidak menyangka, bahwa mereka akan keluar dan mereka pun yakin, benteng-benteng mereka akan dapat mempertahankan mereka dari (siksaan) Allah; maka Allah mendatangkan (siksaan) kepada mereka dari arah yang tidak mereka sangka-sangka. Dan Allah menanamkan rasa takut ke dalam hati mereka; sehingga memusnahkan rumah-rumah mereka dengan tangannya sendiri dan tangan orang-orang mukmin. Maka ambillah (kejadian itu) untuk

menjadi pelajaran, wahai orang-orang yang mempunyai pandangan!”<sup>76</sup>

Allah SWT memerintahkan manusia untuk selalu mengambil pelajaran dari pengalaman yang telah terjadi seperti firmanNya “Maka ambillah (kejadian itu) untuk menjadi pelajaran, wahai orang-orang yang mempunyai pandangan!”. Manusia yang mengambil pelajaran dari masa lalu akan menapat pencerahan untuk masa depannya. Ayat ini dijadikan dasar oleh konselor dalam merubah perilaku konseli yang maladaptif, dengan membuat perubahan dalam hidupnya menggunakan penyesalan yang ada di masalahnya yang lalu.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

---

<sup>76</sup> Q.S Al-Hasyr : 2

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Proses konseling dengan terapi husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri remaja dengan orang tua yang akan menikah lagi di Dasa Sadang Kecamatan Taman. Terdapat lima langkah yang digunakan pada terapu ini yaitu identifikasi masalah, diagnosis masalah, prognosis masalah, treatment atau terapi, dan follow up atau evaluasi.

Pelaksanaan Terapi husnudzon ini nantinya berfokus pada indikator permasalahan dari konseli yaitu tertutup dan suka menyendiri, berfikir negative tentang ayahnya yang menikah lagi dan perilaku marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya. Pada indikator konseli suka menyendiri dan tertutup, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi megubah masa lalu. Pada indikator berpikir negative terhadap ayahnya yang menikah lagi, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi mengubah konsentrasi. Terakhir, pada indikator sikap marah jika sesuatu tidak sesuai dengan keinginannya, konselor menggunakan terapi husnudzon dengan strategi hasil yang positif.

2. Hasil akhir dari terap husnudzon untuk meningkatkan penerimaan diri dikatakan berhasil. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan hasil observasi dan wawancara konselor kepada konseli dan keluarga konseli bahwa pada saat ini, konseli sudah mulai berbaur dengan lingkungan sekitarnya, menerima pernikahan ayahnya nanti, dan mampu mengendalikan emosi marah.

## **B. Saran**

### **1. Konselor**

Sebaiknya konselor dapat menambah lagi wawasan terkait ilmu pengetahuan tentang dunia terapi khususnya terapi husnudzon dan mengasah kemampuan sebagai terapis agar senantiasa dapat mempraktikkannya dengan lebih baik lagi.

### **2. Konseli**

Konseli diharapkan dapat melatih dirinya untuk selalu berpikir positif, mampu menyelesaikan masalah dengan pikiran terbuka, tidak memandang orang lain dengan negatif dan tidak khawatir dan takut pada sesuatu yang belum terjadi.

### **3. Pembaca**

Untuk pembaca diharapkan dengan penelitian ini bisa mengambil pelajaran dari permasalahan yang dialami oleh konseli. Serta pembaca pun diharapkan dapat menambah wawasan dan bisa menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk penelitian yang lebih lanjut.

## **C. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti sadar jika naskah penelitian ini tentunya masih banyak kekurangan dalam penyusunan-nya. Apabila dalam penelitian ini ada banyak kesalahan dimohon memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun guna kesempurnaan penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, Dariyo. *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama*. Jakarta: PT Refika Aditama, 2007.
- Angriani, Yosi. “Hubungan Husnudzon Dengan Penyelesaian Masalah Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.” Universitas Islam Riau, 2019.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Ash-Shiddiqy, Muhammad Hasbi. *Tafsir Al Qur'anul Majid An-Nur*. Semarang: Pustaka Rizki Putra, 1995.
- Bungin, Burhan. *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif Dan Kualitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga, 2001.
- Chaplin, J. P. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005.
- Derajat, Zakariah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 2001.
- Elfiky, Ibrahim. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: Zaman, n.d.
- Fagan, P. F, and A Churchill. “The Effects of Divorce on Children.” *Marri Research Sybthesis* (2012).
- Faisal, Sanapiah. *Format-Format Penelitian Sosial*. Jakarta: PT Raja Gafindo Persada, 2003.
- Gusniarti, Uly, Susilo Wibisono, and Fani Eka Nurtjahjo. “Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal.” *Jurnal Psikologi Islam* Vol. 4, no. No.

1 (2017).

Hakiki, Nadzir. "KONSEP BERPIKIR POSITIF MENURUT DR. IBRAHIM ELFIKY SERTA RELEVANSINYA DENGAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM." UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2018.

Hartono, and Soedarmadji. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana, 2014.

Howe, Tasha R. *Tasha R. Howe, Marriages & Family: In The 21st Century*. UK: Wiley Blackwell, 2012.

Hurlock, and B Elizabeth. *Psikologi Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta: Erlangga, 1993.

Husnia, Iffa Rahmatullah. "Dzikir Hasbunallah Untuk Menumbuhkan Self Acceptance Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya." UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018.

Jannah, Raudlatu, Akhmad Sagir, and Mahdia Fadhila. "Husnuzzan Terhadap Body Image Pada Mahasiswi UIN Antasari Banjarmasin." *Taujihah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 3, no. No. 1 (2022).

Jonathan, Sarwono. *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.

Kasiram. *Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. Malang: UIN Maliki Press, 2008.

Komalasari, Gantika, and Dkk. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks, 2011.

Lubis, Namora Lumongga. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana, 2013.

- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2001.
- Mustofa, A. *Akhlaq Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia, 1997.
- Nasikh Ulwan. *Pendidikan Anak Menurut Islam Pemeliharaan Kesehatan Jiwa Anak*. Bandung: Rosda Karya, 1990.
- Nawawi, Hadari, and Martini Hadari. *Instrumen Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1995.
- Patton, Michael Quinn. *Metode Evaluasi Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006.
- Putri, Rahmadani. “KEWAJIBAN ANAK TERHADAP ORANG TUA UZUR MENURUT KOMPILASI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG NOMOR 1 TAHUN 1974.” UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA, 2018.
- Riwayati, Alin. “Hubungan Kebermakmuran Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memasuki Lansia.” Universitas Islam Negeri Malang, 2010.
- Rochmah, Siti Ainur. “Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Husnudzon Terhadap Peningkatan Self Esteem Pada Siswa SMP Al-Manshur Candi Sidoarjo.” UIN Sunan Ampel Surabaya, 2019.
- Said Athar Radhawi. *Mengarungi Samudera Kebahagiaan Tata Cara Berkeluarga Menurut Islam*. Bandung: Al-Bayan, 1998.
- Santoso, Agus. *Terapi Islam*. Surabaya: IAIN SA Press, 2013.
- Sari, Prima Purnama. *Mudahnya Terapi Berpikir Positif*.

Yogyakarta: Psikopedia, 2016.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah*. Jakarta: Lentera Hati, 2007.

Siddik, Irman Nuryadin, and Qurrotul Uyun. "Khusnudzon Dan Psychological Well Being Pada Orang Tua Dengan HIV/AIDS." *PSIKIS Jurnal Psikologi Islam* Vol. 3, no. No. 2 (2017): 86–93.

Soleha, Maratus. "FENOMENA PARENTS REMMARRIAGE BAGI KONDISI PSIKOLOGIS ANAK DI DUSUN PULAU-PINANG KECAMATAN SAROLANGUN KEMBANG KABUPATEN SAROLANGUN." UIN Sulthan Thaha Syaifuddin, 2021.

Sudaryono. *Mindset Revolution To Becoming A Champion*. Jakarta: Lentera Ilmu Cendikia, 2015.

Sugiarti, Handayani, and Trisakti. *Konsep Dan Penelitian Gender*. Malang: UMM Press, 2008.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2010.

Syeikh Khalid bin Abdurrahman Al-Akk. *Tarbiyah Al Abna Wa Al Banat Fi Dau'alQur'an Wa Al-Sunnah*. Edited by M. Halabi Hamdi. Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2006.

Yunus, Mahmud. *Kamus Arab Indonesia*. Jakarta: PT Mahmud Yunus wa Dzuriyyah, 2010.